

Una semblanza histórica de la ensalada de Nochebuena

Doctor José Luis Juárez López

ESCUELA NACIONAL DE ANTROPOLOGÍA E HISTORIA - INAH

Una de las épocas del año en que nuestra cultura culinaria y paladar nos orientan hacia lo más tradicional en el terreno de los alimentos es la Navidad. Entre las especialidades que en nuestro país más se acostumbra tanto para la cena de Noche Buena como para la de Año Nuevo están el bacalao a la vizcaína, los romeritos en revoltijo, los buñuelos y el ponche. Estas preparaciones ocupan un lugar de honor en nuestras mesas. Una especialidad más que en esta temporada de paz y bienestar es recurrente es la llamada Ensalada de Nochebuena, también conocida como Ensalada de Navidad, cuyo devenir tiene una serie de cambios que la ubican como plato característico de nuestro acervo culinario.

Carlos Delgado afirma en su Diccionario de gastronomía que por ensalada debemos entender "Hortalizas aderezadas con sal, aceite, vinagre y otras cosas".¹ Pero suscribir la Ensalada de Nochebuena a esta definición es encerrarla en una descripción demasiado simple. Una receta contemporánea de esta preparación nos indica que sus componentes son lechuga y betabel cocido, caña, naranja, plátano macho, manzana, lima, jícama, limón real, cacahuate y colación, que juntos son una explosión de tonalidades relacionadas con los colores que encontramos en piñatas, nacimientos y árboles navideños,² pero su composición no ha sido siempre la misma.

En México, las ensaladas han sido parte de las comidas desde el siglo XVI. Los cocineros de Hernán Cortés prepararon una como parte del banquete con el que se celebró la llegada del virrey Antonio de Mendoza a la Nueva España. La Décima Musa, Sor Juana Inés de la Cruz, señaló otra en uno de sus famosos villan-

cicos que dice Como es día de Vigilia, la víspera de San Pedro, sólo con una ensalada, hacer colación podemos. Durante el siglo XVIII, como en los anteriores ensalada quería decir mayormente lechuga picada aunque después la palabra se usó para designar preparaciones con ejotes, chayotes, coliflor y cebolla como lo demuestra el recetario colonial Libro de cocina del hermano fray Gerónimo de San Pelayo.

El cocinero mexicano de 1831 es un documento en el que la Ensalada de Nochebuena tiene un primer registro que al mismo tiempo es una celebración. En el primer tomo de este recetario aparte de la receta podemos leer un veredicto: "de todas las ensaladas la más pomposa y magnífica es sin contradicción la de Nochebuena; de suerte que podría llamarse La Ensalada por antonomasia: ¡qué mezcla de cosas!, ¡qué abundancia de sustancias! Un platón de ella es la Plaza del Volador en miniatura y, en una palabra, es la olla podrida de viernes y en crudo".³ Este elogio es muy importante pues nos indica el aspecto tradicional de la ensalada e inaugura su aparición en los recetarios. He aquí la receta.

Ensalada de Nochebuena

Se ponen a cocer aparte las zanahorias y los betabeles, pero éstos con rabos y todo, y para que queden colorados, no se echan a cocer sino hasta que esté hirviendo el agua tequesquite asentado. Unas y otros se pican muy menudos, y fríos se revuelven con la lechuga que también estará picada muy menuda. Se asan dientes de ajo, según la cantidad de ensalada, y con pimienta se muelen y se echa sobre la lechuga con su correspondiente aceite y vinagre (algunos añaden una puntita de azúcar). Se le mezclan

pasas, almendras, cacahuates pelados, plátano pasado y las frutas de esta clase que se tengan, y por encima se adorna con jícamas, naranjas, perón, plátano, todo rebanado, con rábanos divididos en cuatro, chilitos y aceitunas.

Si comparamos esta receta con la que señalamos anteriormente nos damos cuenta de que contiene más ingredientes. En este caso se trata de una fórmula de cuatro pasos. En el primero entran las zanahorias, la lechuga y el betabel. En el segundo se dan instrucciones para hacer el aderezo, con ajo, pimienta, aceite, vinagre y una punta de azúcar, que se vierte en la ensalada cuando se va a llevar a la mesa. En el tercero entran las pasas, almendras, cacahuates y plátanos y en el cuarto el adorno, que es con jícamas, naranja, perón, plátano, chilitos y aceitunas. Este modelo decorado estuvo vigente, con pequeños cambios, durante todo el siglo XIX, lo que confirma la idea de cambios lentos en las comidas tradicionales.

En el documento culinario poblano Manual del cocinero y cocinera tomado del periódico literario La Risa de 1849 encontramos nuestra ensalada con la misma estructura más la adición de acitrón, gajos de lima, hígados cubiertos y alcaparrones como se ve en la receta correspondiente.

Ensalada de Nochebuena

Picada bastante lechuga muy menuda, se hecha a remojar y allí mismo se remojan cogollos de lechuga blanca. Se cortan rábanos abriéndolos en cuartos; se pican zanahorias y betabeles cocidos, uno o dos rábanos crudos; se mondan nueces y piñones. Se pica acitrón y plátano pasado; se limpian de la cáscara gajos de lima y

naranja; se cortan en cuartos hígados cubiertos; se limpian cacahuates tostados; se rebanan algunos plátanos guineos; sacada la lechuga del agua, se revuelve todo muy bien y se forma una salsa de vinagre, aceite, ajos asados, molidos con sal y pimienta, y no se echa a la ensalada este caldillo hasta que se vaya a servir; y echada en el platón se adorna con los cogollos de lechuga, rábanos, rebanadas de jícama y trozos muy grandes de plátano pasado, chilitos, aceitunas y alcaparrones lavados.⁴

El cocinero y cocinera mexicanos de 1851 y el Nuevo cocinero mexicano en forma de diccionario de 1858 también dieron sus versiones. En el primer caso agregando al modelo granada, tiras de aguacate, manzana y confites. En el segundo nueces y piñones.

Ensalada de Nochebuena

Es también picada y sazónada con sal, aceite, vinagre, azúcar, cebolla picada y en trocitos chicos, betabel y zanahoria

cocida, rábano, jícama, plátano pasado, cacahuates, pasas, almendras, granada, tiras de aguacate, rebanadas de perón, manzana, plátano guineo y aceitunas, y todo bien incorporado y sazónado al gusto, se adornará con cogollos partidos, rábanos picados y abiertos, confites y rebanadas de naranja.

Ensalada de Nochebuena

Picada bastante lechuga muy menuda, se echa a remojar y allí mismo se remojan cogollos de lechuga blanca. Se cortan rábanos abriéndolos en cuartos; se pican zanahorias y betabeles cocidos, y uno o dos rábanos crudos; se mondan nueces y piñones; se pica acitrón y plátano pasado; se limpian cacahuates tostados; se rebanan algunos plátanos guineos; sacada la lechuga del agua, se revuelve todo muy bien y se forma una salsa de vinagre, aceite, ajos asados, molidos con sal y pimienta, y no se echa a la ensalada este caldillo sino cuando se vaya a servir, y echada en el platón, se adorna con los cogollos de lechuga, rábanos, rebanadas de jícama de lima, de naranja, de perón, y trozos más

grandes de plátano pasado, chilitos, aceitunas, y alcaparrones lavados.⁵

Que la Ensalada de Nochebuena, de acuerdo con los recetarios, era parte de la tradición navideña es innegable pero también encontramos referencias a ella en obras literarias que nos permiten ver lo popular que era y lo bien conocido de sus ingredientes básicos. Guillermo Prieto, al evocar sus recuerdos y escribir sus memorias, nos dice que éstos “son una ensalada de Nochebuena, en que hay lechugas, cacahuates, y confites, con aceite vinagre, frutas de la estación y sus labores de confites, canelones, rábanos y jícama”,⁶ mientras que Ignacio Manuel Altamirano en su famosa novela La Navidad en las montañas dice a propósito de la cena del 24 de diciembre “fue abundante y sana, algunos pescados, algunos pavos, la tradicional ensalada de frutas a la que da color el rojo betabel”.⁷

Los primeros años del siglo xx no parecen haber sido óptimos para el



C.B. Waite, Chapala, Jalisco, ca. 1908 © SINAFO-Fototeca Nacional.

desarrollo de esta ensalada roja. Por un lado, aparece como una preparación muy simple y compacta en la que ha perdido elementos, sobre todo el aderezo, como se puede apreciar en el recetario *Recetas prácticas y útiles sobre cocina, repostería, pastelería, etc.* de 1909 “en almíbar de medio punto se echa betabel cocido y picado, naranjas y plátanos rebanados, lechuga picada, almendras peladas, pasas, piñones, avellanas y un poco de vinagre”.⁸ Por otro, se detecta el arribo de una ensalada que viene a desbancar no sólo a la de Nochebuena sino a todas las demás: la Ensalada Rusa.

Ya desde el comienzo del nuevo siglo es notoria su presencia de la ensalada rusa en nuestro país. El *Diccionario del hogar* de Irene Paz, publicado en 1901 la registró compuesta de zanahorias, ejotes, chícharos, papas y pedazos de pescado y camarón, y aderezada con mayonesa, la llamó soberbia.⁹ Apareció también en *Recetas selectas de cocina* de 1911 y en *Recetas de cocina* escrito por Eugenia Argandar Vda. de Chávez de 1914. Su éxito fue tal que hasta los recetarios más nacionalistas como el de Concepción O.

Vda. de Rivera de 1915, que llevó como nombre La cocina. Las rectas más sencillas y fáciles de llevarse a la práctica arregladas a las costumbres mexicanas compartió con sus lectoras el secreto para hacer la mayonesa que entonces se puso de moda.¹⁰

Afortunadamente, la Ensalada de Nochebuena vuelve a aparecer con más frecuencia en los recetarios *Libro social* y familiar para la mujer obrera y campesina de Ana María Hernández y *Arte de cocina* de Carlota Villanueva, ambos de 1932. En sus respectivas recetas se puede ver un intento de retomar el aderezo así como la inclusión de ingredientes nuevos para adornar como es el caso de la colación y las tiras de caña.

Ensalada de Nochebuena

La lechuga la picas. Los betabeles bien limpios. los pones a cocer con agua y después los rebanas y con el agua los pones con la lechuga, las naranjas y las limas las partes en cuadritos, las jícamas y plátanos los pelas y partes en cuadritos, la caña pelada y en tiritas y después todo junto lo pones en una casuela grande, le pones

sal y un poquito de azúcar, vinagre y para servirse colaciones.

Ensalada de Nochebuena

Se pica finamente lechuga fresca y se le pone confites, cacahuates pelados, betabel cocido rebanado y pelado, gajitos de naranja dulce pelada y gajos de lima, zanahoria cocida y rebanadita, agua de azúcar, jícama pelada y rebanada, vinagre y sal para sazonar. Se revuelve todo y se sirve.¹¹

Ya para los cuarenta nuestra ensalada parece recuperar su lugar como se ve en el libro *150 recetas de ensaladas y platos frescos* de 1947, aun así enfrenta otra temporada de altibajos.

Ensalada de Nochebuena

Los betabeles se ponen a cocer, se escurren, se mondan y cortan en pequeños cuadritos. Las jícamas, naranjas, limas, manzanas y plátanos, se mondan y cortan en pequeños cuadritos, los cacahuates se limpian, la lechuga se lava y rebanda lo más finamente posible. Una vez listos todos los ingredientes, se unen en una fuente y se añade azúcar, vino y dulces de colación.¹²

En el México de mediados del siglo XX se pone en boga la idea de pertenencia al concierto de las naciones. Las publicaciones culinarias se orientan hacia el ámbito internacional. La colección *Adelita en la cocina*, en 10 volúmenes, dedicó uno a las ensaladas y platos fríos en el que sólo se puso atención a las ensaladas internacionales como la alemana de pepinillos y papas, la holandesa con papa, apio y coliflor y la italiana hecha con lechuga y pollo.¹³

En los sesenta se retomó la Ensalada de Nochebuena como parte de trabajos sobre la historia de la cocina mexicana y se le consideró representativa de los estados de México, Puebla, Hidalgo y Tlaxcala, típica de Navidad y sobre todo producto complejo de imaginación ornado por el color violeta de los betabeles que la componen. Salvador Novo, sin embargo, punta de lanza entonces, en su libro *Cocina mexicana o historia gastronómica de la ciudad de México*, al reseñar la navidad lo hizo usando un extracto de la pluma del poeta Manuel Gutiérrez Nájera en el que sólo los platillos franceses tiene cabida.¹⁴



Pescador en la cubierta de un barco, Sonora, 1955-1960 © SINAFO-Fototeca Nacional.



C.B. Waite, Seining un la Viga, México, D.F., ca.1906 © SINAFO-Fototeca Nacional.

A causa de una visión a favor de las preparaciones extranjeras que señala al pavo relleno acompañado de puré de papa o de manzana como única comida de Navidad, unida al nacionalismo culinario que vio a la cocina mexicana compuesta casi exclusivamente de platos a base de maíz, frijol y chile, la Ensalada de Nochebuena debió parecerse anticuada. Pero su modelo nos une con otras épocas y además nos habla del largo viaje que realizan ciertas preparaciones a través del tiempo. Con la Ensalada de Nochebuena regresamos a la época colonial en la que era común adornar guisos de carnero, gallina y pato con pasas, almendras, grajea y cacahuates, alcaparras, aceitunas antes de llevarlos a la mesa.¹⁵

En 1983 y 1984 con la difusión entusiasta que se le dio a esta ensalada por medio de concursos como los organizados por la Dirección General de Culturas Populares y apoyados por la Secretaría de Educación Pública que tuvieron como fin rescatar la cocina tradicional tenemos otra vez a la Ensalada de Nochebuena en la escena culinaria de México. En el segundo concurso resultó ganadora del primer lugar y en cuya receta podemos ver que ha perdido para siempre el aderezo. Por

eso a los ingredientes tradicionales betabel, zanahoria, frutas y colación indican se le agregue el agua en el que se cocieron los betabeles.¹⁶ La tradición navideña salió victoriosa a final de cuentas una vez más. Recuperó esta antigua ensalada que aunque modificada, al fin producto de por lo menos dos siglos, reivindicó su lugar como primera ensalada de México.

Notas:

- ¹ Carlos Delgado. Diccionario de gastronomía. Madrid, Ediciones del Prado, 1994, p. 97.
- ² Roger Díaz de Cossío (coord) ...Y la comida se hizo. No. 4. México, Editorial Trillas, 1985, p. 70.
- ³ El cocinero mexicano t.1. México, Imprenta de Galván, 1831, p. 95.
- ⁴ "Manual del cocinero y cocinera" tomado del periódico La risa: Edición facsimilar 1849. México, Condumex, 1992, pp. 312-313.
- ⁵ "El cocinero y cocinera mexicanos", México, Impreso por Antonio Díaz, 1851, p. 182; Nuevo cocinero mexicano en forma de diccionario. México, Rosa y Bouret, 1858, p. 288.
- ⁶ Guillermo Prieto, Memorias de mis tiempos, México, Porrúa, 1985, p. 155.
- ⁷ Ignacio Manuel Altamirano, Novelas cortas, México, SEP, 1944, p. 44.
- ⁸ Recetas prácticas y útiles sobre cocina, repostería, pastelería etc., Durango, Tipografía de Toribio Dorador, 1909, p. 123.

⁹ Ireneo Paz, Diccionario del hogar, México, Imprenta Litografía y Encuadernación de I. Paz, 1901, p. 517.

¹⁰ Concepción O. Vda. de Rivera. La cocina. Las recetas más sencillas y fáciles de llevarse a la práctica arregladas a las costumbres mexicanas, México, Antigua Imprenta de Murgía, 1915, pp. 47-48.

¹¹ Ana María Hernández. Libro social y familiar para la mujer obrera y campesina, Chihuahua, Imprenta Modelo, 1932, p. 119; Carlota Villanueva, El arte en la cocina Moralia, Tipografía Mercantil, 1932, p. 45.

¹² 150 recetas de ensaladas y platos finos, México, Libros y Revistas, 1945, p.47.

¹³ 115 recetas de ensaladas y platos fríos, México, Editorial Albatros, 1955, pp. 11-19.

¹⁴ Virginia Rodríguez Rivera, La comida en el México antiguo y moderno, México, Porrúa, 1965, p. 147; Salvador Novo, Cocina mexicana o historia gastronómica de la ciudad de México, México, Porrúa, 1967, pp. 335-337; Amando Farga, Historia de la comida en México, México, B. Costa Amic, 1969, pp. 209-210.

¹⁵ Véase Recetario de doña Dominga de Guzmán, siglo XVIII México, Samborns/CONACULTA, 1996; Manuscrito Ávilas Blancas, Gastronomía mexicana del siglo XVIII, México, Restaurante El Cardenal, 1999.

¹⁶ Diciembre en la tradición popular. México, SEP, 1986.