



El Enyucado de

Pollo

A todas estas, ¿quién es Pola?

Elena Ferreira

Apolonia Hernández Barrios nacida en Pinillos, ubicado en el departamento de Bolívar, quien es conocida como "Pola" donde quiera que vaya, a sus 73 años, es la mujer más tierna, bondadosa y llena de ternura que he conocido en mis cortos años de vida. Excelente esposa, madre, abuela y una gran cocinera, ella, mi abuela, con cada visita hace que me enamore más de mi carrera e inspira nuevas recetas.

Tengo claro el deseo de documentar cada una de sus recetas y no dejar ir su maravillosa cocina. Este es el primer paso para realizar mi sueño, el sueño de conservar sus memorias y recetas, que mejor forma que con la receta que no puede faltar en nuestros encuentros y que personalmente es mi favorita, los enyucados. Para los que no conocen este delicioso postre del caribe colombiano, no sé en qué mundo viven, es la yuca y el coco hecha gloria, para los que ya han probado, comprueben que como esta no hay otra. Esta receta es una tradición familiar, **ella la aprendió de su madre y su madre la aprendió de su madre, Apolonia Barrios emigrante y sobreviviente del holocausto judío**, la catástrofe, ella aprendió de las mujeres cocineras de Pinillos, lugar donde estableció su hogar en Colombia. Espero que como mi familia y yo, disfrutamos el hacer y probar esta receta, ustedes también puedan hacerlo.

Enyucado

Ingredientes	Gramos
Yuca	2000 g
Panela	700 g
Coco	550 g
Queso seco	120 g
Aceite	28 g
Semilla de anís	12 g
Polvo para hornear	1 g
Canela	8 g
Sal	2 g

Para fogón de leña:

1. Formar arepas de 1 ½ o 2 centímetros sobre hojas de bijao.
2. Encender los tizones (leña), cuándo estén bien calientes alejar los tizones de la parrilla, y montar un caldero o sartén, y poner adentro la hoja de bijao con la arepa.
3. Tapar el caldero o sartén y poner sobre este los tizones a medio prender durante 40 minutos o hasta que esté dorada la hoja de bijao.

Para 5 personas:

1. Lavar muy bien las manos.
2. Precalentar el horno a 150°C.
3. Enharinar y enmantequillar una bandeja
4. Lavar y abrir la yuca, rallarla junto con el queso, la panela y el coco.
5. Con la palma de las manos, frotar las semillas de anís para activar el aroma.
6. Mezclar lo anterior en un bowl, o en una ponchera, como dice la abuela, agregar el aceite, el polvo para hornear y la sal. Mezclar con las manos hasta obtener una mezcla homogénea y agradable olor.
7. Formar arepas de 1 ½ o 2 centímetro sobre la bandeja y llevar el horno por 40 minutos o hasta que esté dorada.

Si los tizones de arriba del caldero o de la base se empiezan a apagar, se deben encender de nuevo.

Se obtiene mayor sabor por medio del fogón de leña, para quienes no pueden hacer el enyucado por este método, el horno es una alternativa que funciona casi de la misma forma.

Comenzar este proyecto ha sido de las experiencias más enriquecedoras que he vivido y que viviré, escuchar las anécdotas, sus experiencias, hacer preguntas y las veces que tenía dudas en como escribiría lo que en sus tiernas palabras me intentaban decir, me hicieron dar cuenta cuán valiosa es ella y todo el conocimiento que tiene por ofrecer. Es un placer y un gusto conocerte cada día más abuela, y aún más que otros conozcan la increíble cocinera y persona que eres. Te admiro.



*Doña Apolonia,
su nieta y
bisnieta.*

Fotografía
Por: Elena Ferreira