



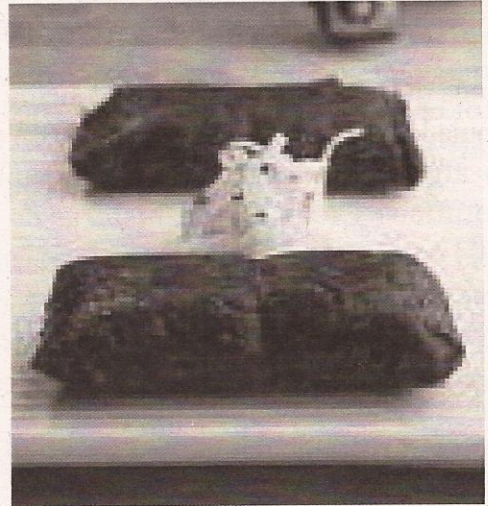
O millo morado do Perú

Mariela Muñoz Tinco

Estamos ás portas do entroido, coméntocho polo da publicación -de ser posible- en boa hora, aínda que soa irónico falar de boa hora nestes días de verán (en América), pois moitas veces relacionámolo con auga para matar a calor: festas, disfraces coloridos e luces, aquí se podería aplicar o outro refrán de “ a mal tempo boa cara”, pois xa sabes aquí estamos vivindo días de tempestades, ou sexa un inverno un pouco máis frío do habitual, pero o bo, Velaquí o informe pendente sobre “ el maíz morado “ que tanta sorpresa che causou, pois resulta que a sorprendida son eu, ao estar lonxe da casa, cheguei a ter coñecemento de que existe aquí nestas terras fértiles un produto semellante coñecido como o millo corvo.

Dende que teño uso de razón nas mesas familiares do Perú, especificamente en Lima capital, vístense de dúas potaxes moi típicas : trátase da mazamorra morada e a refrescante chicha morada, derivan o seu nome pola cor escura e pigmentada do millo. Nestes momentos teño ámbolos millos nas miñas mans, o morado e mailo corvo, podo ver a diferenza, e é precisamente na cor na que a primeira vista tanto se aproximan, o peruano resulta morado ata a coronta (o carozo), a cal aproveítase na coloración da potaxe que, ao prepararse con outros ingredientes como a piña, o marmelo e maila canela, adquiren un sabor único e excepcional, moi aromático e agradable ao padal, que quen descoñece este tipo de millo, mostra a súa impresión de que poidan saír estas dúas potaxes arriba mencionadas dos grans e mailo carozo do millo.

A diferenza do millo corvo galego, o millo morado peruano non ten por finalidade a obtención a partir do seu gran de fariña nin dos seus derivados: nin pan, nin papas, nin tortas... Isto é, o gran utilízase como colorante e logo desbótase para a alimentación animal. Rara vez é empregado o gran cocido para consumo



humano, reservándose para este fin o millo branco.

Na nova cociña experimental e innovadora estase introducindo o millo morado na preparación do choclo (espiga do leite) e dos característicos tamales (mestura da fariña milla con manteiga salgada en recheos de carne de calquera tipo : chancho, res, ave..., todo el envolveito en follaco verde do propio millo)

Cóntoche que o “maiz morado” é cultivado polos agricultores das rexións alto andinas e costeiras do Perú, procedentes das zonas de Cañete, Canta, Lunahuana, Huarochiri e Arequipa, é dicir, ao sur do país. Esta terra ao ser costeira facilita a súa produción. Dende a sementeira ata a colleita procúrase que o



Chicha Morada

cultivo sexa de alta calidade e ademais xere ingresos para os agricultores, que fan uso dos seus coñecementos ancestrais combinados cos avances da tecnoloxía agrícola para así mellorar a calidade do millo. Actualmente a produción non só vai destinada ao consumo interno senón que hai demanda do estranxeiro para gozar das vantaxes deste produto pois se lle atribúen moitos principios activos que deben mostrarse ao mundo.

Arriba mencionáballes detalles sobre a particularidade da cor, pois o millo morado peruano é o único no mundo, que presenta coronta e grans de cor morada. Esta pigmentación é coñecida como antocianina que é un colorante natural altamente valorado no campo do medicamento, na farmacopea e na industria de alimentación. Incluso estase a investigar como principio activo do millo morado que evita a presenza de cancro no intestino grosso (cancro de colon) debido ao efecto da antocianina da pigmentación.

Ademais, actúa como antioxidante ao apoiar a rexeneración dos tecidos (reduce o envellecemento do corpo e protexe o ADN celular), fomentando o fluxo do sangue (mingua o risco de ataque ao corazón). Reduce o colesterol e promove a formación de coláxeno, mellorando a circulación. Pensemos que non só gozamos de algo rico ao padal tamén estamos consumindo saúde e evitando co tempo a aparición dalgunhas molestias e enfermidades. Así é a natureza, sabia por excelencia, pois esconde en cada alimento riquezas inimaxinables. Estas virtudes son as que encerran este produto curioso pola súa presentación e cor, e é de raíces peruanas.

Espero ter achegado en certo modo un pouco de luz sobre este novidoso millo traído dende as afastadas terras americanas. Ata loguiño, meu benquerido amigo.

Cela, 09 de febreiro de 2010



Mazzamorra morada