

El amaranto o huauhtli: usos y costumbres en pobladores prehispánicos

Antropóloga física Gisela Moncada González
gismoncada@hotmail.com

Doctora Josefina Mansilla Lory
dra_mansilla@yahoo.com
DIRECCIÓN DE ANTROPOLOGÍA FÍSICA - INAH

Dentro del proyecto de las agresiones ambientales (estrés) en poblaciones esqueléticas de México es necesario contemplar, como una de las variables a estudiar, elementos de la nutrición que pudieran coadyuvar en la respuesta del organismo ante las agresiones ambientales. El organismo al tener una buena nutrición puede ser capaz de contrarrestar los efectos negativos.

En ese sentido es necesario analizar los alimentos que formaban parte de la dieta de estos grupos. Tal es el caso del amaranto, que al ser una planta muy nutritiva era parte importante de la alimentación de los grupos prehispánicos.

El amaranto, uauhtli o también llamado alegría es una planta que a lo largo de la historia de la humanidad ha tenido varios usos. El presente trabajo pretende abordar cuáles han sido los más comunes en los pobladores de la época prehispánica, básicamente desde un enfoque alimentario y religioso; esto con el fin de reconstruir las connotaciones sociales que ha tenido esta planta.

Para comenzar con el desarrollo del tema vale la pena esbozar, aunque de manera general, dónde y cuándo se reportan los primeros hallazgos de esta planta para el continente americano. Rojas Rabiela (1988) realiza un estudio sobre la agricultura indígena en el siglo XVI, destaca que las especies de amarantos domesticadas que producen semilla básicamente son dos: el *Amaranthus cruentus*, y *Amaranthus hypochondriacus*. La primera de ellas fue la planta domesticada más antigua en América, aproximadamente hace 7,000 años, el hallazgo se ubica en la Cuenca de México (Niederberger, 1976, en Rojas, 1988:184), y desde hace 5,500 años, (esta especie se sigue cultivando en la región de Tehuacán, Puebla, así como en el sur de México y Guatemala. (Cole, 1949:41-42, en Rojas, 1988:184)

De la segunda especie (*Amaranthus hypochondriacus*) se sabe que fue la que proveyó el consumo a la población en el siglo XVI, y se afirma que se domesticó después de la primera (*Amaranthus cruentus*), ya que sus restos más antiguos como especie domesticada datan de 1,500 años y se ubican en Coxcatlán, Puebla (Flannery, en Rojas, 1988:184).

Respecto a las zonas de cultivo durante la época prehispánica existe poca información aunque Sahagún, en su obra *Historia general de las cosas de la Nueva España*, señala que el amaranto se cultivó principalmente en tres zonas: la matlalzinca, la ocuiltera y la michoacana, en esta última se hace referencia a la semilla de uauhtli junto con semilla de chían. De acuerdo con la afirmación que hace Sahagún se puede decir que el uauhtli era un cultivo de tierra fría y de altiplano (Sahagún, 1975, en Rojas, 1988:183-184.).

Estudios enfocados al sistema de siembra corroboran el dato que ofrece Sahagún, y afirman que una de las ventajas que posee esta planta durante su siembra es que tiene una gran resistencia durante las heladas (Rojas, 1988: 80), lo que permite inferir que el amaranto, a diferencia de otras plantas, debió haberse consumido en abundancia en la época prehispánica, para cubrir las necesidades de otros alimentos, los cuales por ser una temporada difícil no fuese posible su siembra.

Es evidente que al ser una planta de grandes ventajas en su cultivo, el ser humano haya logrado su persistencia, con el fin de cubrir sus propias necesidades. En el ámbito alimentario parece tener sentido, ya

que el amaranto fue una planta conocida antes de la llegada de los españoles con el nombre de uauhtli, ocupó un lugar importante en la dieta de los pobladores prehispánicos de América; al igual que en otras regiones de Sudamérica, África y Asia (Amo del, 1988:61). El nombre de alegría se le dio posteriormente, ya en el siglo XVI, y se hacía referencia al dulce que se prepara con la semilla (Reyna, 1988:11).

Algunos autores han señalado que «De no haber existido el maíz, probablemente el huauhtli...hubiera ocupado su lugar como alimento básico de los pueblos indígenas»¹, esto se explica a partir del alto consumo que hubo en épocas prehispánicas aunado a las altas propiedades nutricionales que posee este grano, incluso por encima del frijol.

Una forma de justificar que el amaranto o huauhtli ocupó un lugar importante en la vida de los pobladores prehispánicos (con el fin de cubrir sus necesidades alimentarias), se manifiesta en las enormes cantidades que se pagaban de este grano como tributo durante la época de Moctezuma, incluso llegaron a pagar hasta 20 toneladas anuales (Sauer, 1950, en Reyna, 1988:79). De hecho, casi es posible equiparar las cantidades que se pagaban de tributo de este grano (amaranto),



Bendición de las cruces en el altar I. Acatlán, Gro., mayo 2002. © Lilián González.

con las del maíz y el frijol, que eran alimentos básicos en la dieta prehispánica (Farb y Armelagos, 1980:279).

El procedimiento más común que se le daba a la semilla de amaranto durante la época prehispánica, para poder ser incluida en su dieta, era el reventado, que consistía en un tratamiento, previo a la ingesta. El propósito de reventar la semilla era para impartir sabor, color y aroma agradable, así como mejorar la eficiencia proteínica, logrando mayor digestibilidad y destrucción de factores antifisiológicos en el organismo; lo que hacía a la semilla más nutritiva (Bershartl, 1981; Jaik y Tena, 1984, Sánchez-Marroquín, 1980, y Tena, 1984, en Reyna, 1988:79).

Entre las principales formas de preparación para poder consumir el amaranto era molerlo hasta hacer una harina, con la cual se elaboraban tortillas y tamales; aunque la forma más común era amasar la harina con maíz y miel, esta mezcla es la que empleaban para la elaboración de sus ídolos, y se le conocía con el nombre de tzoalli. También solían comerse el amaranto simplemente tostándolo agregándole «miel de maguey, o tostado y molido a la manera de pinole» (González, 1996:42).

Seguramente una de las ventajas que la población prehispánica encontró en el uso de este grano, además de las mencionadas en cuanto a su cultivo, es que las semillas podían ser almacenadas durante largos periodos sin que se dañaran por otros granos (Amo del, 1988: 68-70), así se proveía de alimento a la población en momentos de escasez.

Uno de los factores que ha llamado la atención sobre el grano del amaranto es su contenido de proteínas que, en promedio se encuentra en mayores concentraciones que en los cereales comunes, el contenido de proteína en la semilla es de 16%, compitiendo favorablemente con el arroz (7%), maíz, trigo, cebada (10%), avena (12%) y centeno (13%). Además, la proteína de la semilla del amaranto presenta casi el doble del contenido de lisina que la proteína del trigo y el triple de la del maíz, esto es comparable con la de la leche (NRC, 1984, en Reyna, 1988:12).

El amaranto es una planta de la que se pueden obtener varios productos, y cada población le daba distintos usos, por ejemplo, de la semilla se obtienen: germinados, cereal, pinole, alegrías y harina (con la cual se elaboran: tortilla, pan, pastas y pasteles, etcétera). Cuando la planta aún está tierna se utiliza como hortaliza de hoja, cuando está verde sirve de forraje (silo), y una vez seca como paja sirve para esquilmos (que son los frutos y provechos que se sacan de las ganaderías). Los tintes naturales y ornato se obtienen también de esta planta cuando está roja (Reyna, 1988:12).

Otro de los usos que tuvo el amaranto durante la época prehispánica, además de la alimentación, es el aspecto religioso del cual nos ocuparemos a continuación.

Como parte de la cosmovisión prehispánica, el amaranto ha jugado un papel importante dentro de las festividades pagano-religiosas. De acuerdo con la información vertida en algunas obras de frailes cronistas de la conquista, hacen referencia al uso del amaranto o huautli por pobladores prehispánicos, mencionan cómo lo utilizaban en sus ceremonias. La obra de fray Diego Duran señala

la preparación de la semilla de amaranto durante la fiesta de Huitzilopochtli:

«...molían mucha cantidad de la semilla de bledos que ellos llaman huautli, juntamente con maíz tostado. Después de molido, amasábanlo con miel negra de los magueyes. Después de amasado, hacían un ídolo de aquella masa, tal y tan grande...»²

Otro testimonio lo encontramos en la segunda *Carta de Relación* que Hernán Cortés escribe al emperador Carlos V, donde narra lo que los naturales hacían en sus ceremonias religiosas y describe como elaboraban las figuras de sus ídolos:

«Los bultos y cuerpos de los ídolos en quien estas gentes creen, son de muy mayores estaturas que el cuerpo de un gran hombre. Son hechos de masa de todas las semillas y legumbres que ellos comen, molidas y mezcladas unas con otras, y amásanlas con sangre de corazones de cuerpos humanos... amasaban aquella harina, y así hacen tanta cantidad cuanto basta para hacer aquellas estatuas grandes...»³.

De hecho la utilización del amaranto en la práctica religiosa para la elaboración de sus ídolos es una de las razones por las que fue perseguido su cultivo y casi extinguido por los conquistadores españoles (Sauer, 1960, Velasco y Heyden, 1986, en Reyna, 1988: 11), aunque se sabe que posteriormente en algunas regiones relativamente aisladas se siguió consumiendo, para ser usado en la fabricación de dulces llamados alegrías (Vargas, 1990: 86).

Comentarios y discusión

Justificar la utilización del amaranto en el ámbito religioso durante la época prehispánica es un asunto de accesible corroboración, ya que se cuenta con distintas crónicas que tanto soldados como frailes escribieron en la época del contacto tras el asombro de lo que observaban en las fiestas religiosas. Pues como bien señalan Fray Diego Durán y Hernán Cortés al mencionar sobre la elaboración de las figuras para sus ídolos.

Lo que resulta más difícil de documentar es el consumo de amaranto como parte fundamental de su alimentación, porque en las crónicas de los frailes sólo se encuentra información sobre el uso del amaranto en sus ceremonias, pues en ese sentido no debemos olvidar que el hecho de que los frailes cronistas no hicieran referencia sobre el uso del amaranto como parte de la dieta prehispánica no significa que no lo hubieran consumido, sino que dada su posición evangelizadora, las ceremonias religiosas fue uno de los aspectos que más llamó su atención y por ello lo reportan. Sin embargo, nos valdremos de otras fuentes para justificarlo.

En realidad, en la literatura constantemente se reporta al amaranto como un alimento de alto consumo en los pobladores prehispánicos, lo que parece menos accesible encontrar es esta información vertida en las crónicas de soldados y frailes de la conquista de manera explícita; por ello utilizaremos referentes como el tributo y las ventajas del cultivo de esta planta para argumentar el consumo del grano.

Tomando en cuenta el dato previamente citado sobre el pago de tributo de 20 toneladas anuales en la época de Moctezuma, se encuentra que tal cantidad era realmente excesiva si se piensa que únicamente se utilizaba para la elaboración de figuras de sus ídolos en ceremonias religiosas; por lo que se infiere que esta demanda de amaranto debió cubrir también necesidades alimentarias. En la literatura se encuentra que Tenochtitlán es uno de los lugares donde más se consumió, obviamente por ser sitio principal de tributo; lo que indicaría la abundancia de este grano.

En resumen, respecto a las ventajas de esta planta en su cultivo destacan las siguientes: a) su resistencia ante las heladas y b) la posibilidad de almacenamiento por largas temporadas sin que se dañe el grano. Otra cualidad es que se pueden obtener múltiples productos, tales como germinados, cereal, pinole, alegrías y harinas, con las que se elaboran: tortilla, pan y pastas, entre otras. Si la planta está tierna se utiliza como hortaliza de hoja, si está verde sirve de forraje (silo), y una vez seca como paja sirve para esquilmos (que son los frutos y provechos que se sacan de las ganaderías), y cuando la planta está roja se utiliza para los tintes naturales y ornato.

Finalmente otra de las ventajas de esta planta la encontramos en su enorme valor nutricional, incluso rebasa al del maíz y frijol previamente mencionado. Si bien los pobladores prehispánicos tal vez no contaron con la conciencia de ese valor (como actualmente se tiene de los alimentos), con seguridad el amaranto fue una fuente importante de proteína; un tema que ha sido discutido siempre es si en la dieta prehispánica se contaba o no con suficientes alimentos proteínicos.

Notas:

¹ González, De la Vara, *La cocina mexicana a través de los siglos. Época prehispánica*, 1996, 42 p.

² Durán, D, *Historia de las indias de la Nueva España*, 1967, 28 p.

³ Cortés, H, *Cartas de relación*, 1960, 53 p.

Bibliografía:

- Amo Rodríguez, Silvia del, *Cuatro estudios sobre sistemas tradicionales*, México, INI, 1988, 91 pp.
- Cortés, Hernán, *Cartas de Relación*, México, Editorial Porrúa, 1960, 267 pp.
- Durán, fray Diego, *Historia de las indias de la Nueva España*, notas e introducción por Ángel Ma. Garibay, México, Editorial Porrúa, (Tomo I), 1967, 341 pp.
- Farb, Peter y George Armelagos, *Consuming Passions. The Anthropology of Eating*, E.U.A., Houghton Mifflin Comapany, 1980, 279 p.p.
- González, De la Vara F., *La cocina mexicana a través de los siglos. Época prehispánica*, México, Clío, Fundación Herdez, 1996:42.
- Heyden, Doris y Ana María Luisa Velasco, *El ciclo de la vida del pilli y del macehual: su participación en las fiestas religiosas*, México, Cuadernos de trabajo, DEAS, núm. 12, 1975.
- Reyna, Trujillo, T., *Investigaciones recientes sobre el amaranto*, México, UNAM, 1988, 101 pp.
- Rojas Rabiela, T., *Las siembras del ayer. La agricultura indígena del siglo XVI*, México, SEP., CIESAS, 1998, 220 pp.
- Vargas, Luis A. y Leticia Casillas, *La alimentación en México durante los primeros años de la colonia*, en: González Aguirre Beltrán y Roberto Moreno de los Arcos, *Historia General de la medicina en México* (Tomo II), México, UNAM-ANM, 1990, 351 pp.