



REVISTA DIGITAL

MUNDO ASIA PACÍFICO

MAP

CENTRO DE ESTUDIOS ASIA PACÍFICO
UNIVERSIDAD EAFIT

Vol.3 | Número 4 | Enero - Junio 2014 | ISSN 2344-8172

SABORES DE ASIA



Korean cabbage kimchi with hot pepper - Shutterstock

COCINA COREANA: TRADICIÓN CENTENARIA A LA VANGUARDIA



Daniela Zuleta Zea
Universidad EAFIT
E-mail: dzuleta1@eafit.edu.co

Abstract

The following article is intended to introduce basic information about Korean food and how their oldest expressions have become relevant on the world stage. It begins with the history of the most characteristic elements of Korean cuisine and how its food took the current importance. Finally, the kimchi is highlighted as a reference to show the possibility a nation has to take advantage outside their national borders with their food culture as a tool for this purpose. It concludes with an invitation to the reader to explore the cultural ties between Korea and Latin America through its gastronomies (cuisines).

Key words

Korean cuisine, kimchi, culture, tradition, globalization, fusion.

Resumen

El siguiente documento procura introducir información básica sobre la cocina coreana y cómo sus expresiones más antiguas han cobrado hoy en día gran relevancia en el escenario mundial, comenzando desde la historia de los elementos culinarios más característicos de Corea y cómo tomaron la importancia que tienen actualmente. Finalmente, se resalta el *kimchi* como referente para mostrar la posibilidad que tiene una nación de tomar posiciones privilegiadas fuera de sus fronteras nacionales utilizando su cultura alimenticia como herramienta para dicho fin. Se concluye con una invitación

al lector para explorar la unión cultural entre Corea y Latinoamérica a través de sus cocinas.

Palabras clave

Cocina coreana, *kimchi*, cultura, tradición, globalización, fusión.



Fuente: Chichilicious.com. Obtenido el 1 de mayo de 2014.

Introducción

En nuestra sociedad contemporánea cada vez más interconectada y entrelazada, donde día a día más personas se convierten en ciudadanos del mundo y donde las barreras para los flujos (de capitales, mercancías, personas, enfermedades, entre muchos otros) son cada vez menos, la comida se ha utilizado como un medio para rescatar las identidades culturales de las naciones y evitar su desaparición o su absorción por otras relativamente más abrumadoras, al mismo tiempo que mantiene viva la memoria de la tierra que les dio la vida. No es extraño por ejemplo, ver a inmigrantes japoneses en grandes metrópolis como Nueva York, Sídney o Londres, creando restaurantes que evocan no sólo su tradición culinaria y sus técnicas de preparación y cocción, sino que a su vez se convierten en una galería donde se pueden ver los más típicos paisajes nipones, donde utilizan los elementos que se usan en la isla para consumir los alimentos, y donde se pueden sentir los sonidos y olores del país del sol naciente.

Sin embargo, ésta característica no es generalizada. No todos los grupos culturales se resisten a explorar nuevas formas de resaltar su singularidad, incorporando métodos contemporáneos y atreviéndose a recibir influencias de otros. Ahora es común encontrarnos frecuentemente con sitios donde dos culturas, que a primera vista parecen lados opuestos de un espectro, se unen

armónicamente para formar nuevas demostraciones artísticas que expresan el deseo y la necesidad de los seres humanos de conformar una comunidad global que abrace las similitudes y resalte las diferencias de sus individuos. Lo que ahora conocemos como “cocina fusión” da muestra de ello, representados en restaurantes de cocina franco-japonesa, o incluso chino-italo-francés (Mannur, 2005), los cuales mezclan tanto técnicas como ingredientes que resultan en nuevas recetas y nuevas experiencias para los comensales.

En medio de éste rango de posibilidades nos encontramos con una cocina que, manteniendo sus características diferenciadoras y su tradición centenaria, ha ganado popularidad internacional y ha tocado las puertas de personas a lados opuestos del planeta: la cocina coreana. El mundo culinario en Corea contiene platos de una amplia variedad de sabores y colores que lo distinguen dentro de sus familiares asiáticas. Sin embargo, dentro de ella se destacan el *kimchi* y el *bulgogi*, pues además de ser los más populares entre los extranjeros, representan los ingredientes más importantes de ésta cocina. El primero es el plato tradicional por excelencia del país asiático conformado por vegetales encurtidos, sobre el cual se profundizará más adelante y el segundo, es la versión coreana de la carne a la barbacoa.

Tradición centenaria

La comida típica coreana se caracteriza por el dominio de los ingredientes vegetarianos. Muchos de los platos están conformados principalmente de verduras, granos, pastas y raíces que se acompañan en menores proporciones de carne, generalmente de res o cerdo. Sin embargo los inicios de lo que se conoce como la cocina coreana se encuentran en la carne.

La tribu de los Tungus mongoles, los ancestros más antiguos de los coreanos, llegaron al territorio coreano siendo una tribu nómada que dependía principalmente de la cría de ganado, y por consiguiente, su subsistencia se basaba en el consumo de carne (Ye, 2012). No obstante, la característica nómada se fue desvaneciendo cuando fueron desarrollando las prácticas agrícolas, que eventualmente los hizo establecerse en la península.

Sin embargo, el predominio del consumo de carne empezó a cambiar con la llegada del budismo a Corea, proveniente de China, durante el período de los Tres Reinos,¹ el cual fue llevando su consumo a niveles muy bajos. Para el final del siglo IV, con el establecimiento del budismo Zen como religión oficial (Feffer, 2003), el consumo de carne fue totalmente prohibido.

Durante este período la forma y la composición de la comida era diferente dependiendo de la clase social de las personas. Igualmente se introdujo el arroz a la cocina coreana, que inicialmente se preparaba como un ingrediente común, y luego cambió para ser preparado sólo en ocasiones especiales, hasta que finalmente se desarrollaron los platos en donde el arroz era el ingrediente central, y las verduras y las salsas se servían como acompañantes. Eventualmente, esa “estratificación culinaria” llegaría a su fin con la unificación de los tres reinos en el Reino Unificado de Sylla (Kim, 2007).

Como vemos, desde sus mismos inicios, la comida coreana es una mezcla de lo local con lo externo. La unificación de tres Estados implicó inevitablemente la mezcla de tres culturas culinarias diferentes, evento que desarrolló una sola cocina de gran variedad de sabores y colores.

El último cambio notable dentro de la tradición en la comida coreana data de principios del siglo XX, cuando la caída de la dinastía Joseon dio oportunidad para que los restaurantes de la época adoptaran el estilo de la

¹ Se conoce como la era de los Tres Reinos al período comprendido entre principios del siglo IV hasta mediados del siglo VII d.C, en el cual tres reinos (Sylla, Koguryo y Paekje) se disputaban el territorio que hoy comprende la península de Corea y parte del noreste asiático (Organización de Turismo de Corea, 2013).

cocina real. Originalmente la mesa se ofrecía para una sola persona, pero con éste cambio, la práctica de los restaurantes de servir varios y variados platos en mesas grandes se fue expandiendo por todo el territorio (Ye, 2012). Hoy en día vemos cómo la costumbre es cenar en grupo, alrededor de una mesa donde se encuentran separados todos los ingredientes y cada comensal crea su plato a su gusto.

Kimchi: Corea a la vanguardia

No es posible hablar de la trascendencia de la cocina coreana sin hablar de su marca más notable: el *kimchi*. En primera instancia se debe tomar el espacio para hacer la aclaración más pertinente. *Kimchi* no se refiere a un plato como tal, sino a una forma de preparación, en el cual se fermentan diferentes tipos de vegetales con variedad de especias. Se ha tomado la generalidad de reconocerlo como un plato debido a que en el mundo una variedad de *kimchi* se destaca más ampliamente que las demás, que es aquella hecha de col china marinada en chile rojo en polvo, sal y ajo principalmente (Nam, 2008). Pero la palabra *kimchi*, dentro de Corea puede traer a la mente toda clase de verduras encurtidas en especias, desde las más típicas del país como nabos, pepinos y hojas de mostaza, hasta versiones más únicas como perejil y brotes de bambú. El número de diferentes *kimchi* actualmente puede alcanzar los 200 (Ye, 2012).



Grilled Pork Korea - Shutterstock

La cocina coreana actual es producto de una evolución en donde se experimenta con nuevos sabores que perfeccionan cada vez más sus platos, manteniendo el espíritu y la expresión cultural de quienes elaboran las recetas más singulares. La introducción del *kimchi* en Corea se remonta, igual que el arroz, al período de los Tres Reinos, y consistía en dejar fermentar verduras como rábanos encurtidos, puerros o berenjenas en sal únicamente. Luego, a partir del período del Reino Unificado de Sylla hasta los períodos Goryo se fueron introduciendo nuevos vegetales al proceso, y finalmente desde los años de 1700 se agregaron especias al proceso de fermentación del estilo de polvos de chile y pescados fermentados (Ye, 2012).



Bibimbap in a heated stone bowl, korean dish - Shutterstock

Actualmente el *kimchi* ha ganado una popularidad increíble entre las generaciones más jóvenes que buscan nuevas y variadas maneras de llevar un estilo de vida saludable, y que para esto recurren a una costumbre vegetariana que, a su vez, influye positivamente su aspecto físico y energía. El *kimchi* es visto como una comida rejuvenecedora, debido a su alta cantidad de vitaminas y proteínas, a la vez que, de acuerdo con su variedad, posee agentes antioxidantes, anti-envejecimiento, anti-mutagénicos y reguladores lipídicos (Song, 2004). El protagonismo del *kimchi* dentro de Corea se ha visto realzado con la creación de instituciones como la *Korean Vegetarian Union* y la *Korea Veggie Society for Earth* a finales de los años 80 (Feffer, 2003).

La popularidad de ésta cocina no se queda dentro de los límites nacionales. La comida coreana ha incrementado su aceptación en la sociedad norteamericana desde 1994. Al principio, el aspecto por el cual se reconocía ésta cocina era por considerarse “retadora y picante” (Hong et al., 2011). Hoy en día, lo que resalta, como ya se mencionó, son sus propiedades benéficas para la salud. Incluso en el año 2006, el *kimchi* fue designado por la revista estadounidense *Health* “como una de las cinco comidas más saludables del mundo” (Nam, 2008: p.2).²

Por todo lo anterior, no resulta extraño saber que el *kimchi* es la primera comida tradicional coreana en ser internacionalmente estandarizada bajo las especificaciones requeridas por el *Codez Alimentarius Commission* desde julio de 2001 (Nam, 2008). Esto mismo ha permitido incluso al gobierno de Corea concentrar esfuerzos para promocionar el consumo de *kimchi* a nivel mundial, como método de exportar su cultura y ganar aun más reconocimiento a nivel global:

El gobierno está llevando a cabo numerosos esfuerzos para promover la globalización del *kimchi*, incluyendo la implementación de actividades de relaciones públicas e iniciativas de mercadeo enfocadas en impulsar la exportación de kimchi. Por ejemplo, el Ministerio de Alimentos, Agricultura, Silvicultura y Pesca lanzó un programa publicitario en 2007 con el propósito de presentarle al mundo la deliciosa comida de Corea, que incluía la publicación de 300 Beautiful Korean Foods que contiene (...) 14 recetas para varios tipos de kimchi, que incluyen instrucciones paso-a-paso que pueden seguirse fácilmente por las personas con poca o ninguna familiarización con la comida coreana (...) Esfuerzos promocionales que involucran los medios tradicionales, como especiales de televisión para países objetivo, se están llevando a cabo igualmente, las cuales han cosechado grandes dividendos, en términos de expandir la cuota de mercado de los productos de kimchi coreanos (...) Estrategias también han sido diseñadas para identificar nuevos mercados para las exportaciones de kimchi, que actualmente están muy concentradas en Japón, Rusia y el Sudeste Asiático, patrocinando eventos de publicidad en conjunto con compañías de distribución en los mercados locales (...) Entretanto, se están llevando a cabo arduos esfuerzos en investigación para desarrollar productos de kimchi especializados que sean efectivos para el tratamiento de varias enfermedades (Nam, 2008: p4).³

La expansión del consumo del *kimchi* a nivel global no solo satisface las nuevas necesidades de los ciudadanos extranjeros de consumir comidas más saludables para mejorar su calidad de vida. El hecho de encontrar cada vez más restaurantes de comida coreana en ciudades occidentales, o tan solo disponer de una oferta de platos coreanos, permite a aquellos nativos de la península que se encuentran residiendo en el extranjero tener cerca una parte de su hogar. Coreanos en otros países, especialmente las generaciones más jóvenes que se encuentran realizando estudios por fuera, buscan no sólo los

² Traducción de la autora.

³ Traducción de la autora.

sabores de casa, sino que quieren un lugar donde los rodee un ambiente que evoque su hogar, que inunde todos sus sentidos con la familiaridad de imágenes, aromas, texturas y sonidos además de los sabores (Collins, 2008).



Homemade kimchi (napa cabbage), korean traditional food - Shutterstock

Conclusiones

Hasta ahora hemos mencionado la internacionalidad de la cultura coreana refiriéndonos a su establecimiento en grandes ciudades de occidente, específicamente en Norteamérica y Europa. Pero poco se habla de la relación actual de esta cultura asiática con nuestros países latinoamericanos. Como conclusión a esta pieza se puede dejar la invitación para que los ciudadanos de América Latina se acerquen a la cultura coreana a través de las costumbres gastronómicas, utilizando la cocina como un medio donde no solo se descubran las tradiciones de nuestros coterráneos asiáticos, sino que se convierta del mismo modo en un laboratorio de multiculturalidad en donde se descubran y se experimenten con las similitudes de nuestra herencia y nuestra forma de actuar.

Ya conocemos las iniciativas de cocina multicultural latinoamericana-asiática, por ejemplo la cocina fusión peruana-japonesa, que ha tenido gran acogida en nuestro continente. Ahora, con la entrada en vigencia del Tratado de Libre Comercio entre Colombia y Corea, y las facilidades al comercio de alimentos que éste podría traer, se podría comenzar a explorar la posibilidad de una cocina colombo-coreana, con los métodos saludables y preparación rigurosa de Corea, con los sabores exóticos y tropicales de nuestra tierra andina.

>>>

Referencias bibliográficas

- Anónimo. (2 de Octubre de 2012). *Asia Corea desde Venezuela*. Recuperado el 1 de Mayo de 2014, de <http://asiacorea7r.wordpress.com/2012/10/02/platos-principales-de-corea/>
- Chichilicious.com. (10 de Septiembre de 2012). *Chichilicious.com*. Recuperado el 1 de Mayo de 2014, de <http://chichilicious.com/recipes/bibimbap/>
- Collins, F. L. (2008). Of kimchi and coffee: globalisation, transnationalism and familiarity in culinary consumption. *Social & Cultural Geography*, 9 (2), 151-169.
- Daniel & Esther. (2013). *Daniel & Esther*. Recuperado el 1 de Mayo de 2014, de <http://danandesther.tumblr.com/post/45416597707/pulmuone-kimchi-field-museum-say-kimchi>
- Feffer, J. (2003). Seoul food. *Vegetarian Times* (312), 56-65.
- Hong, J., Yoon, E., Chung, S., Chung, L., Cha, S., O'Mahony, M., et al. (2011). Sensory characteristics and cross-cultural consume acceptability of Bulgogi (Korean traditional barbecued beef). *Journal of Food Science*, 76 (5), S306-S313.
- Kim, S.-h. (2007). Cultural perspectives and current consumption changes of cooked rice in Korean diet. *Nutrition Research and Practice*, 8-13.
- Mannur, A. (2005). Model minorities can cook. Fusion cuisine in Asian America. In S. Davé, L. Nishime, & T. G. Oren (Eds.), *East Main Street. Asian American Popular Culture* (pp. 72-94). Nueva York: New York University Press.
- Nam, S.-W. (2008). Sharing kimchi with consumers around the world. *Koreana*, 22 (4), 26-31.
- Organización de Turismo de Corea. (4 de Julio de 2013). *Visit Korea*. Recuperado el 21 de Marzo de 2014, de http://spanish.visitkorea.or.kr/spa/AK/AK_SP_1_2.jsp
- Park, P. (s.f.). *Cocina de la corte real/Korean royal court cuisine*. Recuperado el 1 de Mayo de 2014, de <https://chefpark.wordpress.com/2011/03/13/viajetrip-corea-del-sursouth-korea-2011-2/korean-royal-court-cuisine/>
- Song, Y.-O. (2004). The functional properties of kimchi for the health benefits. *Korea Society of Food Science and Nutrition*, 11, 246-251.
- Ye, J.-s. (2012). Culinary traditions: What should be preserved and how? *Koreana*, 26 (3), 52-55.