

## Sabores y aromas de la mesa tica en la Semana Santa

### Serie: Tradiciones alimentarias de la población costarricense

*Universidad de Costa Rica  
Proyecto Trabajo Comunal Universitario 486  
Escuela de Nutrición  
Elaborado por Patricia Sedó Masis, M Sc.  
última edición, marzo, 2016*

El presente documento tiene la finalidad de describir algunas de las tradiciones alimentarias seguidas por el pueblo costarricense, principalmente del norte y Valle Central de Costa Rica, durante la Semana Santa.

En primera instancia se presentan algunos datos relacionados con el origen de la celebración religiosa, y las prácticas alimentarias establecidas en Europa que nos fueron traídas en la Conquista, y durante la Colonia. Posteriormente, se describen las comidas y bebidas comunes en Semana Santa en nuestro país.

Las tradiciones alimentarias forman parte de la esencia de la cultura. Muchas comidas que hoy forman parte del acervo culinario, surgieron de la experimentación y el deseo de buscar un mayor aprovechamiento de aquello que se consideró “bueno” para las personas. Una cocina que se construye de forma dinámica y que tiene un valor que va más allá de la experiencia de comer y solventar el hambre (González, 2012).

Los pueblos latinoamericanos muestran una tradición católica muy arraigada, heredada desde el siglo XVI con la llegada de los primeros conquistadores, que en muchos casos se mezcló con prácticas indígenas lográndose un sincretismo religioso rico en elementos que en la actualidad sobreviven.

La religión se articula con manifestaciones culturales en el contexto festivo y familiar, donde la comida ocupa un lugar especial. Las personas otorgan un valor especial a la alimentación en esta época y, desde tiempos remotos, se establecieron ciertas prácticas



Procesión de las Promesas o Cintas en Cot de Cartago. Fotografía Proyecto TCU-486, 2011.

alimentarias que poco a poco se fueron convirtiendo en tradiciones alimentarias en el seno familiar y comunitario. Mielles, encurtidos, guisos a base de hojas y flores amargas y palmitos, tamales rellenos con frijol, picadillo de mostaza o papa, rosquillas, bizcocho y otras comidas son preparadas especialmente para esta época, se han perpetuado dado que las recetas han sido heredadas por generaciones.

Resaltan las comidas con sabores extremos, el uso de los alimentos que están disponibles en la época, la comensalidad como manifestación de disfrute de las comidas en colectivos, y el Huerto como un espacio comunitario promovido por las iglesias, donde las personas llevan sus donativos en forma de alimentos naturales o procesados que son vendidos, y cuyos fondos son destinados a obras sociales e inversión en la restauración de los templos.

En el calendario gastronómico nacional destaca la época de Semana Santa, dado el fuerte vínculo entre la comida, como

manifestación cultural, con las celebraciones religiosas y la tradición de muchas familias a lo largo de todo el territorio nacional en la elaboración de comidas y bebidas que se preparan especialmente para esta época.

La elaboración de este documento se realizó con fines didácticos para comprender con mayor profundidad la alimentación como expresión cultural, y la relevancia de conservar y promover nuestra cocina patrimonial. Para ello se procedió a realizar una revisión documental, y se realizaron entrevistas grupales a personas adultas mayores participantes en el proyecto de Trabajo Comunal Universitario en el período comprendido entre el 2003 y 2014 en pueblos de Zarcero, Puriscal, San Ramón de Alajuela, Tierra Blanca de Cartago, San Mateo, Fátima de Heredia y Orosi.

Constituye un aporte del proyecto de Trabajo Comunal Universitario “Contribución a la conservación y revitalización de la cocina tradicional de Costa Rica” coordinado por la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica.

**Palabras clave:** Cocina tradicional, cocina patrimonial, gastronomía costarricense, Costa Rica.

### Breve historia de la Cuaresma



El Calvario en la Parroquia de Zapote, San José. Fotografía de Ericka Solano Brizuela. Proyecto TCU-486, 2013.

En el Concilio de Nicea, celebrado en el año 325 y presidido por Constantino El Grande, se estableció un tiempo preparatorio para la celebración de la pasión, muerte y resurrección de Jesucristo, al que se llamó Cuaresma (Diócesis de Canarias, España).

La Cuaresma es un período litúrgico que abarca cerca de 40 días.

El número 40 tiene un sentido simbólico, y representa en la Biblia un período de prueba, meditación, reflexión y recogimiento. En la Biblia, el número 4 representa el universo material, y si es seguido por el número 0 significa un período de prueba que lleva al enfrentamiento de dificultades y la necesidad de mostrar fortaleza y deseos de cambio y reconciliación fraterna.

Este tiempo fue establecido por la Iglesia Católica como un espacio de penitencia y de renovación, con la práctica del ayuno y de la abstinencia. En un inicio, las prácticas de ayuno total y la aplicación de castigos para quienes no seguían las reglas de abstinencia fue una práctica común. En la actualidad, las actividades que giran alrededor de la celebración cuaresmal se dirigen más a sensibilizar a las personas para que puedan lograr un verdadero cambio en su vida, y una renovación de las promesas bautismales, con lo cual el castigo físico o la autoflagelación se desestimula, y se da paso a nuevas prácticas que sin perder el sentido de la penitencia, ayuda a las personas a entrar en ese proceso de reflexión y crecimiento personal (Agencia Católica de Informaciones, 2016).

El período cuaresmal inicia con el Miércoles de Ceniza y culmina con la celebración de la Cena del Señor el Jueves Santo. A lo largo de este período se llama a los católicos al arrepentimiento y a la confesión, como una forma de renovación y liberación del pecado y reconciliación con el Señor.

El establecimiento del período cuaresmal tiene una relación directa con la naturaleza, puesto que se toma como referencia las fases lunares.

Este período tiene una rica simbología en la ceniza, el agua, la luz de las velas, la limosna o generatividad, el desierto o la soledad para meditar y orar, y el color morado, entre otros elementos. Se motiva a cambios en la rutina de las personas, incluyendo modificaciones en el estilo de alimentación y

la abstinencia como signo de la limitación humana y la renuncia a los placeres mundanos (Diócesis de Canarias, España).

Las prácticas recuerdan a las personas su condición de limitación humana y sacrificio, representado por el ayuno y la abstinencia en el consumo de carnes rojas y aves.

En la época medieval era común que los penitentes, principalmente en monasterios y conventos, se sometieran a actos extremos como: tiempos prolongados de ayuno, exposición a dolor físico y aislamiento social. Todavía resalta en algunos pueblos alrededor del mundo la práctica de autoflagelación para experimentar el dolor físico, y como una muestra pública de arrepentimiento y petición de ayuda divina.

La práctica de elaboración de dulcería en época de Semana Santa en la antigüedad tuvo un amplio desarrollo en monasterios y conventos. Era común que en estos lugares se tuviera mayor acceso a alimentos por donación o porque en sus jardines era posible mantener las huertas.

La elaboración de mieles y conservas era una de las técnicas artesanales de conservación de alimentos muy efectiva para evitar el desperdicio, y asegurarse mantener una provisión de alimentos en época de invierno o de escasez de comida.

En la época de Cuaresma, pequeñas cantidades de mieles o conservas representaba una dosis de energía necesaria para poder mantenerse bien, sin caer en la gula.

La celebración de la Semana Santa varía de un año a otro, dado que la Iglesia toma como referencia el calendario solar. El Domingo de Pascua es el primero, luego de la presentación de la luna llena siguiente al equinoccio, lo cual marca el paso del invierno a la primavera en el hemisferio norte.

De esta forma, en las regiones del norte, la celebración de la Pascua representa el comienzo de la primavera, lo que significa para las personas dejar atrás la austeridad de

la vigilia, y dar la bienvenida a la abundancia y a las flores que dan vida y color al paisaje natural ([www.guiadelacocina.com](http://www.guiadelacocina.com)).

En el caso de Costa Rica, la época de Semana Santa coincide regularmente con la transición entre de la época seca a la lluviosa. Es la época en que una gran variedad y cantidad de árboles se visten de flores de colores intensos, entre los que destacan: Cortéz amarillo (*Tabebuia ochracea*), Cortés negro (*Tabebuia impetiginosa*), Corteza (*Tabebuia guayacan*), Gallinazo (*Schizolobium parahyba*), Guachipelin (*Diphysa americana*), Poró (*Erythrina berteroana*) o el Roble sabana (*Tabebuia rosea*). También es el tiempo en el que florecen las orquídeas y guarías.

En esta época seca y de transición, cuando aparecen las primeras lluvias, los agricultores se preparan para iniciar con la tarea de preparación de los terrenos para colocar las mejores semillas, con la esperanza de tener una buena cosecha.

En el libro *La comida del cielo* de Carmela Miceli, publicado en Bolivia en 1999, y citado en [www.guiadelacocina.com](http://www.guiadelacocina.com), se menciona que en épocas antiguas los catalanes representaban la Cuaresma como una mujer anciana que portaba siete panes, una cesta de productos de la temporada en una mano, y un bacalao seco y salado en la otra, como una muestra de los alimentos recomendados para la celebración de la Cuaresma y la Semana Santa.

Esta mujer anciana simbolizaba dejar atrás el oscuro invierno y, por medio de la purificación, se asume la misión de iniciar el nuevo ciclo, rico en frutos, luz y energía vital.

De esta forma, la preparación para la Fiesta de la Resurrección y la Pascua, desde tiempos antiguos, se asocia con banquetes, dulces y huevos, consumidos en medio de la austeridad.

En el caso particular de Costa Rica, a partir de 1542 y principalmente posterior a 1564, llegan los primeros expedicionarios,

autorizados por la Corona Española, decididos a conquistar y arraigarse en tierras costarricenses. Es así como se realizan las primeras travesías en una zona caracterizada por el denso bosque, y la gran dispersión de los focos de población indígenas.

Los misioneros franciscanos acompañan a las delegaciones españolas, y así se establecen los primeros asentamientos ubicados hacia el norte del país y en Cartago, con una huella importante en las formas de celebración, incluyendo la tradición en las comidas especiales para la celebración de la Semana Mayor.

Se afirma que la primera celebración de Semana Santa en Costa Rica se realizó hacia el norte del país, específicamente en el Golfo de Nicoya.

Se ha documentado que durante la primera expedición realizada por Pedrarias Dávila, en un viaje de Panamá a Nicaragua, coincidió con la época de celebración de la Semana Santa entre el 16 y 25 de marzo de 1526. En ese momento se encontraba en la Isla de Chira, razón por la cual se afirma que fue la primera celebración religiosa de Semana Santa que se efectuó en Costa Rica (Aram, 2008).

Con el aval de Pedrarias, los religiosos que le acompañaban se dieron a la tarea de organizar las actividades religiosas, mismas que fueron un motivo para mostrar a los expedicionarios e indígenas nativos el interés de la Corona Española de dominio económico, político y religioso (Aram, 2008).

De esta forma, se colocó una cruz de madera cerca del desembarcadero, como signo de llegada de los expedicionarios, y se manifestó el deseo de catequización para la conversión de los indígenas al cristianismo con la realizaron oraciones y una procesión, actividades totalmente nuevas para los nativos (Aram, 2008).

El 17 de marzo de 1526, el sacerdote Diego de Escobar tuvo a su cargo la realización de las ceremonias religiosas católicas, bajo el

asombro de los indígenas y los caciques, lo que generó el choque cultural y religioso, y la destrucción por parte de los conquistadores de los ídolos y lugares sagrados de los nativos, dando castigos físicos y hasta la muerte a los considerados “rebeldes” al catolicismo (Aram, 2008).

De manera provisional se estableció un lugar de culto católico, y se celebró la primera procesión con una imagen de la Virgen. Se recurrió al uso de velas y telas que portaban los expedicionarios, así como la portación de las banderas que representaban la Cruz, la Virgen, Santiago apóstol y la Corona Española. Bajo oraciones, los conquistadores pedían protección divina para continuar con el proceso de exploración y extender la misión evangelizadora en este nuevo territorio (Aram, 2008).

Aunado a las tradiciones religiosas, en ese encuentro de expedicionarios españoles y nativos, es probable que se haya dado un cambio en las prácticas alimentarias, con la oportunidad de experimentar con mezclas de alimentos, y la introducción de nuevos alimentos traídos de Europa. Los cambios posteriores y el establecimiento de los asentamientos coloniales dio un nuevo giro al estilo de vida y de alimentación tanto de nativos como de los que llegaron a colonizar las tierras costarricenses.

### **El ayuno y la abstinencia del consumo de ciertos alimentos**

En el tiempo penitencial se presentan prácticas que recuerdan la limitación humana y la necesidad de cambio por medio del sacrificio y la oración.

La alimentación, siendo una necesidad humana vital, se presenta como una de las actividades que representa la vida y la muerte.

Renunciar al consumo de alimentos provoca en las personas diferentes reacciones, desde sentir un leve malestar estomacal, hasta superar la prueba de tentación de comer alimentos en un período que se supone debe estar caracterizado por la austeridad y el sacrificio.

El ayuno penitencial y la abstinencia del consumo de carnes rojas se llevan a cabo el Miércoles de Ceniza y los próximos viernes incluidos dentro de la celebración cuaresmal. Como sustitución de los alimentos prohibidos, surgió en Europa la tradición de consumir pescados y mariscos durante esta época, principalmente el bacalao; asimismo se hizo costumbre el consumo de huevo, leche y derivados, con los cuales poco a poco se empezaron a crear platillos especiales para esta época del año, cuyas recetas se han heredado de generación y generación.

El ayuno representa “renuncia” y la necesidad de compartir con otros los alimentos, con lo cual se vincula la práctica de abstinencia con otro elemento importante en la época cuaresmal que es la caridad y la oportunidad de brindar alimento a quien padece hambre (ACI, Prensa).



Procesión del Santo Entierro en Zapote, San José. Fotografía de Ericka Solano Brizuela, TCU-486, 2013.

### Cambios en la rutina y nueva organización para atender la necesidad de alimentación en Semana Santa



Tamal de frijol tipo gema elaborado en Nicoya, Guanacaste. Fotografía de Dania Delgado. TCU-486, 2012.

La Semana Santa, dentro del calendario litúrgico, representa solemnidad y oración. Ello implicó cambios en las actividades cotidianas para dar paso a celebraciones que van más allá del contexto estrictamente religioso.

La tradición es abstenerse de consumir carnes rojas y aves durante el Miércoles de Ceniza, todos los días viernes durante la época cuaresmal y en algunos días de la Semana Mayor, así como practicar vigiliyas y ayunos en ciertos días.

La preparación de ciertos platillos y bebidas especiales en Semana Santa ha perdurado a lo largo del tiempo, sin variar mucho en los ingredientes ni en las técnicas culinarias.

Las comidas en la época de Semana Santa actualmente son una muestra del mestizaje gastronómico, donde figura la tradición en la utilización de productos disponibles en la época, y el cambio de la rutina en la alimentación, con la disposición de comidas de un amplio espectro de sabores dulces, salados, ácidos y amargos que se muestran en platillos y bebidas de exquisito sabor.

La tradición en la elaboración de comidas en esta época tiene una fuerte influencia de los colonos españoles, con la preparación de platillos propios y típicos para la Semana Santa, elaborados con productos traídos de

Europa y combinados con alimentos de origen americano. De esta forma, surge la cocina criolla con un fuerte arraigo en la ciudad colonial de Cartago que se propaga por todo el Valle Central, durante los siglos XVIII y XIX.

Destaca también la tradición gastronómica en Guanacaste, con el mayor uso del maíz como ingrediente principal en varios platillos que se preparan durante Semana Santa, y en otros momentos del año también de carácter festivo religioso, como las fiestas patronales. El asentamiento colonial en el norte del país y el desarrollo de las haciendas dedicadas a la ganadería, tuvieron un impacto también en las tradiciones alimentarias.

Con la llegada de los primeros colonizadores españoles y los grupos religiosos encargados de la catequización cristiana en asentamientos como el de Nicoya, Ujarrás y otros, se presentan cambios importantes en la cosmovisión de las poblaciones indígenas y se imponen nuevas formas de celebración religiosa y social.

Curiosamente, en las celebraciones religiosas durante Semana Santa se motiva al ayuno y la abstinencia; no obstante, la variada gastronomía forma parte de las actividades comunes para esta época, en la cual las familias se reúnen, intercambian platillos y hay una gran disponibilidad para incluir en la mesa alimentos poco comunes en otros momentos del año, como el bacalao seco y salado, los productos dulces, los panes y una repostería muy variada.

Desde la Edad Media, la Iglesia estableció normas estrictas respecto a las formas de celebración y convivencia durante la celebración de la Semana Mayor, muchas de las cuales aún se manifiestan en la población que profesa la religión católica.

La reflexión y la conversión se acompañaban de largos períodos de oración y meditación, abstinencia y la exigencia de participación en los actos litúrgicos.

Para guardar los días de precepto, era exigido desde el púlpito de las iglesias, la suspensión de las labores cotidianas para dedicarse a la oración, así como la dedicación plena de los fieles a las labores religiosas, con lo cual durante Semana Santa se presentaba un verdadero cambio en la jornada laboral, la alimentación y la organización familiar.

La parálisis de labores para dedicarse a las celebraciones religiosas es documentada desde épocas antiguas. Por ejemplo, Rafael Méndez describe algunos relatos de filántropos británicos del siglo XIX, que en sus escritos mencionaban la alta participación de las personas en la ciudad de San José en las procesiones y otros actos religiosos.

Las oficinas gubernamentales y el comercio, hace más de cincuenta años, se paralizaban toda la semana. Los varones suspendían sus labores en el campo y las mujeres, encargadas de la alimentación familiar, debían organizarse desde días previos a la Semana Santa para disponer de una buena provisión de alimentos para las familias, que generalmente eran numerosas, con el fin de no tener que trabajar en la Semana Mayor, dado que era prohibido.

Antiguamente era sancionado moralmente que las personas desarrollaran ciertas tareas habituales durante la Semana Santa, como bañarse o el lavar la ropa, por cuanto ante la falta de cañerías, las personas debían recorrer largas distancias para llevar agua a sus casas o realizar las tareas en las pozas de los ríos. Debido a que esta tarea representaba esfuerzo y horas de trabajo, generalmente se suspendían durante la Semana Santa con la finalidad de que las personas dispusieran de tiempo para participar de las actividades religiosas, y pudieran mantenerse en quietud y oración.

Se prohibía ir a los ríos o al mar por diversión, so pena de excomunión. Es así como surgen leyendas que relatan la desobediencia de las personas ante este mandato, y el castigo divino de que se le formaran escamas en su cuerpo, a manera de un pez, por bañarse en un río o ir a la playa.

Una de las leyendas populares al respecto es lo que aconteció en Puntarenas en una Semana Santa. La madre se preparaba para asistir a los oficios religiosos de un Viernes Santo. El fuerte sol de la mañana y emprender la caminata hasta la parroquia hizo que la joven hija prefiriera quedarse en casa. La madre, preocupada por la falta de fe de su hija, le advirtió que si se quedaba en la casa debía permanecer en oración, y de ninguna manera ir a la playa. La madre se fue, y la hija desobediente decidió ir al mar. Al regresar la madre a la casa se percató que la hija no estaba, y desesperada fue a casa de vecinos a buscarla. Ninguno dio noticias sobre la joven, y ya el sol se ocultaba en el horizonte. Luego de una intensa búsqueda en la playa, la madre halló a su hija postrada en la arena, debajo de una palmera. Con sus ojos desorbitados y mojada, la joven no pudo contar a su madre lo que le había pasado. Sus piernas estaban ocultas entre la arena. Cuenta la historia que ambas lloraron al observar que de la piel brotaban escamas y al desenterrar sus piernas, sorprendentemente se encontraron con una enorme cola de pez, como si fuera una sirena.

Otras actividades cotidianas, tales como picar leña o palmear las tortillas estaban también prohibidas durante Semana Santa, muy probablemente porque estos trabajos domésticos restaban tiempo a las personas para la meditación y participación en los actos religiosos.

La acción de golpear cosas o martillar sobre las superficies estaba prohibida, con mucha más razón durante el Viernes Santo, debido a que asemejaba la crucifixión.

La tortilla era un producto de consumo diario en las familias de antaño, por lo que la prohibición de su elaboración en Semana Santa significaba a las mujeres organizarse para poder elaborar comidas que la sustituyeran. Es así como se populariza el tamal mudo, puesto que se podía elaborar en días previos y se mantenía en buenas condiciones durante varios días.

De toda la Semana Santa, el día más solemne y para el cual había que guardar silencio y una dedicación total a las actividades religiosas, tales como procesiones y rezos,

era el Viernes Santo. Lo anterior según relatos encontrados que datan de finales del siglo XIX (Zeledón, 1998), y lo narrado por las personas entrevistadas.

El centro de Cartago, San José, Heredia o Alajuela era visitado por cientos de fieles que se congregaban en las principales calles vistiendo las mejores ropas para la ocasión.

La convocatoria era amplia y las ciudades guardaban la vigilia manteniendo oficinas y comercio totalmente cerrados. La mayoría de servicios públicos eran cancelados para ese período, inclusive el transporte. Era mal visto transitar en carretas, carretones, caballos o más modernamente en automóviles o motocicletas durante los días santos, razón por la cual el traslado era a pie y, particularmente el Viernes Santo, la ciudad mostraba una quietud que era interrumpida por el incienso, las procesiones y las oraciones (Méndez, 2011).

No era bien visto escuchar radio o tocar guitarra. Las personas acostumbraban vestir túnicas moradas para asistir a las procesiones, y muchos portaban piedras, cruces pesadas o realizaban otros actos de penitencia durante estos días. Para el Viernes Santo, la mayoría de mujeres se vestían de negro, como una muestra de dolor y luto, y cubrían sus cabezas con un velo negro.

Las personas que integraban las Hermandades y Cofradías, durante esta época tenían un trabajo arduo en la vestición de las imágenes, la organización de las procesiones y el apoyo brindado a la Iglesia en las actividades religiosas.

El rompimiento de la rutina y la elaboración previa de comidas para la Semana Mayor es citado por Sánchez (2010) en un artículo publicado por el Museo Nacional de Costa Rica, donde se indica que hace más de treinta décadas, el pueblo, eminentemente católico, tenía una activa participación en los actos religiosos, con una plena dedicación a los actos litúrgicos y muestras de fe con ayuno, penitencia y prácticas piadosas.



Celebración del Domingo de Ramos en San Antonio de Escazú, 2011. Archivo fotografías proyecto TCU-486

### Las comidas en época de Semana Santa



Elaboración de empanaditas de miel de chiverre en San Juan de San Ramón de Alajuela. Fotografías de Silvia Chaves, TCU-486, 2011.



Tal como se señaló anteriormente, la gastronomía en Semana Santa destaca por extremos sabores, texturas variadas y elaboración de comidas y bebidas exclusivas para este tiempo.

Se resalta la costumbre antigua de que las mujeres prepararan las comidas de manera previa a la Semana Santa, entre las que se citan las rosquillas de maíz, bizcocho, miel de chiverre, pan, miel de coco y arroz con leche.

La gran variedad de comidas que se preparaban para esta época contrastaba con la solicitud de ayuno y penitencia, por lo que también era común que las señoras tuvieran la tarea de administrar las comidas y distribuir las de manera racional para no caer en el abuso y, además, para que los alimentos fueran suficientes para que la familia se alimentara durante toda la semana.

En España y otros lugares de Europa, la tradición era el consumo de bacalao seco y salado en diversos tipos de platillos, conservas dulces y ácidas, y el consumo de ciertos productos ácidos-amargos, como aceitunas y alcaparras.

Esta forma diferenciada de preparar comidas para la Semana Mayor tiene sus modificaciones en la Costa Rica colonial, adaptándose las recetas según los ingredientes disponibles y las preferencias alimentarias de españoles, indígenas, mulatos y mestizos.

Panes y mariscos se combinaban con dulces de todo tipo, arroz, bacalao y otros mariscos, así como ciertos productos en conserva, incluyendo higos, membrillo, guayaba, papaya, entre otros.

De la cocina española heredamos ingredientes y técnicas de preparación complejas, como la dulcería, la panadería y repostería que a su vez facilitó la incorporación alimentos propios de nuestras tierras, como maíz, cacao y chiverre, entre otros.



Ante la falta de equipos y técnicas avanzadas de conservación en la antigüedad, lo más práctico era la elaboración previa de conservas en forma de mieles y conservas en vinagre, así como la modificación de recetas cotidianas, evitándose el uso de carnes rojas, como es el caso de los denominados “tamales mudos” (tamales sin ningún tipo de relleno), tamales de frijol o de picadillo de hojas de mostaza, en sustitución de la carne de cerdo.

Igualmente resalta la elaboración de repostería que se preparaba con antelación a las celebraciones religiosas, y que se conservaba en grandes canastos colgando del techo para evitar que los insectos o animales domésticos contaminaran los productos.

Bizcocho, pan dulce y salado con levadura o polvo de hornear, acemitas, maíz duro (rosquillas dulces de textura dura típicas de Cartago), tanelas (cuya preparación varía en Guanacaste y en otras zonas como Dota), rosquillas (cuya preparación varía en Guanacaste y comunidades del Valle Central) y arepas secas (especie de pan asado en la plantilla de la cocina de leña) son algunos ejemplos de la riqueza en panadería y repostería criolla, muchas de las cuales se preparan en la actualidad.

Entre las bebidas, en muchos lugares del país se mantiene la tradición en la elaboración de ciertos atoles y bebidas, entre los que destacan el chicheme en Guanacaste, elaborado con maíz pujagua o maíz morado; la chicha, la horchata y una variedad de frescos con frutas de temporada.

En comparación con otras celebraciones, durante los días previos y en la Semana Santa se preparaba una gran diversidad de comidas que solamente se elaboraban para esta época, cuyas recetas y formas de consumo se fueron heredando en las familias de generación en generación, y que la mayoría de ellas aún permanecen en la mesa costarricense.

El cambio en la alimentación en Semana Santa abarca horarios de comidas, tipos de alimentos y hasta modificaciones en cantidades o porciones.

Estas alteraciones en el estilo de alimentación suceden en la mayoría del territorio nacional, mostrándose una variedad de platillos comunes y conocidos en todo el país, así como preparaciones regionales.

Estos productos muestran un perfil similar con predominancia en mieles, conservas, panes dulces y otros platillos con productos tales como flor de itabo, chiverre, coco, papaya, maíz, hojas amargas y palmito, entre otros.

Resalta en algunos lugares rurales todavía la práctica de recolección de productos para esta época, aún cuando hay prohibición debido a la conservación de las zonas montañosas, tal es el caso del uso de palmito amargo o palmito de montaña, la súrtuba y la estococa.

La gastronomía tiene un vínculo directo con las actividades religiosas, en donde no solamente se presenta la abstinencia de las carnes rojas, sino que antiguamente y en la actualidad los oficios religiosos son numerosos y las personas dedican gran parte de su tiempo en procesiones, eucaristías, reflexiones y otros, con lo cual se rompe con la rutina en los horarios de trabajo, descanso y alimentación.

La población costarricense es predominantemente católica y conserva muchas de las tradiciones en las celebraciones, incluyendo las comidas. Basta con ir a los mercados provinciales, supermercados o ferias del agricultor para evidenciar la alta oferta de productos especiales para la época, incluyendo una mayor variedad de pescados y mariscos, así como frutas y verduras especiales para la elaboración de los platillos más tradicionales, entre ellas chiverre, palmito o



Flor de itabo. Archivo proyecto ED-3032.

flor de itabo, así como azúcar o dulce de caña de azúcar, canela, clavo de olor, nuez moscada, frutas deshidratadas, harina de maíz y otros ingredientes básicos para la elaboración de las comidas esperadas para esta época.

De manera especial se incrementa el consumo de pescado, principalmente de aquellos tipos que son más accesibles para la población, como tiburón, tilapia, trucha o pargo. El pescado generalmente se consume frito, en sopa o ceviche.

La industrialización de alimentos que repunta en la década de 1940 tiene un impacto en el patrón de alimentación para esta época, con una mayor disposición de pescado enlatado (atún, salmón y sardinas), y mariscos (mejillones, calamares y otros). El consumo de este tipo de productos enlatados en zonas rurales donde existe un menor acceso de productos de mar frescos popularizó su uso. De igual forma, es común las conservas de fruta en almíbar elaboradas de forma industrial, como el caso de melocotones o peras.

Por otro lado, una parte importante de la población aprovecha el tiempo libre durante esta época y acostumbra ir de paseo a playas o zonas montañosas, con la consiguiente alteración en los patrones alimentarios.

El tiempo libre no sólo es dedicado a labores en la cocina, sino también a la comensalidad y disfrute de la compañía familiar donde la comida ocupa un lugar especial.

Aunque en otras épocas del año las personas pueden modificar sus hábitos alimentarios, como podría ser la época navideña, es en Semana Santa donde se observan mayores cambios en el estilo de alimentación de la mayoría de la población costarricense por costumbres.

Los platillos criollos se componen de productos traídos del Viejo Continente con los alimentos originarios de América que se combinan aplicando diversas técnicas culinarias que dan como resultado platillos de exquisito sabor y variada presentación.

Las mieles y conservas es una plena expresión del platillo criollo, por cuanto el edulcorante base es la miel de caña de azúcar, introducida en la Colonia que se combina con productos propios de tierras americanas como el chiverre, papaya, piña o marañón. Por su parte, las mieles pueden servir para la elaboración de repostería en forma de empanadas o panes rellenos de miel de chiverre, una tradición arraigada en la provincia de Alajuela.

Las cajetas de leche y coco sobresalen en la lista de preparaciones comunes para época de Semana Santa, las cuales se preparan desde épocas antiguas con recetas heredadas de los españoles a partir de mazapanes y turrones.

Es importante señalar, que a pesar de la antigüedad en la tradición de elaboración de dulces, lo cual data en nuestro país desde el siglo XVII con la introducción de la caña de azúcar y el desarrollo de los trapiches, las recetas se han heredado de generación en generación pero no ha destacado como actividad productiva, a diferencia de Guatemala o Nicaragua, donde el desarrollo del mercado de dulces artesanales es mayor.

En el caso del maíz, el bizcocho y el tamal asado son dos preparaciones criollas de amplio consumo, principalmente en el Valle Central. En el caso de Guanacaste es común la elaboración de rosquillas, un tipo de aros de masa de maíz con queso horneados. Cartago destaca por la elaboración del maíz crudo, una preparación típica de esta provincia.

En Semana Santa, por disponibilidad, es de amplio consumo la flor de itabo (una de las pocas flores comunes en la gastronomía costarricense, aunque por floración, antiguamente también era ampliamente utilizada la flor del poró (*Erythrina berteroana*) y las flores de ayote.

Generalmente, los pétalos de las flores de itabo se combinan con papa y/o huevo en forma de picadillo o guiso. Algunas personas prefieren conservar el centro de la flor, la cual se caracteriza por su predominante sabor amargo.

Con la flor de itabo se elaboran guisos con huevo y picadillos con papa; no obstante, en Alajuela se ha identificado la costumbre de elaborar cajeta de leche con pétalos de flor de itabo y en San José la preparación de un tipo de ensalada con pétalos de la flor, papa cocida, cebolla, ajo, chile dulce, apio y mayonesa.

Otro producto de amplio uso en Semana Santa son los palmitos o tallos tiernos de varias palmeras, siendo el más común el de pejibaye. El palmito se consume en forma de picadillo y en ensaladas. La mayor producción de este producto coincide con la época cuaresmal, por lo que su uso es común.

De sabor delicado y gourmet para muchos, el palmito es por excelencia un alimento preferido para la Semana Santa.

Otros platillos populares son la ensalada rusa (a base de remolacha, papa, huevo y mayonesa), los encurtidos y escabeches, así como los ceviches de pescado o aquellos elaborados con plátano verde o mango verde, caracterizados por su marcado sabor ácido.

La rutina en la cocción de alimentos también cambia durante esta época, con un incremento en productos horneados, y el uso de métodos de cocción tradicionales, como el uso de cocinas y hornos de leña, cocción a fuego lento en ollas de barro, uso de comales, entre otros.

### Las variantes en las comidas de Semana Santa



Arbusto de chicasquil (*Cnidoscolus acotinifolius*). Fotografía archivo proyecto ED-3032.

Las comidas y la celebración tienen un significado especial para los grupos humanos.

A pesar de los cambios abruptos provocados durante la Conquista y la Colonia, la gastronomía costarricense muestra una arraigada herencia de la cocina ancestral de los pueblos mesoamericanos, con la triada maíz-frijol-ayotes (Ross, 1990).



Chiverres puestos a la venta en El Empalme. Fotografía archivo proyecto ED-3032.

El tamal como alimento privilegiado en la mesa y símbolo de alimento de dioses y a la vez cotidiano, está presente en la mesa durante Semana Santa con sus variantes en la elaboración desde épocas antiguas. Para nuestras poblaciones precolombinas, este alimento era de consumo cotidiano, pero también representaba un alimento propio de rituales y fiestas religiosas.

Con el proceso de la catequización durante la Colonia, los misioneros franciscanos son permisivos en la combinación de elementos rituales, con lo cual se favoreció la costumbre de preparar tamales para fechas importantes en el calendario litúrgico: Navidad, Semana Santa y Fiestas patronales.

Actualmente, la navidad se identifica plenamente con la elaboración de tamales con carne de cerdo y otros ingredientes básicos como arroz teñido con achiote, garbanzos, zanahoria y chile dulce. Este tipo de tamal es típico en las fiestas patronales y populares, conocidas en Costa Rica como “turnos”.

En el caso de la Semana Santa, resalta el tamal sin ningún tipo de relleno, al que popularmente se le denomina “tamal mudo” y era el producto más utilizado en el contexto cotidiano. Este tamal consiste de una porción de masa de maíz envuelta en hojas y que se cocina en agua hirviendo. Conocido antiguamente como tamal *pisque*, el tamal mudo sustituía la tortilla y, por sus características de preparación, tenía una vida útil mayor que otro tipo de productos a base de maíz.

Los tamales “aliñados”, es decir que llevan algún tipo de relleno, usualmente la carne se sustituye por frijoles molidos o un guiso de hojas de mostaza o chicasquil que tienen una predominancia de sabor amargo. Una receta más moderna es el tamal relleno con sardina en conserva de salsa de tomate o atún.

La elaboración de tamales se asocia con celebración, de ahí que antiguamente era común la elaboración de tamales con carne de cerdo para el Domingo de Resurrección.

Informantes de Puriscal relatan como en el año 1947, era costumbre asistir a la Misa de Aurora para celebrar la fiesta de la Resurrección a las cinco de la mañana, y luego regresar a las casas para compartir un tamal con aguadulce. Relatan que lo más difícil para los que participaban en la elaboración durante el Sábado Santo, era



Picadillo de hojas de zorrillo con papa elaborado en Puriscal. Fotografía Patricia Sedó Masis, TCU-486, 2011.

guardar ayuno estricto (llamado el “Ayuno de la Virgen”). Significaba una gran penitencia para quienes participaban en la casa de la elaboración de los tamales, tener que cocinar sin probar; cocinar la carne o verse tentado a comer un tamal con relleno de carne, lo cual era permitido hasta el día siguiente.

La práctica en la elaboración de tamales se combinaba con la preparación de bizcocho o tamal asado. El bizcocho es un tipo de repostería criolla que surge en las haciendas coloniales dedicadas a la ganadería lechera. La masa de maíz nixtamalizado se mezcla con leche agria, mantequilla natilla y mucho queso hasta obtener una masa de consistencia suave que se hornea en horno de barro junto con aromáticos panes dulces. Por su parte, el tamal asado era elaborado con los mismos ingredientes y se horneaba en grandes bandejas.

Las preparaciones a base de hojas amargas, como chicasquil, zorrillo o mostaza es otra manifestación de nuestra cocina prehispánica. Generalmente consisten en guisos con una alta proporción de hojas finamente picadas y con ligera cocción. Los picadillos se acompañan de tortillas y la elaboración de este tipo de picadillos es típica en Puriscal y Acosta.

Resalta en Puriscal la tradición de agregar hojas de zorrillo a los frijoles, o en Atenas elaborar la sopa de bacalao con leche, tajadas de raíz de chayote y tortitas de huevo. A la sopa de bacalao es común e

Orosi y otras partes de Cartago agregarle quelites de chayote.

La tradición gastronómica española en Semana Santa aparentemente tiene sus orígenes en los conventos medievales y claustros de Toledo, Segovia, Andalucía y Salamanca, donde los monjes creaban a partir de los ingredientes disponibles, platillos de exquisito sabor (Enciclopedia de la Gastronomía Española).

La abstinencia en el consumo de carnes rojas y aves, el ayuno y la penitencia tienen relación con el mayor consumo de pescado y productos del mar, así como el uso de hierbas o flores con predominancia de sabor amargo. Panes ácidos y brotes amargos forman parte de una variedad de comidas que son heredadas desde tiempos ancestrales.

De la misma forma, destaca la elaboración de dulces como una práctica de conservación de alimentos, pero también como una forma de alimentarse con frutas confitadas y semillas de concentrada energía, que facilitaba alimentarse con pequeñas porciones en un tiempo que llamaba al ayuno penitencial.

Durante la Edad Media, la Iglesia impuso estrictas reglas y prohibiciones como actos de penitencia en las celebraciones religiosas.

La práctica del ayuno destaca desde la época medieval, y con una apertura para que las personas penitentes consumieran muy pequeñas cantidades de ciertos alimentos en un horario restringido. Durante el ayuno antiguamente se permitía una sola comida a la puesta del sol, luego se fijó a las tres de la tarde, y posteriormente, desde el siglo XIV se permitía hacer una pequeña comida, llamada colación, al mediodía.

El cambio en horarios de comida fue una práctica traída a nuestras tierras que marcó la tradición de ayuno y distribución de comidas durante los días santos.

Cuentan informantes de San Mateo, Zarcero y Puriscal cómo hacer más de cinco décadas se alteraban radicalmente los horarios de

comidas, donde los adultos obligaban a todos los miembros de la familia a someterse a prolongadas horas de abstinencia.



Picadillo de palmito con huevo elaborado en Puriscal. Fotografía Patricia Sedó Masis, TCU-486, 2011.

Como travesuras infantiles, los y las informantes de estas zonas refieren que era común que los chiquillos fueran a los solares a comer frutas, entre los que se citan duraznos, naranjas o marañones, para saciar su hambre, a escondidas de las personas mayores.

También era usual la visita a las bodegas de las cocinas para golosear los grandes frascos o canastos donde se mantenían las conservas, panes, empanadas o tortillas que con anticipación las madres preparaban para la semana, o bien la misión de descubrir el lugar secreto de la cocina donde se escondían las comidas para saquearlas.

El ayuno y la necesidad de consumir pequeñas porciones de alimento fue la motivación para que en los claustros y monasterios se desarrollara una línea gastronómica que aún prevalece en la actualidad, con el uso de bacalao seco y salado, la elaboración de conservas dulces y ácidas, el uso de semillas y panes ácidos, así como la utilización de especias y aceites.

El bacalao seco y salado tuvo su origen en el siglo XV en Europa, como una forma de comercialización de países hacia el norte, entre ellos Noruega. Este tipo de pescado era de consumo popular e idóneo para largas travesías, como principal fuente de proteína para flotas que emprendían viajes en el mar

por largos períodos y requerían alimentos de larga vida útil.

En el calendario litúrgico, la prohibición del consumo de carnes rojas en la época medieval era muy estricto, y no solamente se limitaba para la celebración de la Cuaresma y Semana Mayor, por lo que se fomentó la práctica del consumo de pescado, aunque por las prácticas de conservación y almacenamiento, era difícil consumirlo fresco. De tal forma que el pescado seco y salado, principalmente de ballena era muy común. Siendo el bacalao seco y salado un producto disponible y comercializado por los vascos, poco a poco comenzó a posicionarse en la dieta de los europeos.

La comercialización en Europa del bacalao seco y salado se incrementó notablemente durante el siglo XV y motivó a los comerciantes a explorar el mar en Irlanda y otras partes del océano Atlántico, en la búsqueda de bancos de peces. Los navegantes exploradores de nuevas tierras en la búsqueda de bacalao inclusive tiene una relación con el descubrimiento de América. Cristóbal Colón, incluyó dentro de sus provisiones de alimentos al bacalao seco y salado, el cual fue traído a América en las tres flotas.

La herencia gastronómica para la época de la Semana Mayor ocurre en el continente americano a través de los conventos y monasterios, donde los españoles traen consigo las tradiciones culinarias y transmiten sus conocimientos, imponen sus reglas y favorecen la preparación de sus platillos, aunque en muchos casos tuvieron que adaptarlos según la disponibilidad de ingredientes en la región o aceptación de los nuevos sabores con la creación de nuevas recetas mestizas de influencia indígena, española y africana.

El bacalao seco y salado forma parte de muchos platillos de tradición española en forma de potajes con verduras y leguminosas. Al llegar los primeros colonos españoles a nuestro país, traen el alimento y sus técnicas culinarias, con lo cual lo único que faltaba era la combinación con ingredientes nativos para la elaboración de platillos criollos.

Costa Rica, en comparación con otros países de la región, guardó la tradición en la



Miel mango verde elaborada en San Mateo de Alajuela. Fotografía Patricia Sedó Masis, TCU-486, 2014.

elaboración de una sopa tradicional, que incluye muy poca variedad de verduras (cebolla, ajo, papa, zanahoria) y en ocasiones huevo. Generalmente, esta sopa es de predominantemente sabor salado debido a que la costumbre es eliminar en parte la sal de conservación del pescado. Además, es común servir la sopa acompañada de un encurtido de vegetales a base de vinagre o mostaza, lo cual contrasta el sabor salado con el ácido.



Conserva de coayote elaborada en Puriscal. Fotografía de Patricia Sedó, Proyecto TCU-486, 2013.

En el siglo XIX, los migrantes de Las Antillas y de otros países como Italia e India, trajeron nuevas tradiciones culinarias a nuestro país, que se unen a lo heredado por españoles y negros, de ahí que en la provincia de Limón destaquen otros platillos con bacalao no comunes en el resto del país, como es el caso de la cocción de verduras y bacalao en un platillo conocido como “rondown” o la

elaboración de tortas a base de bacalao con el uso de especias aromáticas como jengibre, nuez moscada, tomillo, entre otros.

Otra línea gastronómica relevante en la Semana Santa es la dulcería artesanal, introducida por los españoles, quienes a su vez desarrollaron la tradición ancestral de los romanos y árabes. Los árabes fueron quienes desarrollaron con mayor amplitud y destreza las técnicas de dulcería que luego heredaron a los españoles, con una tradición que data desde el siglo IX y que la cocina andaluza del siglo XIII muestra con una gran variedad de platillos dulces, incluyendo mieles cocidas en forma de melcochas o almíbares, confitería, turrone, masas dulces fritas, combinación de mieles con semillas y frutos secos, entre otras.

La tradición en la dulcería española se transmitía de generación a generación de personas dedicadas a la confitería y repostería, y muchos de los manuscritos sobre las técnicas de elaboración y uso de los productos eran resguardados en los conventos y monasterios, así como en las cocinas de reyes.

En España antigua era costumbre consumir productos dulces al finalizar las comidas, y existía también la tradición en la elaboración de ciertos productos dulces de acuerdo al santoral, Semana Santa o época navideña.

La tradición de elaboración de determinados platillos dulces para ciertos días del año llegó a nuestras tierras para quedarse como parte de nuestras tradiciones gastronómicas.

Tradiciones españolas para Semana Santa es la elaboración de las torrijas o torrijas a base de pan remojado con leche, vino tinto y huevo y ralladura de limón, frito en aceite de huevo y bañado con miel. También están las rosquillas fritas a base de harina de trigo, huevo, azúcar y licor de anís. Otra masa frita muy popular son los buñuelos, a base de harina de trigo, leche, mantequilla, sal y aceite.

Para época de Semana Santa antiguamente era común en Cartago el uso de membrillo, toronja y duraznos; además, era común dos

postres tradicionales españoles: las torrijas



Elaboración de miel de toronja. Fotografía de Patricia Sedó Masis, proyecto TCU-486, 2008.

o torrijas y el arroz con leche. No obstante, con el transcurrir del tiempo la variedad de amplió y destacan todo tipo de dulces o conservas que incluye compotas, frutas en almíbar, cajetas, melcochas, frutas confitadas o caramelizadas.

La tradición en la dulcería en Costa Rica se fortalece con la introducción de la caña de azúcar y el desarrollo de los trapiches, con lo cual se incrementa la disponibilidad de miel y su uso en la conservación de alimentos, con una gran variedad de productos.

La elaboración de tapas de dulce llevó a una versión de miel de chiverre en tapas para Semana Santa, típico en varias zonas del cantón de Dota.

La Semana Santa generalmente se celebra entre la última semana del mes de marzo y las dos primeras semanas de abril, momento en que existe una amplia cosecha de diversas frutas y verduras, entre ellas chiverre, mango, jocotes, marañones, toronjas. Igualmente, de manera no estacional se dispone de coco, papaya, piña y otros productos con los cuales se elaboran diversos platillos dulces.

El chiverre es uno de los productos estrella de Semana Santa que muestra la relevancia de las tradiciones alimentarias, por cuanto a pesar de que el clima permite la siembra en otros momentos, los agricultores han planificado la siembra para que los frutos estén sazones en época de Semana Santa,

momento en que son altamente consumidos en el país.

En el Valle Central es común la elaboración de la miel de chiverre, a base de pulpa de chiverre sazón machacada y que adquiere una apariencia hebrosa (conocida en México como cabello de ángel), la cual se cocina en miel de caña de azúcar. Igualmente, se acostumbra preparar chiverre cristalizado, cuya pulpa se cocina en agua con cal para que adquiera una textura crujiente y se cocina en almíbar sin perder su apariencia firme. Es tradición el uso de hojas de higo o las semillas de tamarindo en la elaboración de la miel de chiverre, ingredientes que aparentemente modifican su sabor aunque se utilizan en reducida cantidad.

Otras mieles comunes en Guanacaste, Puntarenas y el Valle Central son las mieles o conservas de papaya madura o verde, mango verde, marañón y piña.

Con las frutas cítricas también se hereda la tradición de elaboración de jaleas, mermeladas y cortezas confitadas, destacándose la miel y la conserva de toronja, caracterizada por su combinación de sabores dulce y amargo. Otra miel que antiguamente era muy común elaborarla en época de Semana Santa era la miel de ayote, como postre predilecto en el Domingo de Ramos.

El arroz con leche, postre de herencia española, aparece como otra de las preparaciones comunes para época de Semana Santa, principalmente para el Domingo de Ramos y Domingo de Resurrección.

Resalta el uso de esencia de vainilla, canela y clavo de olor como principales productos aromáticos, tanto de las mieles como de los postres tradicionales. Otro postre tradicional español introducido en Costa Rica fueron las torrijas o torrijas, un platillo dulce a base de rodajas de pan sumergidas en leche, fritas y luego bañadas con miel. Este postre antiguamente era elaborado por las familias rurales con una variante que llevó al origen de la miel de pan; sin embargo, actualmente son relativamente

muy pocas las familias que continúan con la tradición de este platillo.

Los panes dulces caseros es otra línea gastronómica de herencia española que se desarrolla con fuerza en Cartago colonial y que se propaga por todo el Valle Central. Antiguamente, resultaba indispensable en las casas elaborar panes para autoconsumo, disponiéndose de hornos de barro en los solares. Los panes más comunes eran los dulces, y la práctica de elaboración de panes de manera anticipada a la Semana Santa era muy común. Actualmente, a pesar de la alta disponibilidad de panes en el mercado, prevalece la costumbre de elaborar panes caseros para esta época, inclusive como una práctica familiar donde se siguen las recetas y se participa a varios miembros de la familia en la elaboración.

### El huerto como expresión de devoción popular y manifestación gastronómica



Huerto de la Parroquia de San Ramón de Alajuela, Fotografía de Silvia Chaves, TCU-486, 2011.

El huerto representa el Monte de Getsemaní donde Jesús fue a orar con sus discípulos tiempo antes de su crucifixión y muerte. Como espacio representativo de este lugar, se estableció la antigua costumbre de preparar un lugar especial donde las personas podían llevar sus donativos como ofrendas y una forma de colaborar con la Iglesia a la que denominaron “huerto”.

No se tienen datos disponibles sobre el origen de la tradición de elaboración del huerto en Semana Santa, aunque se tienen registros de que para inicios del siglo XX, la



construcción del huerto era una actividad popular y muy aceptada por los feligreses.

Los encargados de construir este espacio recolectaban los utensilios y materiales requeridos para la elaboración de la tarima provisional muy cerca del templo parroquial, la cual se rodeaba de cañas de bambú y ramas de uruca, para simular una verde montaña.

Se debía representar un paisaje lo más cercano posible al monte donde Jesús fue a orar previo a su entrega para la crucifixión. En el huerto se colocaban plantas ornamentales de todo tipo, frutas, verduras y animales donados por los feligreses.

Las personas donantes sabían que con anticipación debían llevar sus donativos para el huerto, cuya venta era necesaria para recaudar fondos con el fin de atender las diferentes necesidades de la parroquia para esas fechas. Las carretadas de leña, carbón o cualquier otro producto de la cosecha del año, eran bien recibidos en la parroquia desde el Lunes Santo.

Los productos eran colocados de manera ordenada en el suelo, cerca de la imagen del Señor del Huerto. Generalmente se vestía a la imagen con una larga túnica blanca sujeta con un cordón dorado y un manto de color verde o morado intenso y permanecía desde el martes hasta la mañana del viernes de la Semana Mayor (Viquez G., Viquez B., 1972 citado por Zeledón, 1998).

Sacos de naranjas, limones, chayotes y ayotes; racimos de pejibayes y ramilletes blancos de flores de itabo se apilaban en el huerto esperando a sus compradores. Mientras que las medidas (cintas moradas o blancas con una longitud de 25 cm y que las personas compraban como reliquias), los escapularios y algunas estampas con representaciones del Vía Crucis eran colocados en una mesa para su venta.

También podían encontrarse canastos de bejuco yugos, alguno que otro cuchillo con su vaina de cuero y otras artesanías. Terneros, gallinas, cabras, cerdos y los llamados “gallos de pasión” eran ubicados en los corrales adjuntos al huerto.

En el suelo o en la mesa, se colocaban los canastos llenos de huevos, aguacates y las botellas de miel de abeja, así como los racimos de bananos y los atados de dulce. Los donantes llegaban con estos regalos como promesa o petición de bendiciones para sus actividades agrícolas.

Los gallos de pasión, aves donadas de forma exclusiva para el huerto, representaban al gallo que cantó en la tercera negación de Pedro, el apóstol, al preguntársele sobre Jesús. Su menuda apariencia, colorido plumaje y fino y triste canto son la atracción de los que visitan el huerto, quienes los observan en los corrales o encierros improvisados, amarrados de una pata y sujetos de una estaca en el suelo y cuya tradición de presencia en el huerto se mantiene desde hace varias décadas.

Se menciona que anteriormente, era costumbre que las personas pusieran a empollar los huevos 22 días antes de la celebración de la Semana Mayor, con el objetivo de que los pollitos nacieran el propio jueves santo. Una vez nacidos, los pollitos eran examinados por la experta criadora para separar las hembras de los machos. Estos últimos eran los llamados “gallos de pasión”; aunque esta historia difiere de la realidad puesto que, de ser verdadera, los pollitos que se regalaban para el huerto estaban recién nacidos y los gallitos que las personas observaban en el huerto tenían ya varios meses de nacidos, de acuerdo con su tamaño y plumaje. Para otras personas, los gallos de pasión era una raza diferente a la ordinaria de los gallineros de las casas. Su tamaño pequeño y canto melancólico los diferenciaba de otras razas (Zúñiga, 1992).

Durante todos los días, el fino y triste canto de los gallos de pasión llamaba a los feligreses para que se acercaran al huerto y cooperaran con la parroquia. Dos, tres, cinco gallos se agrupaban en un solo corral construido de forma improvisada, esperando que alguna alma caritativa quisiera llevarse los, dado que, según los que tenían gallinero, eran animales decorativos, no servían ni como fuente de carne por su menudencia, ni para tener más crías. De cuerpos diminutos y vistoso plumaje, los gallos de pasión esperaban a sus

compradores. Su triste canto recordaba también el pasaje bíblico en el cual el apóstol Pedro niega tres veces a Jesús y canta un gallo.

Las señoras devotas se desprendían de sus mejores matas cultivadas en sus solares. En tarros herrumbrados, tiestos o tinajas, lucían sembradas gloxinias y violetas; mientras que en troncos de güitite, las más bondadosas traían las guarias florecidas para adornar el huerto.

Desfilaban también los platos repletos de comidas especiales para la venta donde no podían faltar las conservas de toronja y chiverre, el arroz con leche y el pan casero. En la misa del día miércoles santo por la noche, el sacerdote anunciaba la venta de productos en el huerto y pronto la mayoría de lo donado es vendido exitosamente.

Como tradición, uno de los gallitos de pasión era dejado como mascota para el cura párroco, el cual generalmente era recogido una vez que el huerto se cerraba, el viernes después de la procesión del Santo Encuentro (Zúñiga, 1992).

Para Celso Lara (2004), los huertos son considerados como altares especiales que pertenecen al folklore de la Pasión. Es una forma de expresión popular religiosa dedicada a la conmemoración de la pasión de Jesucristo, representada con una imagen que puede ser del Jesús Nazareno, el Cristo de los Dolores, Jesús con la cruz a cuestas, inclusive en otros países es común la colocación de la Virgen de los Dolores. Estas imágenes se exhibían en los mejores altares, mientras las demás eran cubiertas con telas moradas desde el comienzo de la Cuaresma.

Al analizar la elaboración del huerto con otros altares simbólicos como el del nacimiento en Navidad o los altares en la Fiesta de Corpus Christi, se asemeja en aspectos básicos tales como la representación de un pasaje bíblico, la utilización de adornos como frutos y flores producidos localmente y donados a la iglesia (Lara, 2004).

Respecto a sus características propias, está lo transitorio de su presencia en las actividades de Semana Santa, que no dura más de dos días, la presencia de un animal específico, como lo es el gallo de la pasión. Este altar esta estrechamente relacionado con la parroquia y solamente se construye uno solo en el pueblo.

Según Lara (2004), la práctica de elaboración del huerto es una manifestación del mestizaje cultural. Amalgama prácticas de celebración de nuestros pueblos indígenas precolombinos, como lo es las ofrendas de alimentos y otros productos a los dioses. Por su parte, prácticas religiosas traídas por los conquistadores españoles se manifiestan en la celebración cristiana católica para la Semana Santa y la práctica de elaboración del huerto, en recordación del pasaje bíblico relacionado con la oración de Cristo en Huerto de los Olivos.

Cabe destacar que la celebración de la Semana Santa fue instituida en el año 325 en el Concilio de Nicea I, en el cual se establece que la Pascua de la Resurrección debía celebrarse siguiendo ciertas reglas básicas. Por su parte, las procesiones fueron establecidas en la Edad Media, promovidas por los misioneros franciscanos en España, siendo Sevilla uno de los pueblos más destacados.

La elaboración de huertos es una práctica comunitaria que está en vías de extinción, en muchas localidades del país. A pesar de lo anterior, las parroquias más alejadas de la capital se resisten a dejar la práctica de construcción del huerto, puesto que representa un espacio para compartir en grupo. Con el afán de revivir las costumbres de antaño, la Municipalidad de San José en coordinación con la Catedral Metropolitana de San José organizó para el año 2010 la construcción del huerto, para lo cual se invitó a los vendedores del Mercado Central para que colaboraran con este. Huevos, botellas de miel de abeja, tapas de dulce, flores de itabo y otros productos tradicionales fueron regalados por encargados de los puestos de venta en el mercado, participando activamente en esta iniciativa (Varela, 2010).

### Las Ferias y mercados en el contexto de Semana Santa

El comercio de alimentos se mueve de manera importante en época de Semana Santa.

Productos que regularmente no se disponen o se venden en pequeña escala durante el resto del año, como puede ser el dulce de tapa, el coco, los pescados y mariscos o el chiverre, para citar algunos, encuentran su mayor venta en esta época.

Los mercados, ferias del agricultor, ferias promocionales y microempresas familiares de conservas y panadería son los principales espacios para la producción y venta de variados productos para Semana Santa.

En el caso del Mercado Central de San José, desde hace varios años se realiza la Feria del Pescado; por su parte en Puntarenas es tradicional la Feria FERIMAR donde pescadores comercializan de manera directa sus productos.

Por su parte, Laguna de Zarcerro desarrolla la Feria del Chiverre, como un espacio para la comercialización de este fruto y productos derivados, con una gran aceptación por parte del público. Agricultores del Cerro de la Muerte y cantón de Dota ofrecen también la Feria del Chiverre para promover la venta de este producto y de otros que se siembran en la zona, como es el caso de las moras, mientras que productores de Tucurrique generalmente se organizan para la Feria del Palmito.

En las ferias del agricultor repuntan los alimentos tradicionales para la elaboración de diversos tipos de productos, tales como flor de itabo, palmitos, raíz de chayote, arracache, papayas verdes, cocos y productos elaborados de forma artesanal, entre los que se encuentran mieles, conservas y encurtidos.

### Bibliografía

Agencia Católica de Informaciones ACI Prensa (2016). *¿Qué es la Cuaresma?*. En línea: <https://www.aciprensa.com/recursos/ques-la-cuaresma-1920/> Consultado 15 de marzo 2016.

Aram, Bethany. (2008). *Leyenda negra y leyendas doradas en la conquista de América*. España: Marcial Pons Ediciones de Historia.

Diócesis de Canarias España (2016). *Cuaresma, signos y símbolos*. En: <http://www.diocesisdecanarias.es/horarios-recursos/cuaresma-actividades/cuaresma-signos-y-simbolos-de-la.html>. Consultado el 18 de marzo 2016.

Enciclopedia de la Gastronomía Española . *Recetas de la Cuaresma y Semana Santa*. En línea: <http://www.encyclopediade gastronomia.es/>

García Monasterio Vilma. (2011). *Cocina de Semana Santa: entre lo profano y lo divino*. En línea: <http://vilma-garcia-monasterio.suite101.net/cocina-de-semana-santa-entre-lo-profano-y-lo-divino-a48898> Consulta realizada el 10 de marzo 2012.

González Romano (2012). *La alimentación tradicional costarricense: propuestas para su revitalización*. Costa Rica: Programa conjunto Políticas Interculturales para la inclusión y generación de oportunidades/Ministerio de Salud.

Lara Celso. (2004). *Huertos y velaciones populares de Cuaresma. Tradiciones de Cuaresma en Guatemala*. En línea: <http://www.semanasantaenlinea.com> Universidad de San Carlos de Guatemala. [consultado: 3 de mayo 2010].

Méndez Alfaro Rafael (2011). Viajeros en Semana Santa. En: *La Nación*, Rev. Áncora, p. 3.

Rojas Freddy, Bermúdez Gerardo, Jiménez Quirico (2006). *Plantas ornamentales del Trópico*. Cartago: Editorial Tecnológica de Costa Rica.

Sánchez Sequeira Gerardo (2011). *Mis recuerdos de la Semana Santa*. En línea: [http://www.museocostarica.go.cr/es\\_cr/aportes/tradiciones-de-semana-santa.html](http://www.museocostarica.go.cr/es_cr/aportes/tradiciones-de-semana-santa.html). Consulta realizada el 11 de marzo 2012.

Sandoval Juan. (2007). *Apuntes sobre gastronomía guatemalteca*. En línea: <http://www.cuaresmaysemanasanta.com/comidas>. Consulta realizada el 10 de marzo de 2012.

Ross, Marjorie (1990). *Al calor del fogón. 500 años de cocina costarricense*. San José: Ediciones Farben.

Ross Marjorie. (2007). *Entre el comal y la olla, fundamentos de la gastronomía costarricense*. San José: EUNED.

Varela (2010). Tradiciones extintas. En: *La Nación*, Revista. Proa. 21 de marzo del 2010, p. 16-17.

[www.guiadelacocina.com](http://www.guiadelacocina.com). *Gastronomía de Semana Santa en diversos países*. En línea: <http://www.guiadelacocina.com/cultura-gastronomica/gastronomia-de-semana-santa-en-diversos-paises-segunda-parte-algunos-platos-tipicos-por-pais.html> Consulta realizada el 10 de marzo 2010.

Zúñiga Garro Mario Pbro. (†). (1992). *Añoranzas sobre los huertos en Semana Santa*. San Sebastián, documento inédito.