



MBA'E I'UPRI



Foto tomada Urubichá 12/03/2021

LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN DESDE LA COSMOVISIÓN GUARAYA.

Guarayos – Santa Cruz

MBA'E I'UPR! - La alimentación y nutrición desde la cosmovisión guaraya

Instituto Plurinacional de Estudio de Lenguas y Culturas - IPELC

Instituto de Lengua y Cultura Gwarayu - ILC-GW

Primera edición

Santa Cruz – Bolivia 2023

Erasmo Lopez

Director General Ejecutivo – IPELC

Orlando Añez Uranoi

Coordinador General a.i. ILC-GW

Elaborado por equipo de área de investigación y redacción:

Cintia Cuñapiri Urañavi

Equipo de trabajo

Maria Leny Uranungar Yeguanoi

Celso Ar moye Arirepia

Franz Reinaldo Vaca

Orlando Añez Uranoi

Edición y revisión:

María Leny Uranungar Yeguanoi

Diseño y Diagramación:

Cintia Cuñapiri Urañavi

ILC-GW

Ascensión de Guarayos- C/Rafael Estensoro- B/San Jose Obrero

Celular: 69066864 - 77301375

Correo electrónico: ilc-gwarayu@hotmail.com

Provincia Guarayos – Santa Cruz - Bolivia

Contenido

Introducción:.....	1
Cosmovisión Gwarayu	2
MBER† - PLATANO	4
Variedad de plátano.....	5
Mber† t̃sä – Siembra de Plátano	5
Seroyasa va'e - Creencias.....	6
Mber† rei'tisa – Cosechar Plátano.....	7
ÑE'ËSA MBER† YESU RESENDAR	8
GWARAYU REMBIU APO MBER† AKR† RESE VA'E	9
MANDIO – YUCA	15
Variedad de Yuca.....	15
Cultivo de la yuca	16
TEMBI'U MANDI'O RESE APOPR†.....	16
Kumanda – Variedad de Frejol	22
TEMBI'U KUMANDA RESE APOPR†.....	23
Bibliografía	1

Introducción:

El presente trabajo de investigación se realizó con el objetivo de recoger los saberes y conocimientos del pueblo Gwarayu, referente a la producción de plátano, yuca y maní.

Para lo cual se realizó entrevistas a los sabios y sabias indígenas conocedores en la producción de Plátano y yuca de los cuales se realizaron en la comunidad de Urubichá y en la comunidad de Salvatierra, con el fin de conocer sobre las cosmovisiones y práctica culturales en la producción agrícola del pueblo Gwarayu.

Ya que desde principio el pueblo de Gwarayu, se dedicaban a la agricultura a cultivar la tierra sembrando todos tipos de alimentos como por ejemplo la yuca, el plátano, el arroz, maní, maíz, entre otros, para el consumo diario de la familia, estos alimentos le proporcionaban muchos beneficios a su salud ya que es natural y le ayuda mantenerse fuerte para el trabajo manual y mental y no se enfermaban tan fácil porque consumían alimento sano y saludable como es el plátano y yuca que es lo nuestro y natural.

Las actividades o el trabajo en el chaco es parte de la vida cotidiana de los Guarayos, chaquear, sembrar y cosechar para el consumo de las familias y no para comercializar en el mercado, la mentalidad de nuestros abuelos son siempre las familias

La producción agrícola es una actividad que se realiza tomando en cuenta la relación con los dueños y/o cuidantes de los árboles, animales, agua, tierra; lo cual se expresa en la estrecha relación con el entorno que los rodea y el respeto que ellos conservan por este.

La agricultura se enmarca en un dialogo y formas de convivencia con la naturaleza, basadas en la noción de que todo lo que en ella existe pertenece a los seres dueños y cuidante del bosque, es por ello es importante pedir permiso al Ramoi, mediante la oración comunicándonos con él.

Cosmovisión Gwarayu

El abuelo hizo toda la tierra con todos los árboles, animales y peces para que los nietos vivieran en felicidad. Por eso, para los gwarayos la tierra y todo lo que existen en ella no es propiedad de nadie, sino del Abuelo, a quien hay que pedir y agradecer por los beneficios recibidos es por ello nuestro abuelo respetaban el bosque, su tierra y practicaban la reciprocidad en el momentos de chaqueo y cultivos

Porque nuestros abuelos creen que todas las cosas que existen en esta tierra tienen dueño, que es el espíritu que cuida (las riquezas naturales) todo lo creado en este mundo, cuando va a ser, uso de ella, primero tienen que saludar y luego pedir permiso por ejemplo ante sembrar cualquier producto primero rezaban y daban culto al Ramoi (abuelo) y a Yari (abuela), ante de ir al chaco daban su culto con su pipa tabaco puro, chicha para invitar, con violin y flauta. Estando en el chaco nuevamente rezan al Ramoi y a Yari, para que los productos salgan bien y luego empiezan a sembrar sus productos.

En el tiempo de la cosecha cuando los productos están listos, nuestros abuelos se juntaban para dar agradecimiento al abuelo por el buen sembradío y al momento de la cosecha de igual manera oran y hablan con el Ramoi y Yari.

Herramientas Utilizadas para la agricultura

Para el chaqueo utilizaban hachas de piedra, parecida a un combo, elaboradas de una piedra tallada, la cual se afilaba raspándola sobre otra más fina. Está amarrada aun mango de madera, que era un palo resistente (ivira yi) con hilo fabricado de plantas como el peroto (ivir) y cueros de una urina (mbaire pirer). Machete, fabricado de chonta afilada, de aproximadamente dos metros de longitud.

Para la siembra de cultivos, la herramienta que se utilizaba era el punzón (ivira ivi osa). Es una estaca de palo afilado en una de sus puntas, con un filo aplanado. La siembra, era usualmente realizada con las manos, sin utilizar ninguna herramienta.

En la actualidad ya no se usa estas herramientas ya que en la época de la misión han introducido herramientas de metales

MBERI



Mberi gwarayu rembiu

**EL PLATANO COMO ASPECTO IMPORTANTE EN LA ALIMENTACION
GWARAYA**

Rituales, siembras y cosecha de productos

MBERI – PLATANO

Opakatu mba'e ko yaselia va'e, ya'u va'e,
ava sui pavë osë. Evokoi yase yande ramoi
aipo e'i imombe'u, ava sui osë mandi'o,
avachi, iyiva sui öse mberi'akri

Mberi a'e Gwarayu rembiu araka'e sui ete, ko
mba'emiti ombou va'e ite ñande ramoi yandeu
yuvireko yande rembiurä iyavei yande remitirä,
ñañoti va'erä yande ko rupi iyavei ko iupri
aviye yande retekwer upe nara ñande
momirätä mboravikive nara, iyavei aviye'ai
chivä'e upe oipitivi'i okwakwa tupri va'erä
esepia ndogwerekoi ambia mba'e mba'e tēi.

Nda'ei ñepeiño oime mberi, oime avei ambia
mbia mberi; oime mberi gwasu; kai yiva, mberi apitubri, apucha'a, mberi pürami.

Desde los tiempos antiguo el pueblo Gwarayu, para sobre vivir se dedicaban a la agricultura a cultivar la tierra sembrando todos tipos de alimentos por ejemplo la yuca, el plátano, el arroz, maní, maíz, etc. Que por muchos tiempos han mantenido y preservado para el consumo diario de la familia y ser fuerte en el trabajo manual y mental y no ser víctima fácil a las enfermedades que puede causar a nuestro cuerpo y ayuda al crecimiento de los niños y niñas sana y saludable como el avachi (maíz) que es lo nuestro y es natural y nos ayuda al fortalecimiento de nuestro cuerpo.



Variedad de plátano

Mberi iome avei ambia, yande mberi gwasu sui, yande mberi gwasu rumo arakae sui ete ombou vae yande ramoi yandeu yuvireko, oime avei mberi ka'i yiva e'i vae yande ramoi yuvireko chupe, ambia mberi i'a piami vae, ambia i'a ndaya va'e, ichui mberi pirä, chama ya'e avei chupe ko ikoyase yamnde mberi pave yuvireko Gwarayu yaiko va'e.



Mberi tisä – Siembra de Plátano



Komberi ñotisa va'era yaikatu ñañoti opakatu yasi rupi, ndipo arí ñotisa upendar ite, yipindar sekasa mberi rairí, a'e senosesa ñañoti va'era.

Mberi ñañoti va'e oime seta omboyeaví ratí yande ramoi yuvireko oime ñepeí metro va'e tairí iyavei ta'i katumi va'e ichui, evoiyase evoki ñañoti va'erä ogwerekora irungatu

mbae pukukwer ra'äsave oambobrigwer oyesui yuvireko, engwe e'i tupri avei ipigwer, ipapa vaera ipukukwer ipigwer osa'ä opo rese yuvireko, oyasia ivira irungatu mabe papasa rupi tupri, a'e ivira apri rupi oyoo yuvireko, ichui engwe e'i ñoite ivira omboyeakuchirapa omboyeepota sovai kove aprive yuvireko, ae mberi ia araviterakatite oyepotaite opa yandepo yovai araviter rupi ete . Ñotisa va'erä yo'osasa 60 cm, ipukukugwer, ko mberi ikatuprai oyesu, ipukutuprai.

Ko mberi opakatuite yaikatu ñoti, kuimbae, kuña, chivae, iyavei ipurua va'e, ndipoi ete mbae vireko megwa va'e mberi inungar ñoite oyesu tuprai ete mberi yuvireko.

Seroyasa va'e - Creencias.

Ko mberi ñoti pare eipo e'i imombombeu yande ramoi yuvireko, peyekambi kambimira opakatu pe yiva rupi, a'ese mberi ipivimira i'ayuse yaviter rupi, nasätaichira yaviyese, indo aki ndoyekambise ñotisar sätara yaviter iayuse mberi, peroñeera peremitt upe. Oime avei mberi oyesu ipukukwe va'e iyavei yagwa tupri va'e, yagwa tupri oyesu va'erä evoki oime ivira yu'i e'i va'e yuvireko chupe ipotí moröchi va'e a'e ipotise ñotisase engwe e'i oyesu, a'e ivira ipotí yuvireko ivitu piru yasi rupi, ambia evokoiyase i't puku va'e mberi a'e yañoti yasi ipi, anise yasi igwasu rupi, a'e engue'ei oyesu.

Mberi rei'tisa – Cosechar Plátano

Ko mberi it̄ pare osasa ñepei yandepo ova yasi a'e supi ete okwakwapa yuvireko, omboaviyese yasi a'eve ramo opa i'a yureko kute iakipe kipemi yuvireko, ichui oye'a rimi irungätu yasi a'e yapitā vaëra kute a'ese yaikatu seit̄ i'upirä, evokoi yase mberi yaviyeite yuvireko ñepei araviter rupi, a'e i'a ipi ya'e va'e chupe, ko i'a yipise i'avaiete tuvichaguer nachi'ingwei, ikatupiraiete. Ipareumo i'a, i'a ñoite oso kute araviter yakatuite, nda'eiri rumo inungar yupindar moviropri katu i'a iyavei tuvichagwer ta'ikatu katuiteno.



Yaiti vaera mberi yaraso kise puku iyavevei sirugwā iru anise panaku pindo apopri, yayepotase mberitivé yipindar yaseka yaviye katuva'e esepia yaviye yoavirati, yayasia ägwä ñamaekwa tupri kekoti ovlapira oso, ndomopëi vaëra ambia mberi'i, iyavei yayasiase nda'e i'ivipri rupi tupritte chiï ivate katu ichui, yande rumbi ivateguer rupipri. Yayasiase yayoko yamdepo rese, yamboañi ikoti yaipota iviapi, engweya'e mberi reiti.

ichui yai'a mbo'i kute a'e yamboingatu va'erä yande iru, anise panaku pipe, yaitise ñuvirio, mbosapi i't a'e omboapipo iru, a'e rumo iru ruvichagwer rupi avei, yamboingatu pare yasupi yambopepu yande achi'ive yarogwata seru kove sui yande pi reseite yaroyepota yande rëtäve mba'etira, anise yambo ayu va'erä.



ÑE'ESA MBERI YESU RESENDAR

Eipo ei imbombeu yande ramoi yuvireko "Araka'e iyepityere ava upe, a'eve opa okañt yuvireko, oime rumo oñepitsirö va'e yuvireko gwa'irì reseve: ñepëi kuñami, ñepëi kuimba'emi. A'eve aipo araka'e ndipoise mba'e sembi'urä yuvireko,

omombe'u gwa'irì upe yuvireko: orosoramo ore oroporavikimirä, oroyapora yandekogwä, oroñotimirä mba'e yande rembi'urä, e'i yuvireko, pepitaño peiko, peikoveño ko ave, e'i aipo, oroyevitra oroyu ka'aruse voi, e'i aipo gwa'irimi upe yuvireko. A'eve oma'ëmi chii'í va'e yuvireko kañt rakikwerer rupi, a'eve osepia ka'ambapu yuvireko, a'eve aipo kuimba'emi ko yaipo'o e'i gwendri upe, ya'umi, e'i ndasiepoise yuvireko, ichui yuviro'u.

Indo tu, ichi, ka'aruse aipo opa oyepota yuvireko. A'eve chii'í va'e yuviroñami yuvirasu vu upe. Ichí aipo e'i: Pepara'su katu, mba'epri ko pe'umi peiko.

Ichui aipo kuimba'e aipo e'i gwembireko upe, oñemoñetä yuvireko, Ñañotiramo yande ra'irì ite, e'i yuvireko. Aipo e'i sembireko chupe: kuña minimo aviyé ñañotti, e'i, evokoi sui opakatu oséra mba'e, e'i. A'e va'e ko yuvitnose: yeti, mberi akri, ko upe yande yiva e'i, kumanda, ko upe kuñamiprikichii', e'i, minduvi, ko aipo yande äätöpir, e'i, arusu upe ñandaäämí e'i, mberikwä (avye pariri), chupe kuña kä, e'i. Kuña sui ko opakatu mba'e ya'u va'erä osë, e'i. Indo kuimba'e sui no: kara (mandi'o ite no), chupe sapi'aä'iti, e'i; gwaresa (ndoyaviti pepino), chupe sakwai, e'i; apucha'a, a'e aipo kuimba'e yiva; apuchi, a'e osë va'e kuimba'ekwä sui.

Ndokoru koiye yande rumino toyuviro'u, yande ite ni'ä yamondo yande ra'irì evokoi nungar oyesu va'erä. Tomombe'u koiye oyeupe yuvireko marä e'i osë i'upri, tosa'su yuvireko, tomombuka eme yuvireko, e'i aipo yande Ramoi araka'e.

GWARAYU REMBIU APO MBERI AKRI RESE VA'É

Preparación de alimentos Guarayo con el plátano



Para la preparación de los platos típicos uno de los ingredientes importante para la preparación está el **plátano** lo cual utilizan para preparar deliciosos platos preparados con plátano verde o plátano maduro ya sea para acompañar de forma asada o sancochado.

Ko tembi'u yasopa mberi rese a'egwa iporusa mberi akri iyavei mberi ayu, yaikatu yamoi pira rese anise so'o rese, yasesi anise yambopupu pira türä anise mba'e kä'ë türä. Ko i'upri gwarayu rembiu ite araka'e sui.

Yasepiara mara ya'e tembi'u Yaposa mberi rese.

Para lo cual mostraremos algunas recetas preparar un alimento a base de plátano de la cultura gwaraya.

MBERÍ'AKRÍ, ICHOCHOPRÍ MÍNDUVI RESE

MASACO DE PLÁTANO CON MANÍ

Iporupri = Ingrediente

1. Mberí akri - Plátano verde
2. Mberí ayu - Plátano maduro
3. Mínduvi - Maní
4. yukri - Sal



Mara ya'e yapo - Modo de preparar

- Yipindar yambopupu mberí ayu anise mberí akri
- Yasaimbe Mínduvi, yaipokiti ipare yamboveve saikwer sui ichui ya'ichocho ikui va'erä munduvi
- Inungar avei yaichocho mberí ayu mberí akri reseve, yamboyesea minduvi kui rese yamondo avei yukri sese yandere mbimbotar rupi.

- ✓ Primeramente hacer, Sancochar el plátano maduro y verde
- ✓ luego tostar el maní para luego moler y agregar plátano maduro y verde
- ✓ Echar sal, Servirse a gusto.

PÍPÍA

MASA DE MANI MOLIDO CON PLATANO

Iporuri - Ingrediente

Mberi ayu = Plátano maduro

Minduvi = Maní

Yukrit = Sal



Mara ya'e yapo = Modo de preparar

1. Yipindar Yasaimbe Minduvi ipare yaipokiti iyavei yamboveve saikwer sui
2. yaichocho Minduvi imbua pipe ikui va'erä.
3. Itirä yambopupu mberi anise yasesi, ya'u yamderembimbotar rupi.

- 1) Tostar el maní, luego moler el maní en tacú.
- 2) Luego cocer el plátano maduro, asarlo o sancochado
- 3) Servirse a gusto acompañado con maní molido.

MBERÍ MIMOI PIRA RESE

Plátano con pescado

IPORUPRÍ - Ingrediente

Pira tare'iri - Pescado bentón

Mberí'akri— Plátano verde

Mandi'o - Yuca

† - Agua



MARAYA'E YAPO: PREPARACIÓN

Yarokwapa rane pira tare'iri pirer kisemi pipe, Ipare yasie'o, yanosepa sepo'i ichui, Yayasia mbosapisapi pira, Yamondo ñepei ma'emoinda i rese tatave, Opupuse i ma'emoinda pipe, yamondopa tare'iri ipipe., Yaipiropa mberí akri, ichui yambo'imbo'imi, Egwë ya'e avei yaipiropa mandi'o, ipare yambo'imbo'imi., Ichui yayosei mandi'o imbo'ipri imoi, Oyise pira tare'iri itaku pipe, yamondo mberí akri imbo'ipri ma'emoinda pipe, Ipare oyise mberí akri yamondo avei mandi'o imbo'ipri ipipe, A'e opupu ite. Opase oyí yaroyí ma'emoinda tata sui, Yukri yamondo yande rembimbotar ipipe ya'use.

Se saca con un cuchillo las escamas de los pescados, Se lava, se saca todo su miembro, Se corta en tres pedazos cada pescado, Se coloca una olla con agua al fuego, Una vez que hierba el agua, se echa los pedazos de pescados a la olla.

Se pela los plátanos, luego se corta en pedacitos, De la misma forma se pea las yucas, luego se corta en pedacitos, Despues se lava la yuca picada

Una vez cocido los pedazos de pescados, se le echa en la olla los plátanos picados, Una vez cocido los plátanos, se le echa también las yucas picadas.

Se deja hervir. Una vez cocido se baja la olla del fuego.

Cuando se sirve cada uno le **echa sal de acuerdo al gusto**.

TAMBATA MIMOI MBERI RESE

Tamboata con pescado

IPORUPRI - Ingrediente

Tambata - Tamboata

Mberi'akri - Plátano verde

Mberi'ayu – Plátano maduro

† - Agua



MARAYA'E YAPO: PREPARACIÓN

Yipindar yayosei tupri tambata mbosapi rupi, Yamondo va'erä imbopupu agwä, ichui ñepei ma'emoinda i reseve tatave, Opupuse i ma'emoinda pipe, yamondopa tambata ma'emoinda pipe. Yaipiropa mberi akri, ichui yamondo mberi akri yamondo ma'emoinda pipec ipupu agwä, Ipare oyise pira iyavei mberi, yaroyi ma'emoinda tata sui, Yukri yamondo yande rembimbotar ipipe ya'use.

Primeramente se lava bien el pescado tamboata tres veces y luego se coloca una olla con agua al fuego, Una vez que hierba el agua, se echa los pescados a la olla.

Se pela los plátanos, luego se corta en pedacitos una vez hervido el agua se le echa en la olla los plátanos, Una vez cocido los plátanos y el pescado. Se baja la olla del fuego.

Cuando se sirve cada uno le **echa sal de acuerdo al gusto**.

MANDIO



Mandio gwarayu rembiu

Rituales, siembras y cosecha de productos

MANDIO – YUCA

Ko mandio araka'e sui ete gwarayu rembiu, eipo e'i avei yande ramoi yuvireko chupe Yari e'i ete mandio upe yuvireko, mandio ñoti agwä porandusa rane yande Yari upe osë tupri va'erä mitï.

Nuestros abuelos consideraban también Abuela (Yari) a la Yuca, para la siembra de la Yuca primeramente se pide permiso al Ramoi y a Yari, seguidamente los hombres realizan excavaciones y la mujer van colocando el tallo al hoyo tres o cuatro trozos de gajos de Yuca o más para que produzca fruto grueso.

Para siembra de la Yuca igual tiene su cosmovisión lo que no se debe hacer ante y después de sembrar la Yuca por ejemplo; la personas encargada de sembrar la Yuca antes debe realizar sus necesidades como ser orinar antes de sembrar, de igual manera si una mujer esta menstruando no es permitidos que la mujer entre en el chaco debido a que la Yuca se puede deteriorar. Después de la siembra se recomienda peinarse para que la Yuca no salga recta, se prohíbe abrazar para que no salga torcida y dormir solo bien recto esta son algunas normas que debemos cumplir para la siembra y cosecha de Yuca.



Variedad de Yuca

Existen variedad de Yuca por ejemplo tenemos Sapo pirä va'e, kwakwa petru, inambu, karandai, kachi, takwari, mbaruku, sakä puku va'e, sapo'u va'e (chaparral), sakä oví va'e (tacuarilla), algunas de estas ya se han perdido y una de ella que tiene mucha importancia para los gwarayos es el mandio'ki por ser resiste a la sequía, porque

conserva agua en su tallo, de acuerdo a los relatos de nuestros abuelos sobrevivieron porque utilizaron esta variedad de yuca considerada madre de la yucas, por mantener la tierra húmeda en la actualidad se utiliza como remedio.

Cultivo de la yuca

El cultivo o la siembra y cosecha de la yuca se lo realiza cada año por ejemplo la yuca sakä puku va'e, chaparral o tacuarilla se siembra en el mes de Agosto hasta enero. Y se cosecha en el mes de septiembre hasta febrero. De igual manera mandi'o roví se siembra en el mes de septiembre y se cosecha en el mes de febrero y marzo por ultimo mandi'o sakäövä va'e se siembra en el mes de septiembre y se cosecha en el mes de octubre, noviembre, diciembre y enero.

TEMBI'U MANDI'O RESE APOPRI

Preparación de alimentos Guarayo con Yuca

Yande ramoi iyavei yande yari, araka'e sui ete oikwa tembi'u apo yuvireko, esepia okwa ite maëra aviye ñepei tembiu yande retegwer upe.

Nuestro abuelo siempre sabía sobre el uso de productos alimenticios como la preparación de las comidas típicas como ser la Yuca se utiliza para preparar deliciosos platos típicos preparados con yuca o si no para acompañar de forma asada o sancochado.

MANDIO SOSOPRÍ SO'O RESE

Masaco de yuca y plátano con carne del monte

Iporusa va'era - Ingrediente

Mandio - Yuca

So'o - Carne

Yukrī – Sal



Yaposa - Preparación

Primeramente se coloca agua para hervir la yuca o el plátano, mientras hierva el agua se pela la yuca o el plátano y colocar en la olla para que cueza

En la otra olla hacer cocer la carne, cuando este cocido se muele en el tacú y se desmenuza bien la carne

Posteriormente se muele la yuca o el plátano y mesclar la carne desmenuzado, cuando está bien molido. Agregar sal al gusto. Servirse acompañado con mate o te

Yipindar yamondo itaku mandio pupu agwa, ichui yamondo opupu va'erä so'o anise chariki, ichui oyise senosesa ichochosa va'erä imbua pipe, sovoisa ipare egwe ya'e tupri avei mandio upe oyise senosesa ichochosa va'erä imbua pipe ipare yamboyesea so'o rese iyavei yamondo yukrī ipipe. Yai'u i se'ëmi va'e rese.

PIRA MIMBOKE Ñ PESCADO ACOMPAÑADO CON YUCA

Iporusa va'erä - Ingrediente

Pira - Pescado

Pariri anise mberiro - Hoja de plátano

Yuca - Mandio



Yaposa - Preparación

Es un alimento tradicional que se prepara envolviendo el pescado con la hojas de plátano y cocerlo a la brasa.

Para acompañar hacer hervir la yuca y el plátano.

Mimboke gwarayu rembiu ite, ndayavai yapo, yipindar sekasa pariri anise mberiro, ipare yayosei tupri pira, yaipoke mbosapi pariri yamboye'a chupe ioke gwer rupi pira yamboyea yeami yupe, ichui yambondo tatapii arive oyi va'erä oyise kokoti yamboyere oyi tupri va'erä

Oyise ya'u mberi rese anise mandio rese.



MANDI'O MIMOI PIRA RESE

Yuca con pescado

IPORUPRI - Ingrediente

Pira tare'iri - Pescado bentón

Mberi akri - Plátano verde

Mandi'o - Yuca

† - Agua

Ma'emoinda – olla



MARAYA'E YAPO: PREPARACIÓN

Yarokwapa rane pira tare'iri pirer kisemi pipe, Ipare yasie'o, yanosepa sepo'i ichui, Yayasia mbosapisapi pira, Yamondo ñepei ma'emoinda † rese tatave, Opupuse † ma'emoinda pipe, yamondopa tare'iri ipipe., Yaipiropa mberi akri, ichui yambo'imbo'imi, Egwë ya'e avei yaipiropa mandi'o, ipare yambo'imbo'imi., Ichui yayosei mandi'o imbo'ipri imoi, Oyise pira tare'iri itaku pipe, yamondo mberi akri imbo'ipri ma'emoinda pipe, Ipare oyise mberi akri yamondo avei mandi'o imbo'ipri ipipe, A'e opupu ite. Opase oy† yaroy† ma'emoinda tata sui, Yukri yamondo yande rembimbotar ipipe ya'use.

Se saca con un cuchillo las escamas de los pescados, Se lava, se saca todo su miembro, Se corta en tres pedazos cada pescado, Se coloca una olla con agua al fuego, Una vez que hierba el agua, se echa los pedazos de pescados a la olla.

Se pela los plátanos, luego se corta en pedacitos, De la misma forma se pea las yucas, luego se corta en pedacitos, Después se lava la yuca picada

Una vez cocido los pedazos de pescados, se le echa en la olla los plátanos picados, Una vez cocido los plátanos, se le echa también las yucas picadas.

Se deja hervir. Una vez cocido se baja la olla del fuego.

Cuando se sirve cada uno le **echa sal de acuerdo al gusto**.

PIRA SESIPRI MANDIO RESE

Pescado asado acompañado con yuca

Ingrediente

Pira - Pescado

Mandio - Yuca



Maraya'e yapo – Preparación

Yipindar yayatapi pira mokä'ë agwa, yayosei tupiri pira ichui yamondo tatapii arive oyí va'erä, ipare itiragwa yambopupu mandio, ya'u vaerä yamondomi yukri sese yaipotase yamondo avei arasami sese.

Es una comida tradicional fácil de preparar, primer lugar hacer la brasa y luego lavar bien el pescado y poner en la brasa y darle la vuelta para que cueza en los dos lados.

Para acompañar hacer hervir la yuca.

Cuando este cocido servir acompañado con la yuca

KUMANDA

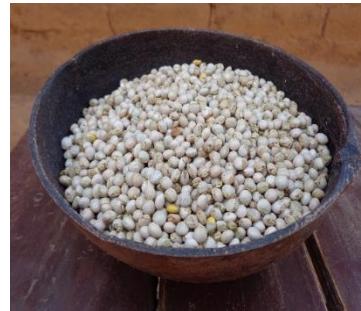


Kumanda Gwarayu rembiu

Rituales, siembras y cosecha de productos

Kumanda – Variedad de Frejol

Ko kumanda iupri ite arakae suiete gwarayu rembiu ite, aipo ei imbombeu yande yari iyavaei yande ramoi, arakae sui ete oyurou kumanda mimoi resendar esepia a'e ite ombovirakwa setekwer yurileko mboravikive nara, sese avei oñoti ite ko miti oko rupi yuvireko, ko miti-oyeavirati avei ndaei ñepiño; oime kumanda gwasu, kumanda virai, kumanda puku, kumandaparami.



Kumanda puku oime pira va'e oime avei sü katu va'e ñotisa kove popi rupi sembo puku puku oyeupi koigwar rese anise ka'a rese oyeupi va'erä.



Kumanda virai oime yuvirio oime ipara parami va'e oime avei ñepesi ipara va'e, ko kumanda ñotisa kove popi rupi avei oñoti yuvireko a'e ii puku puku.

Kumanda gwasu oime avei ipara parami va'e iome avei ñapachimi va'e, a'e oñoti yuvireko urukuri ivipi rupi aeko evoki yase oyeupi ivate koti



Ko miti ñotisa yuvireko ko yasi rupi ete octubre anise yasipa opase ite angwia mba'e miti opase okwakwa,i arusu iyavei avachi..a'ese ite ñotisa kumanda.

El frejol es una semilla comestible porque posee importantes nutrientes es por eso era esencial en la alimentación del Guarayo, por eso utilizaban para preparar diversos platos tradicionales.

Los gwarayos afirman que las tradiciones de uso de productos con los que se elaboran los alimentos y la comida típica (tembi'u), son enseñadas por los abuelos y provienen del conocimiento de los antepasados, por lo que su registro, la recuperación y la promoción de su práctica son considerados fundamentales.

TEMBI'U KUMANDA RESE APOPRI

KUMANDA MIMOI MBUSU RESE

Majadito de Frejol de anguila

IPORUSA VA'ERÄ

- Mbusu - Anguila
- Ñepei kuiapua Kumanda
- Una tutumada de Frejol
- Ñepei kuiapua arusu
- Una tutumada de Arroz
- Agua - †



YAPOSA VA'ERÄ

Yipindar yambondo yambopupu kumanda ipiví va'erä ipare ñasäro pukumi opupu va'erä ichui ipiviise kumanda yamondo arusu ipipe koiyekatumi yamondo mbusu kumanda ipare Arusu pípe.

Ichui ñasäro oyí va'erä mbusu, Oyiise mbusu yanose mimoí sui yasovo'i va'erä, sovoi pare yamondori mimoí pípe ichui yaipuvu opakatu, yamondo avei yukri yande rembimbotar.

Frejol cocido con arroz. Se colocaba en agua, despues se hervía hasta que cueza, agregando luego el arroz y el pescado. Si era con carne, ésta tenía que cocer junto con el frejol. Antes había cebolla silvestre de cabecita blanca para condimentar y se hervía junto con el frejol.

KUMANDA MIMOI TAMBATA RESE

Locro de frejol

IPORUSA VA'ERÄ - INGREDIENTE

Ñepei kuiapu'a kumanda

Una tutumada de frijoles

Ñepei kuiapu'a arusu

Una tutumada de arroz

Tambata - Tamboata

Ñepei ma'emoinda i

Una olla de agua



MARAYA'E YAPO - PREPARACIÓN

Yamondo ñepei ma'emoinda i tatave

Se pone una olla de agua a la olla

Yamondo avei ñepei kuiapu'a kumanda vira'i ma'emoinda pipe opupu va'erä

También se le echa a la olla una tutumada de frijoles

Oyise kumanda vira'i, yamondo ñepei kuiapu'a arusu ipipe

Una vez cocido los frijoles, se le echa una tutumada de arroz

Oyise arusu yamondo tambata ipiropri

Cocido ya el arroz se le echa el pescado

Opupu ipare oyise yaroyi ma'emoinda tata sui

Se deja hervir y cuando está todo cocido se baja la olla del fuego

Yukri yamondo yande rembimbotar ipipe ya'use.

Cuando se sirve cada uno le echa sal de acuerdo al gusto

Bibliografía

Fuentes Bibliográfica

- Erland Nordenskiöld; Indios y blancos; en el nordeste de Bolivia; Cap. 21; traducido en alemán por Gudrun Birk y Angel E. García.
- CIPCA; Gwarayu mba'ekwasa – Saberes del Pueblo Gwarayu;

Entrevista:

- Sr. Prudencio Urazirica ; Urubichá, 15 de Marzo de 2021
- Sr. Mario Arirepia ; Urubichá, 12 de Marzo de 2021
- Sra Ramona Urazirica; febrero de 2022
- Sra Carmen Cuñanguira, junio de 2022

