



LOS DULCES, TRADICIÓN QUE SE MANTIENE EN SAN JUAN DEL CESAR

Por Hermes Francisco Daza

Entre las tradiciones arraigadas de la Costa Caribe, en el marco de la Semana Santa, está la preparación de dulces de diversos sabores y presentaciones, que sirven de pasabocas para los encuentros familiares y de amigos. Al indagar con abuelas sobre esta costumbre, cuentan que en San Juan del Cesar Sur de La Guajira y en regiones vecinas, especialmente en pueblos de la zona rural, se acostumbraba a preparar varias ollas de dulces para, luego, compartirlos entre familiares, vecinos y amigos. Esta práctica se ha ido perdiendo en algunos lugares debido al crecimiento de las poblaciones.

“Anteriormente la gente hacía dulces de uno o dos sabores y se los llevaba al vecino. Luego, el vecino llegaba y compartía los dulces que había hecho por su lado”: explicó Cenovia Vega, una de las dulceras de San Juan del Cesar, recordando que las personas se preparaban con arepas de queso, bollos de queso y bollos limpios, y se los comían con dulces, teniendo en cuenta que se restringía la ingesta de carnes. Las dulceras típicas de la región exponen sus productos en sus residencias (reconocidas), hechos de leche, coco, papaya, ñame, arracacha, mango, ciruela, zapote, tamarindo, piña, toronja, marañón, tomate, maracuyá, guandú, grosella, entre otros alimentos, que venden desde \$ 1.000 hasta \$10.000 pesos.

Para Cecilia Beatriz Benjumea Álvarez, quien manifestó que los dulces que más se comercializan son los tradicionales: el de ñame, leche y papaya; sin embargo, para algunas personas suele ser de interés dulces diferentes o exóticos como el de cáscara de guineo verde o arequipe con café.

Por su parte, Paulina “Dori” Zúñiga, quien tiene más de 40 años en esta labor, manifestó que “el secreto para hacer un buen dulce es saberlo hacer, porque si no es dulcera, aunque mire tutoriales o siga receta paso a paso nunca quedará igual; es una cuestión de sazón y a garrarle el punto exacto a las



frutas o tubérculos mezclados con azúcar o panela”

Destacó dulces como: el tropical, que tiene mango, piña, papaya y fresa; el Icaco, que es una de las frutas que se dan en Cartagena, Santa Marta y Venezuela; el manjar de las tres leches, preparado con harina de arroz, maicena, leche condensada, con leche líquida o leche en polvo; y el de maracuyá, que tiene gelatina sin sabor, maracuyá y azúcar.

Dulceras de antaño como Alida Ortiz, La Chacha y algunas ya fallecidas llamadas Las brujes, Las molina Carrascal, Las Moscote, Vega Coronado, Eulalia Plata, Dolorita Guerra, La Pipio, María y Mariana Fragozo, Carmen y Juana Mejía, Cayetana Campo, Monar Carrillo, Chuma, entre otras y de las nuevas generaciones que preparan para mostrar sus delicias, elaboradas con frutas y tubérculos propios de la región Caribe como cocadas de panela, carambolas, cocaditas, merengue, queque, pipiritos de azúcar, bolas de tamarindo, arboledas y bollos de maduro.

Existen algunos dulces con ingredientes especiales para diabéticos, a base de endulzantes artificiales y leche descremada.

PASOS PARA PREPARAR DULCES

Si nunca ha preparado dulces y quiere atreverse en



estos días para descrestar a los suyos, DIARIO EL NORTE les trae algunas recetas que le podrán ser de utilidad para estos días de descanso en semana santa.

***Dulce de leche:** es uno de los más típicos de la región costeña. Se requieren 5 tazas de leche, media libra de azúcar y 1 cucharada de bicarbonato. Se pone a hervir la leche un rato, luego se le agrega el azúcar y se revuelve constantemente a fuego lento para que no se pegue. Cuando se torna espeso y se vea el fondo de la olla, se vierte caliente sobre una refractaria y se deja fuera de la nevera hasta que enfríe.

***Dulce de leche cortada:** para el que se necesita 2 libras de panela 3 litros de leche, 3 clavos de olor, cáscaras de limón verde y astillas de canela. Para la preparación se hace miel gruesa con la panela y, cuando esté hirviendo, se le agrega la leche revolviendo rápidamente para que no se hagan grumos. Se añaden las cascaritas de limón, la canela y los clavos, se deja hervir y se vierte en un molde.

***Dulce de leche con coco:** aquí los ingredientes son 2 litros de leche, un coco rallado, y media de azúcar. Se pone la leche a hervir con el azúcar y, mientras esté tomando un tono café, se remueve

poco a poco. Luego, se le vierte el coco y se deja a reposar hasta que endurezca.

*** Dulce de arracacha:** donde se requieren 2 libras de arracacha, pelada y picada, 1 panela picada, medio litro de agua, 1 copa de vino dulce, u a pizca de sal, media cucharada de jugo de limón. Se debe preparar primero un 'melao' con el agua y la panela; se le añade el vino y el resto de los ingredientes. Luego se cocina a fuego medio hasta que se ablande la arracacha.

***Dulce de ñame:** son necesarias 2 libras de ñame, un coco, un cuarto de libra de azúcar y una astilla de canela. Se cocina el ñame (estilo sancocho) y se muele, se ralla el coco y hay que sacar aproximadamente cuatro tazas de leche. Se ablanda el ñame con la leche de coco y se añade el azúcar. Se cocina hasta que despegue de la olla. Hay que removerlo con constancia para que no se pegue; pueden agregarse unas uvas pasas si se desea.

***Dulce de papaya:** la fruta se pela, se lava bien, se pica, se cocina y se coloca a escurrir. El caldero se pone con la miel y cuando esté un poco espesa se le echa la papaya, se menea constantemente hasta que llegue a su punto; puede agregársele canela y clavito de olor.

