

PACIFICO

MAGAZINE

ESTRE
1848

Precio:
Un Peso



La felicidad modesta

en la vida

Por ALBERTO EDWARDS

Entre los muchos problemas que presenta la Economía Doméstica, ninguno es quizás más importante, que el de la hora y distribución de las comidas. ¿Cómo y cuándo debemos sentarnos a la mesa? De ello dependerá en gran parte la posibilidad de reducir o no nuestro presupuesto de gastos. De ello puede depender también la salud de que gozemos, y el buen

o mal aprovechamiento de nuestro tiempo.

La moderna civilización que tiende a uniformar las costumbres en todo el mundo, no ha pronunciado aún su última palabra sobre el particular, y los usos varían en los diversos países.

Concretándonos a Chile, es sabido que antiguamente se almorzaba muy temprano (antes de las diez), y que la vida civil y de trabajo, no comenzaba, para la mayoría, sino después de almuerzo. Hoy almorzamos, o, mejor dicho, comemos, después de medio día, y en Santiago, por lo menos, continúan muchos con el hábito de no considerar como tiempo hábil para el trabajo sino el que transcurre entre las comidas del día.

En España, otro país poco laborioso, los usos no difieren gran cosa de los nuestros. Se toma el chocolate en la cama, se almuerza a medio día y se come hacia las ocho de la noche. Entre las gentes de tono, el té de las cinco ha venido a reemplazar la antigua merienda. Tal es también la costumbre de París.

Se comprende fácilmente que semejante



distribución de las horas de las comidas se avienen a los hábitos de personas que tienen poco que hacer, se levantan y acuestan tarde, y no tienen por qué preocuparse demasiado del aspecto económico del problema.

Gentes que han de pasar la mañana en la cama o en el me-

yor de los casos, paseando en el centro, no necesitan un desayuno muy substancial. Les basta con la taza de té o de chocolate, acompañada de pan y mantequilla. Sus ocupaciones, si algunas tienen, sólo les toman una o dos horas después de la copiosa comida del medio día. Además, esas personas, cuyo presupuesto hemos de suponer holgado, bien pueden darse el lujo de hacer al día dos grandes comidas.

No es raro, pues, que en Santiago nos falte el tiempo para todo. Con la mañana no hay que contar: las personas con que debemos vernos, o duermen o pasean, y en la tarde, abotagadas después de un suculento almuerzo, no se encuentran tampoco en mucha disposición para trabajar.

Algún observador ingenioso ha dicho que la superioridad comercial de los ingleses, consiste en que trabajan después de haber comido y antes de estar hartos. En efecto, los chilenos que saben aprovechar de la mañana, luchan con el estómago vacío y pensando en el almuerzo... Más tarde... ya han comido demasiado.

El breakfast de los ingleses, que nos-

otros llamamos almuerzo, es, como su nombre lo indica, el acto de *romper rápidamente* el ayuno, y de quedar en disposición de ponerse al trabajo, sin cargar demasiado el estómago. Se toma entre las ocho y las nueve de la mañana, y consiste por lo regular en una o más tazas de té, un guiso caliente, (muy frecuentemente compuesto de huevos con jamón o tocino), algún fiambre y un poco de dulce de frutas con mantequilla.

Poco después del medio día, toman los ingleses el lunch, que corresponde a la merienda española, que nosotros llamamos disparatadamente "*las onces*". El lunch es un tento en pié, más ligero aún que el almuerzo. Consiste en un pedazo de carne fría, un sandwich, o de algo así por el estilo. Los hombres de negocios lo toman rápidamente sobre el mostrador de un restaurant o de un club. Antes de que termine la jornada de trabajo, el inglés no quiere sentir el estómago inquieto, pero tampoco comer abundantemente. La digestión ocupa un lugar demasiado importante en nuestro organismo, para hacerla coincidir con las fatigas y preocupaciones de la lucha diaria.

El inglés no hace, pues, sino una sola comida copiosa y en regla, una vez terminado el día, consultando así a la vez las prescripciones de la higiene, con las necesidades del comercio y los consejos de la economía.

Los alemanes no hacen también sino una sola gran comida, pero ella tiene lugar a medio día. En la noche "*cenan*", a veces muy tarde.

En Chile debemos buscar en la época colonial, el origen de nuestras actuales costumbres a este respecto. En aquellos años se trabajaba muy poco y los alimentos eran muy baratos. Se comía, pues, en abundancia y muchas veces al día.

El colono se levantaba al alba. Después del desayuno (yerba-mate), venía otra colación a las *once*, nombre que hoy damos a la merienda: después se comía abundantemente, entre una y dos de la tarde, y se cenaba, con menos abundancia, a las ocho u ocho y media de la noche. Entre la comida y la cena tenía lugar la merienda.

Sería interesante investigar la evolución de esas costumbres hacia las que observamos hoy. La hora de la comida fué retra-

sándose poco a poco. En 1840 era a las cuatro de la tarde; entre 1850 y 1870, a las cinco; entre 1870 y 1880, a las seis; entre 1880 y 1890, a las siete, y ahora es a las ocho, a las ocho y media y aún más tarde.

El retraso de la comida, dió origen al almuerzo, que se tomaba en un principio entre las nueve y diez de la mañana, y que hoy tiene lugar después del medio día. Nuestro almuerzo de hoy corresponde a la comida colonial, tanto por su hora como por su abundancia. No es el frejol *breakfast* de los ingleses, ni mucho menos.

La cena desapareció también ante el avance de la comida, las *once* se transformaron en *lunch* y por último, la comida misma, sin perder nada de su suculencia, ha venido a ser una verdadera cena, por la hora en que se toma.

Durante la época que podríamos llamar de transición, esto es, entre 1850 y 1890, cuando la comida era ya demasiado tarde para permitir una cena posterior, y demasiado temprano para constituir la última colación del día, se tomaba te entre 9 y 12 de la noche.

He aquí la razón por qué en Chile hacemos dos comidas copiosas: la del medio día, que continuamos llamando impropriamente almuerzo, y la cena, a la que no sólo damos una calificación que no le corresponde, sino que por su abundancia continúa siendo una verdadera comida.

Las necesidades económicas transformarán, más tarde o más temprano, este programa alimenticio, demasiado copioso. Se volverá a la costumbre de no comer abundantemente sino una vez al día.

¿A qué hora debe tener lugar esa comida?

A las personas de trabajo les aconsejaría sin vacilar el sistema inglés, a saber: 1.o). Nada de desayunos en la cama. Si se quiere tener buena digestión, bébase a esa hora un vaso de agua.

2.o). A las nueve de la mañana, almuerzo a la inglesa: un fiambre, un guiso caliente, un poco de dulce, y té. Nada de vino ni de espírituosos.

3.o). A medio día o más tarde, lunch o merienda, fría y ligera.

4.o). A las cinco de la tarde, una taza de té.

5.o). A las ocho de la noche, una comida abundante.

6.o). No se tome vino sino en esta última comida, ni licores, sino después de concluido el trabajo diario. El doctor Fernández Peña, dirá que a ninguna hora, pero eso es pedir golterías.

Antes de terminar estas breves notas, y ya que de comidas se trata, voy a permitirte dar a nuestros lectores, tres recetas para preparar el cochayuyo, guiso a que suelen hacer asco algunos individuos de pésimo gusto, pero que, no por qué no venimos de Francia, deja de ser uno de los más sabrosos que se pueden comer en Chile.

Cochayuyo en forma de pescado.—Recomendable para las señoras, cuyos maridos son odiosos para la comida, y no dan bastante dinero para la casa. Es un medio de hacer pasar el cochayuyo por otra cosa, o sea gato por liebre.

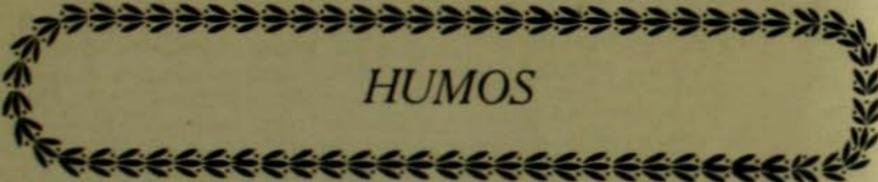
Se escoge cochayuyo muy ancho y se pone a cocer en agua con vinagre. Se corta en trozos grandes, y se abren con un cuchillo. Se rellenan con un pino de yerbas

frías, perejil, cebolla, verduras y huevo duro picado, con el correspondiente aliño. Se pasa por huevo batido y harina y se fríen. Se sirve con pebre, imitando pescado frito.

Cochayuyo a la chilena.—Se corta el cochayuyo en pedazos de tamaño regular y se cuece en agua con vinagre. Se lavan juntos, papas, zapallo picado y cebolla. Se coloca en una cacerola, abajo manteca, encima el cochayuyo, y más encima las papas, cebollas y zapallo de que se ha hablado con charqui de tomate. Se tapa la cacerola y se pone en fuego no muy vivo, por dos horas, sin moverla. Se aliña como el charquicán. Si queda muy seco, se aclara con leche, a la cual no es necesario agregar agua, si la leche es comprada en Santiago.

Fritos de cochayuyo.—Se cuece el cochayuyo en agua y vinagre. Cuando esté blando se pica muy bien. Se pica además verduras, cebolla y tomate. Se baten dos huevos con harina y leche. Se agrega el cochayuyo y se fríe todo con croquetas. Se sirve en caldillo de arroz.

ALBERTO EDWARDS.



HUMOS

Los grandes personajes del mundo no siempre se contentan con el humo agradable del incienso de la gloria. El humo del tabaco les proporciona también sensaciones, que son más directas y quizás menos engañosas. Así al menos lo atestiguan, en un diario de París, que tengo a la vista, el "Gout Parisien". Según el citado diario, M. Briand consume gran cantidad de cigarrillos. M. Pelletan fuma cigarrillos de a cobre. M. Lepine, el nuevo diputado, fuma en pipa de espuma, que nunca llega a culatar, sino que rompe después de servirse de ella una sola vez. Eduardo VII fumaba los cigarros más largos y gruesos del mundo, que miden exactamente veintidós centímetros de largo con un diámetro de cinco centímetros y medio. Excusado es decir que tales cigarros no se vendían en el comercio. Se fabricaban en la Habana a cinco francos

cada uno. El obrero que los confeccionaba ganaba un franco por cigarro. De allí se remitían directamente al Rey Eduardo.

Guillermo II ha imitado en esto a Eduardo VII, pero sus cigarros no miden más de 17 centímetros y sólo cuestan 150 francos el ciento.

En cuanto a Francisco José, no existe para él más que una sola clase de cigarros que tiene la forma de una cola de rata, que atraviesa una paja. Fuma mucho y regala muchos; pero no a todos gustan los tales cigarros que dejan la lengua abrasada.

El Czar es loco por unos cigarrillos orientales que fabrican para él especialmente y cuyo aroma es de lo más fino y delicado.

Alfonso XIII sólo fuma cigarrillos, pero fuma incansablemente y sufre mucho en los ratos que la etiqueta le priva de su placer favorito.

RAM.