

# *Un bocado especial: Sandwich Taíno*

---



Por Paquita Armas Fonseca

Nunca imaginé, durante mi infancia, que aquel bocado que me preparaban tanto mi papá como mi mamá era un sándwich taíno.

Buscaban la carne más suave y seca del puerco asado en púa (de la barrigada, decían), que es la que sabe bien de verdad.

Cogían una hoja de lechuga, envolvían el asado con un poco de sal espolvoreado y todo iba a dar a una cubierta de casabe, un "tin" mojado.

Escribo estas líneas y tengo una fuerte secreción salival. Ese preparado es la comida por la que dejo cualquier manjar de los que conozco.

Cuando digo esto a mis amigos habaneros comentan (si lo han probado), que el casabe es insípido, y algo tienen de razón, pero en el conjunto del que hablo, es sencillamente delicioso.

Así lo probé de niña en mi natal Holguín y luego en toda la región oriental; ahora, cuando me "empato" con unas tortas de casabe lo hago en La Habana; pero el "macho" (como se dice en el este de Cuba) no es asado en púa y no sabe igual.

Las tortas también se comen con salsas diversas, miel o tostadas, untadas de aceite.

No sé quién fue la primera persona que me dijo que mi comida preferida era un sándwich taíno.

Eso bastó para que me sumergiera en la historia de este producto llamado casabe (o cazabe, según algunos estudiosos), que formado a base de yuca tiene su origen en los pueblos que fundaron las islas y el litoral Caribe de esta parte del mundo.

Siglos antes de la llegada de Cristóbal Colón a las Antillas, los pobladores originarios habían descubierto la riqueza energética y nutricional de la yuca, que elaborada por ellos devenía pan de la tierra, como lo llamaron algunos cronistas de la época.

En El Orinoco Ilustrado, el padre Gumilla aseveró: «[...] este es el pan más universal de todos los países cálidos».

Yuca es una palabra que proviene de casabi, como le decían los indios arawacos a las raíces de yuca. En español se conoce así; en francés es manioc, en portugués mandioca; en holandés cassave y en alemán maniok.

La torta en idioma español se denomina casabe o cazabe, cassave en francés y beiju en portugués.

La raíz, con diferentes nominaciones, tiene almidones y es esencialmente un alimento energético en tal medida, que complementa o sustituye la energía que proporcionan los cereales.

Es digestible, pero se debe tener cuidado porque contiene glucósidos cianogénicos que producen una sustancia muy tóxica, el ácido cianhídrico, concentrado principalmente en la cáscara de la raíz de yuca y en las variedades amargas que presentan mayores concentraciones que las variedades dulces.

Es una de las viandas más antiguas de las cultivadas en el Nuevo Mundo y sin ella no hay casabe.

En el oriente cubano, cuando alguien dice alguna tontería se dice que está “comiendo catebía”.

Catebía es la harina resultante de pelar y rallar las yucas, masa que se prensa con el fin de sacarle todo el líquido o “yare”, el cual es muy tóxico y contiene almidones, etanol, glucosa, dextrosa y otros derivados que actualmente se pierden, porque la producción del casabe sigue siendo manual.

La harina se muele de nuevo y se cierne, para luego tenderlo solido-blando (catebía) sobre una superficie de barro cocido o metálico.

Esas superficies se calientan hasta 160 °C, y ahí ya nacen las tortas con diámetros de 10 a 90 cm y un espesor de 2 a 4 mm.

Después de cocidas por ambos lados son secadas al aire libre, expuestas al sol o sobre un cinc caliente y listo. El casabe es muy útil, pues se puede guardar sin peligro de descomposición.

Además de la energía, ese alimento aborigen es rico en vitaminas del grupo B y C; además, suministra minerales como: calcio, hierro, magnesio y potasio, y también es valioso por la cantidad de fibra que aporta.

Se dice que a finales del siglo XVI el casabe fue desplazado, en casi toda Cuba, por el trigo importado de España y México, manteniéndose su fabricación en algunas zonas del interior del país, entre las que se destacaba la villa de Puerto de Príncipe, hoy Camagüey.

Nápoles-Abreus y Ramírez Alfonso, familias casaberas de la comunidad camagüeyana de Vilató, en el municipio de Sierra de Cubitas, recibieron en 2015 el Reconocimiento Especial Patrimonio Vivo, que se les concedió por dedicarse a la tradicional elaboración del casabe. La distinción la otorga la Casa de la Diversidad Cultural camagüeyana.

Hay otros lugares donde se mantiene la tradición, como en la Unidad Básica de Producción Cooperativa (UBPC) de San Cristóbal, asentamiento poblacional del municipio de Jesús Menéndez, al norte de Las Tunas, donde Oscar Pérez Salas aprendió la antigua técnica en la vecina región de Holguín.

Y vuelvo a donde probé el sándwich taíno. Si tiene dudas, en la primera oportunidad hágalo y...recordará estas líneas.

**(Tomado de Cubasí)**

---

<https://www.radiohc.cu/de-interes/caleidoscopio/162164-un-bocado-especial-sandwich-taino>



**Radio Habana Cuba**