

# Arroz, la base alimenticia de Colombia

domingo, 27 de julio de 2008

En la escuela, en Polonia, nos enseñan el típico que la nación que come arroz es la china. Es por esta razón que a las personas que nunca han tenido el acercamiento con los llamados países en vías del desarrollo les puede parecer extraño que en todos ellos se consume mucho arroz, no solamente en China.

## Cultivo de arroz

El arroz es considerado una de las plantas comestibles más antiguas del mundo. Después del trigo, es el cereal más cultivado en el planeta, tanto en los países de clima cálido como templado, representando el alimento básico de más de la mitad de la población mundial, sobre todo en Asia, África y Latinoamérica.

Es muy difícil establecer cuándo exactamente inició el cultivo de arroz. Algunas fuentes dicen que el arroz se domesticó hace más de seis mil años. Otras, basadas en los datos provenientes de la literatura china dicen que las siembras de arroz empezaron 3000 años antes de Cristo como una ceremonia religiosa, reservada sola y únicamente para el emperador.

El arroz se empezó a popularizar en el continente asiático y llegó hacia el año 800 al Mediterráneo. A España lo llevaron los árabes durante la conquista de la Península Ibérica. De allí, se considera que los españoles lo llevaron a Suramérica. De todas formas, tampoco se sabe con exactitud, cuándo el arroz llegó al hemisferio occidental. Algunos afirman que Cristóbal Colón, en su segundo viaje en 1493, trajo semillas de arroz, pero estas no germinaron. El historiador Fray Pedro Simón afirma que en el Valle del Magdalena, cerca de la población Mariquita, en el departamento colombiano del Tolima, hubo siembras de arroz ya en el 1580.

## Planta de arroz

Sea cual sea la fecha de la llegada del arroz al continente americano y a Colombia, el arroz, al lado del maíz, es indudablemente la base de la gastronomía colombiana y la principal fuente de proteína de las familias colombianas, no solamente las de escasos recursos. En Colombia, el almuerzo sin una buena porción de arroz no es un almuerzo que se respete.

Típico almuerzo colombiano:

una buena porción de arroz, pollo, tajadas de plátano y papa como verdura

En mi caso personal, nunca he comido mucho arroz. En Polonia y, más específicamente en la región de donde vengo, Gran Polonia, la base de la comida es la papa y cada almuerzo tiene que contener este tubérculo, sea en forma de papa cocida, papa francesa, puré, papa asada con cebolla, etc. El arroz lo comemos muy esporádicamente, con el plato llamado "kotletki" (pollo en salsa de limón) acompañado con zanahoria cocida que se suele servir los domingos o en sopa de tomate, intercambiando los fideos que a veces también se utilizan.

Esta ha sido toda mi experiencia arrocera en mi país. Al llegar a Colombia, me di cuenta de que las papas que tanto me gustan, en Colombia se suele comer con realmente poca frecuencia y muchas veces en forma de verdura y no base del almuerzo. Aquí se come arroz y punto. Colombia ocupa un alto promedio en el consumo de arroz en el mundo con sus 40 kg de arroz por persona al año que yo estoy bajando significativamente cocinando a lo polaco.

Delicioso postre colombiano a base de arroz,  
arroz con leche

Según los datos, en el mundo se distinguen tres grandes grupos de consumo de arroz:

- modelo asiático con un consumo superior a los 80 kg per cápita al año (China: 90 kg; Indonesia 150 kg);
- modelo subtropical con un consumo entre 30 y 60 kg per cápita al año y aquí se encuentra Colombia con sus 40 kg; Brasil con 45 kg y Costa de Marfil con 60 kg);
- modelo occidental con el consumo inferior a 10 kg per cápita al año (Francia: 4 kg; Estados Unidos: 9 kg).

De todas formas, y lo digo con todo mi convencimiento, el arroz es la base de la gastronomía colombiana y como dijo un sacerdote de la región de Villavicencio, Moisés Rodríguez, "Si Jesucristo hubiera nacido en los Llanos Orientales, las hostias serían de arroz y no de trigo".