

Mitos de rechupete



LAS TRES EDADES

Y DIJO LA ESFINGE:
SE MUEVE A CUATRO PATAS POR LA MAÑANA,
CAMINA ERGUIDO AL MEDIODÍA
Y UTILIZA TRES PIES AL ATARDECER.
¿QUÉ COSA ES?
Y EDIPO RESPONDIÓ: EL HOMBRE.

Todos los derechos reservados.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

© José Juan Picos, 2026

© De las ilustraciones de cubierta e interior,
Karina Cocq

Diseño gráfico: Gloria Gauger

© Ediciones Siruela, S. A., 2026

c/ Almagro 25, ppal. dcha.
28010 Madrid.

Tel.: + 34 91 355 57 20

ISBN: 979-13-88032-51-6

Depósito legal: M-13.707-2026

Impreso en Unigraf

Printed and made in Spain

Papel 100% procedente de bosques gestionados
de acuerdo con criterios de sostenibilidad

José Juan Picos

Mitos de rechupete

Del chocolate a la pizza

Ilustraciones de Karina Cocq

 Siruela

Las Tres Edades Nos Gusta Saber

Índice

1. Divino chocolate	11
2. ¡Pop, pop, pop!	23
3. ¡Qué vaina!	37
4. Grecia tenía miga	43
5. Un regalo envenenado	61
6. ¡Que llegan los cuartos!	67
7. «Dulce como...»	73
8. ¿Homero comía paella?	81
9. Grano a grano	87
10. Pelos en el plato	95
11. La huerta de Júpiter	103
12. ¿Patatas? ¡Pa los cerdos!	115
13. Cucurbitáceas diabólicas	125
14. La fruta de la desdicha	137
15. La pizza viene de Troya	153
16. De postre, onogástrica	159

Comer es sagrado. Sin comida, no hay vida.
Y la vida es lo más sagrado que hay. Hasta los
inmortales tenían que sentarse (o tumbarse) a la
mesa. Los dioses griegos, echados en sus divanes,
bebían y comían néctar y ambrosía para fabricar
su propia sangre, el icor dorado; en el Valhalla
vikingo se atracaban de carne e hidromiel,
y también de las manzanas de la eterna juventud;
mientras que a los dioses mexicas les encantaban
el cacao y el maíz, mezclados y aderezados con
miel y chile. En este libro no te voy a contar si lo
que tú comes viene del súper, del campo o de un
laboratorio. Lo que aquí descubrirás es el origen
sagrado de lo que te llevas a la boca todos los
días. Y conocerás las aventuras que corrieron
los alimentos cotidianos hasta llegar a tu plato.
Me encantaría que, al terminar este libro, alguna
comida antipática te mereciera más respeto y,
sobre todo, más bocados. Porque comer es tan
variado, excitante y prodigioso como cualquier
leyenda mitológica. Incluso puede que, con un
poquito de atención, veas el nimbo de una diosa
o el resplandor de un héroe en tu plato.



Divino chocolate

No empiezo por el chocolate para que se te haga la boca agua y sigas leyendo. A ver, tampoco empezaría por el repollo cocido, las cosas como son, porque pretendo que este libro tenga lectores que no me pongan cara de acelga. La culpa de que el chocolate inaugure estas páginas es del nombre científico de su materia prima, el cacao.

Carlos Linneo es el padrino universal de Fauna y Flora. Este botánico sueco del siglo XVIII estableció la nomenclatura en latín de los reinos vegetal y animal, es decir, la forma zoológica y botánica de nombrar a los animales y a las plantas. Igual que tú y yo somos *Homo* de nombre y *sapiens* de apellido (unos más *sapiens* que otros, para qué nos vamos a engañar), el cacao es *Theobroma cacao*.

La primera palabra —la que nos interesa— viene de dos términos griegos: *Theo*, que significa «dios», y *broma*, «comida» (de ahí, «bromatología», la ciencia que estudia la producción y distribución de los alimentos). Como este libro va del origen mítico de lo que comemos, nada más apropiado que empezar por lo que Linneo llamó «la comida de los dioses».

DE ORILLA A ORILLA: ALIMENTO DIVINO

En recuadros como este, repartidos a lo largo del libro, descubriremos lo parecidos que pueden ser los mitos de civilizaciones tan alejadas entre sí como, por ejemplo, la inca y la babilónica. De las orillas del Mediterráneo a las del Pacífico y, de allí, a las del Índico, pueblos que nunca supieron de su mutua existencia crearon mitos mellizos, quizá porque, al fin y al cabo, las necesidades, los deseos y los miedos del ser humano son los mismos con independencia de lo que coma. Todos esos mitos coinciden en que, por muy omnipotentes que fuesen, los inmortales tenían que comer igual que tú.

En el Valhalla, el salón de las comilonas de los dioses vikingos, cenaban un cerdo inmenso, Sarimnir. Al acabar la cena, revivía y quedaba listo para el día siguiente, como te cuento con más detalle en *El dragón del fin del mundo*, publicado en Siruela. Zeus y sus parientes bebían néctar y comían ambrosía. Los dioses de la India se alimentaban de *amrita*, una mantequilla obtenida al batir un océano de leche. Eso sí, todas las mitologías concuerdan en una necesidad: los sacrificios que los mortales ofrecían en templos y altares. Así sobrevivían los dioses, pues mueren cuando nos olvidamos de ellos.

El chocolate, ya sea en taza, en tableta o en bombones, sabe dulce porque lleva azúcar, al contrario que el fruto del cacaotero, el cacao, que tiene la forma de una calabaza pequeña, aunque también recuerde a una papaya. Se llama *maraca* y está repleta de

semillas: cuando se secan, tuestan y pelan, son oscuras, arrugadas y amargas, con una textura densa y grasienta. De hecho, su apellido científico viene de dos palabras prehispánicas, *kaj*, «amargo», y *kab*, «jugo»: de ahí, *cacao*. Así que *Theobroma cacao* se traduce como «el amargo alimento de los dioses» (ya te digo yo que, de ser amargo, lo fue para los mortales).

Cuando los personajes de Homero arrasaron Troya gracias al ardid del caballo de madera, es decir, sobre el año 1200 a. C., los indígenas de la Amazonia ecuatoriana, una zona húmeda y penumbrosa, ya bebían chocolate. El cacaotero extendió sus raíces a Centroamérica y arraigó en México. Dos mil setecientos años después de la *Ilíada*, a otro conquistador de imperios, Hernán Cortés, le llamó la atención una bebida marrón, espumosa y teñida de rojo que el señor de los mexicas, Moctezuma, tomaba en copas de oro. Aquellos recipientes contenían cacao molido, disuelto en agua y mezclado con harina de maíz; hoy, esa bebida, muy popular en México, se llama *champurrado*, pero, además, lleva leche. Los mexicas también le añadían chile, miel silvestre y achiote, una especia de color intenso que teñía los labios y la lengua de rojo; aún se usa para colorear y dar sabor a quesos, helados y salchichas, y es el condimento principal de varios guisos de origen maya como la cochinita pibil... ¿Perdón?, ¿que cómo va a ser maya un plato de cerdo si el ganado porcino llegó con los conquistadores? ¡Uf!, es que no se puede uno descuidar ni un momento... A ver, es por la técnica de cocción y aderezo, que ya usaban los mayas para cocinar lo que cazaban: pecaríes, venados y aves.

El achiote se extrae de una planta llamada *Bixa orellana*, un homenaje a Francisco de Orellana, descubridor del Amazonas. Se cree que, con ese tinte, los mexicas pretendían aplacar a sus dioses insaciables, sedientos de la sangre de los sacrificios humanos.

Para hacer espuma escanciaban el chocolate con el brazo en alto, como la sidra, o lo agitaban con varillas cabezonas y dentadas llamadas molinillos.

Cuando Moctezuma, que era muy supersticioso, vio al español barbudo forrado de acero, pensó que era la reencarnación de uno de sus dioses creadores, Quetzalcóatl, la serpiente emplumada que se hizo hombre. Según las leyendas aztecas existió un líder terrenal llamado así. En algunas versiones era muy alto y muy blanco; tenía barba, tan rubia como el cabello, y los ojos grandes y redondos. Su sabiduría era divina y con ella enseñó a los mortales muchas técnicas y artes.

A once mil kilómetros de distancia, medidos en olas con cenefas de espuma, los antiguos griegos tuvieron un personaje parecido. Era un dios primordial y, por tanto, más antiguo que Zeus y sus hermanos olímpicos: el titán Prometeo. Con la ayuda de Atenea, diosa de la sabiduría, creó un hombre de barro, el primer ser humano. Para que ese hombre y los que vinieron después no se murieran de hambre, Prometeo le quitó la comida de la boca al rey del Olimpo. Feo asunto, porque con las cosas de comer no se juega, y menos con las divinas.

A ver, acompáñame un momento al Paleolítico («Edad de Piedra Antigua», es decir, de herramientas de piedra tallada). Los inmortales necesitaban que los hombres, que aún eran nómadas, se convirtieran en sedentarios y se asentaran en aldeas y ciudades. ¿Por qué? Pues para que levantasen altares en los que ofrendarles sacrificios. De ese modo, los dioses recibían la sangre de las víctimas propiciatorias o los vahos de su carne asada o cocida. Si los mortales aprendían a sembrar y a domesticar, no necesitarían vagabundear en busca de alimento, y tendrían tiempo, espacio y ganas para adorar a sus dioses. Así, los hombres del Neolítico («Edad de Piedra Nueva», es decir, de herramientas de piedra

pulida, cerámica y ladrillos) tuvieron la oportunidad de crear algo más que ciudades y recetas. Nos dejaron hermosas leyendas y mitos para explicar de dónde procedían sus alimentos, ya fuera bajo la sombra de los zigurats de Babilonia, de las pirámides escalonadas de Tenochtitlán o de la Acrópolis de Atenas.

Los primeros griegos construyeron altares para adorar a los dioses, pero Zeus exigió que en ellos les fueran sacrificados bueyes y borregos con los que alimentar tanto a mortales como a inmortales. ¿Y qué porciones de los animales sacrificados les corresponderían a unos y a otros? Estaba claro que los dioses no se iban a conformar con las peores partes. Pero Prometeo se la jugó al mismísimo Zeus. El titán instruyó a los hombres para que amontonaran la carne de los bueyes sacrificados y la cubrieran bien con el pellejo coagulado y las tripas, sobrevoladas por enjambres de moscas; en cambio, los huesos los disimularon con una espesa y reluciente capa de grasa.

—¡Oh, divino y justo Zeus, Padre de dioses y hombres, señor omnipotente del rayo y el trueno!, elige tú primero entre estos dos montones, uno más divino y apetitoso que el otro, como bien se ve... y se huele —le ofreció Prometeo a Zeus.

El complacido señor del Olimpo, que comía con los ojos como cualquier paisano, señaló el montón de grasa blanca y brillante, creyendo que debajo estaría la carne. El enfado de Zeus fue olímpico, claro, ¡tuvieron suerte de que no los fulminase a todos con una tempestad de rayos y centellas! Sin embargo, apretó los dientes y los sentenció sin levantar la voz.

—Así que queréis los mejores bocados para vosotros, ¿no? Pues a ver con qué los cocináis... Os prohíbo el acceso al fuego: ¡comed todo crudo como las bestias impías que sois!

Los mortales se llevaron las manos a la cabeza y empezaron a chillar como gaviotas, a arrodillarse mirando al cielo como cor-

deritos que huelen al lobo y a gruñirle a Prometeo como perros rabiosos. Pero el titán no perdió la calma y sonrió. Poco después, robó un ascua del carro del sol para que los hombres se calentasen y cocinaran. Por eso y por pretender que los humanos se igualaran con los dioses en los altares, el titán acabó clavado a una ladera del Cáucaso, donde el águila de Zeus le comía el hígado durante todo el día, y por la noche el órgano se regeneraba para que la rapaz divina lo volviera a devorar por la mañana. Y así estuvo tanto tiempo que Prometeo se moría ya de aburrimiento y no de dolor. Al final, lo liberó Hércules.

DE ORILLA A ORILLA: EL PODER DEL FUEGO

Es cierto que el fuego vino del cielo a través de los rayos, pero también del corazón de la tierra, arrojado por los volcanes. Hace más de un millón y medio de años, un simio erguido y con las manos libres, el *Homo erectus*, pudo coger una rama y prenderle fuego en algún incendio de matorral: se podía calentar, cocinar alimentos, apartar a las fieras y ver mejor por la noche. Con eso, dejó la orilla animal rumbo a la humana. Pero aún no sabía cómo encenderlo, así que miró al cielo e imaginó que un ser más poderoso que él se lo enviaba por puro capricho. De ahí a rezar, un paso.

Ochocientos mil años después, milenio arriba, milenio abajo, dejó de ser esclavo del fuego de los cielos y se convirtió en su dueño. Descubrió que podía prender unas hierbas secas frotando unas ramitas. Entonces se volvió chamán, poseedor de una sabiduría poderosa. Y así, como dueño del fuego, se nombró a sí mismo jefe.

Por mucho pavor que aún le dieran las criaturas celestiales, aquel *Homo*, que ya era *sapiens*, tenía mejores alimentos y más cerebro gracias no a sus hogueras, sino a sus hogares, pues metió el fuego en los palacios de ladrillo y en las casas de adobe y abrió chimeneas para no ahumarse. Entonces razonó que, con cada novedad que aprendía, se acercaba a los inmortales. Siglos después, y ya como señor de las llamas, se preguntó si no sería él quien, en realidad, creó a los dioses. Y, dicho esto, ahora calcula el poder que tienes tú cada vez que enciendes la vitrocerámica: ni siquiera te hace falta el fuego...

La historia de Quetzalcóatl tiene su parecido con la de Prometeo. Los inmortales del olimpo mexica tomaban «la comida de los dioses» con vistas a infinitos campos de maíz, a plantaciones inabarcables de chile y a densos bosques de cacaoteros eternos. Saboreaban su cacao mirando a un firmamento del color de las plumas del quetzal, una hermosísima ave real que hoy es el tótem —animal simbólico— de Guatemala. Quetzalcóatl bebía el chocolate con mucho gusto, pues presumía de haber participado en la creación del hombre. Lo creó con las espinas de una raza a medio camino entre el ser humano y los peces; los dioses acabaron con ella porque no los adoraban como ellos mandaban. La serpiente divina rescató las raspas del Mictlán, el inframundo azteca, y las molió hasta conseguir una finísima harina de pescado con la que modeló a la primera pareja humana. Pero, como era el dios de la luz y la sabiduría, tuvo un arrebató de humildad: renunció a su taza de oro y jade y a su delicioso contenido y descendió de las alturas celestiales para enseñar a sus nuevas criaturas las primeras artes. Para ello se hizo hombre.

Así apareció en Tula, capital de los toltecas. Estos indígenas, muy civilizados y grandes guerreros, vivían en valles cercados por una alta cordillera. Su alimento fundamental no era el maíz, sino los granos de un arbusto, el amaranto, palabra griega que significa «inmortal». Se llama así porque es muy resistente, tiene fama de no marchitarse y se almacena y conserva muy bien. Con la harina de sus semillas, los toltecas modelaban figurillas de dioses y animales para hacer ofrendas. Hoy los mexicanos disfrutan de un dulce, las *alegrías*, fabricado con granos tostados de amaranto y miel.

Por cierto, has visto que uso, indistintamente, *mexica* y *azteca*, aunque no signifiquen lo mismo. Los mexicas fueron una escisión de los aztecas; emigraron al lago Texcoco y fundaron Tenochtitlán, hoy Ciudad de México, la capital. Así que Hernán Cortés conquistó a los mexicas, no a los aztecas. Una vez explicada la diferencia, seguiré usando los dos términos: a veces, la costumbre es ley.

El caso es que los dioses no le prestaron atención a Quetzalcóatl; se lo tomaron como el antojo de un inmortal que se aburría. Ya volvería a su pirámide celestial, con alacenas colmadas de tazas de oro y vestidos abarrotados de plumerío selvático. Pero, según bajó a Tula, la civilizada serpiente emplumada detuvo una hecatombe de sacrificios humanos que los toltecas le ofrecían a su hermano, el cruel y caprichoso Tezcatlipoca. Quetzalcóatl aborrecía dicha costumbre. No contento con eso, predicó la paz y la humildad. Tuvo tanto éxito, y los seres humanos se sintieron tan confortados y autónomos, que el soberano de Tula lo nombró su heredero. Entonces sacó de su zurrón de brillantes plumas de colores unas semillas que plantó de inmediato. Acto seguido le pidió a Tláloc, el dios de la lluvia, que regase lo que acababa de sembrar; también le hizo prometer a Xochiquétzal, la diosa de la fertilidad, que aquel brote tendría hermosas flores estrelladas.

Ambos ignoraban que pretendía cosechar cacao divino ;en la tierra! Y esa fue la gota que colmó la taza...

La escandalera que se formó allá arriba fue de padre y muy señor mío, ;de órdago a la grande!, ;de agárrate y no te menees!, ;menudo cristo!... Bueno, un cristo no, porque Jesucristo aún no había nacido... En fin, que los dioses estaban que se subían por las paredes de oro de sus pirámides escalonadas. Y el más furioso era Tezcatlipoca, el dios de los sacrificios humanos y la oscuridad, mago del cacao negro y rojo. Andaba tan fuera de sí que lloraba lágrimas de rabia y sangre y juraba en náhuatl, la lengua sagrada de los toltecas, adoptada por los mexicas. Ni corto ni perezoso, se disfrazó de viejo chamán y bajó a Tula. Observó con indignación cómo los hombres se llevaban a los labios el alimento de los inmortales, y volvió a llorar porque la lluvia había lavado de los altares la sangre humana, su otro alimento. Disimulando la ira, se plantó ante su hermano, que ya hemos dicho que era humilde, sí, pero con su puntito de vanidad, como todo hijo de vecino. Tezcatlipoca lo puso ante un espejo negro que le devolvió el espejismo deforme de un anciano decrepito y vicioso, como el retrato de Dorian Gray.

—Esa que ves es tu alma, corrompida porque has traicionado a tus hermanos divinos en beneficio de tus míseros hijos mortales, a los que Tezcatlipoca, ;bendito sea!, permite vivir para que le ofrezcan su sangre —le soltó el muy ladino al estilo del dios más tramposo y traidor de todas las mitologías, Loki, urdidor del Ragnarok.

Quetzalcóatl se dejó engañar por aquellos cantos de sirena y, de inmediato, quiso que se lo tragara la tierra. Se consideraba indigno de aparecer ante las miradas limpias de sus criaturas mortales. Pero el artero Tezcatlipoca le ofreció la solución.

—Igual que te he traído amargura, sabio y honorable señor, te ofrezco su antídoto: ;come de esto!

Y le entregó un humilde plato de gachas de color encarnado. El señor de Tula se las tragó sin respirar. Luego le dio una copa de madera que rebosaba un líquido lechoso.

—¡Bebe sin miedo!, tu alma renacerá.

Quetzalcóatl la apuró y se limpió con la manga, sonriente y eufórico. Y comió más gachas rojas y apuró más copas blancas. Y bailó poseído y rodó por el suelo, derribado por sus propias carcajadas, y ofendió y acosó a las mujeres de Tula y se peleó con los hombres toda la noche hasta que amaneció. Los estupefactos toltecas lo acostaron, durmió de sol a sol y se levantó con el cuerpo molido, con rayos y truenos en la cabeza y la lengua como una teja al sol. Tenía su primera resaca. Y la última. El traidor de su hermano, aparte de darle gachas de maíz con corazones humanos molidos, le llenó y rellenó la copa con pulque, una bebida alcohólica fermentada de la planta del maguey. La vergüenza de Quetzalcóatl no tuvo medida.

—¡Ahora sí que mi alma es despreciable! —se lamentó entre lágrimas. Con las mismas, pidió perdón a su pueblo—. ¡No soy digno de vosotros! Merecéis un líder de corazón limpio y el mío está manchado de sangre humana, licor y humillación. Quizá algún día, si me he purificado, regrese...

Y, sin esperar más ni atender a los ruegos de su gente, muy dispuesta a perdonarlo, se exilió. Cuando llegó a la orilla del enorme lago que nosotros llamamos océano, trenzó una balsa con serpientes y se hizo a la mar.

Con el tiempo, cada vez que sus criaturas mortales añoraban su sabiduría, se reunían para beber chocolate, la poción que la serpiente virtuosa bajó del cielo tanto para darles vigor como para que fueran hábiles y diligentes y desterrasen la pereza. Así que, en cierto modo, el cacao fue cómplice de la desaparición de los señores mexicas, pues Moctezuma creyó que Hernán Cortés

era el mismísimo Quetzalcóatl, que regresaba después de haber limpiado su corazón. Debido a esa leyenda sobre el regalo del cacao a los mortales, los mexicas decían que el chocolate tenía que ser amargo como el sufrimiento, fuerte como la lealtad y rojo como la sangre.

Cuando los españoles lo importaron al Viejo Mundo, también cocieron la pasta de cacao con agua, pero la sazonaron y endulzaron con productos que ya conocían: canela de Ceilán, pimienta de la India y azúcar de Mesopotamia, todo traído a Europa por romanos y árabes. Pero, claro, acababan de conocer una especia que parecía plantada en el mismísimo paraíso terrenal: la vainilla del Yucatán... ¿Cómo no la iban a mezclar con el cacao?!: «¡Ni que fuéramos unos bárbaros sin paladar!», se dijeron nuestros antepasados. Dicho y hecho: el chocolate se convirtió en una golosina renacentista. De España pasó a Italia y, más tarde, a Francia, en cuya corte lo introdujeron las infantas Ana y María Teresa de Austria, casadas con Luis XIII y Luis XIV, respectivamente. Por inspiración francesa se empezó a tomar con leche. En el siglo XIX adoptó la forma sólida que hoy disfrutamos, ya sea en tabletas o en bombones variados.