



# MBA'E I'UPRI



*Foto tomada Urubichá 12/03/2021*

## **LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN DESDE LA COSMOVISIÓN GUARAYA.**

Guarayos – Santa Cruz

**MBA'E I'UPRI - 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

Erasmus 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 Armoye 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](mailto:ilc-gwarayu@hotmail.com)

Provincia Guarayos – Santa Cruz - Bolivia

## Contenido

|   |    |
|---|----|
| Introducción:.....                            | 1  |
| Cosmovisión Gwarayu .....                     | 2  |
| MBERġ - PLATANO .....                         | 4  |
| Variedad de plátano .....                     | 5  |
| Mberġ tġsă – Siembra de Plátano .....         | 5  |
| Seroyasa va'e - Creencias. ....               | 6  |
| Mberġ rei'tġsa – Cosechar Plátano.....        | 7  |
| ÑE'ËSA MBERġ YESU RESENDAR .....              | 8  |
| GWARAYU REMBIU APO MBERġ AKRġ RESE VA'Ë ..... | 9  |
| MANDIO – YUCA .....                           | 15 |
| Variedad de Yuca.....                         | 15 |
| Cultivo de la yuca .....                      | 16 |
| TEMBI'U MANDI'O RESE AOPRġ .....              | 16 |
| Kumanda – Variedad de Frejol .....            | 22 |
| TEMBI'U KUMANDA RESE AOPRġ.....               | 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, esto 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 abuelo 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 listo, 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 herramientas 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



*Mberí gwarayu rembiu*

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

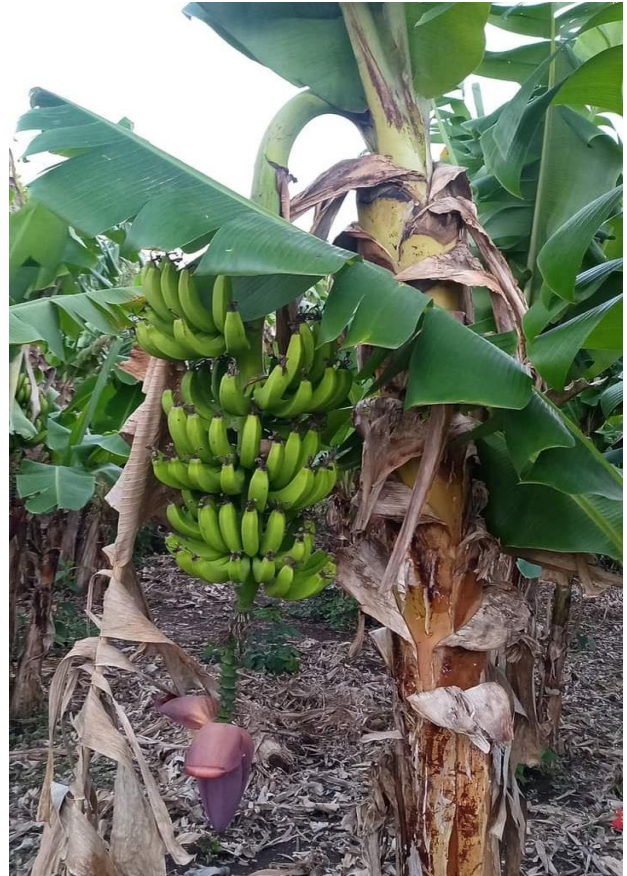
**Rituales, siembras y cosecha de productos**

## MBERİ – PLATANO

Opakatu mba'e ko yasepia va'e, ya'u va'e,  
ava sui pavë osë. Evokoi yase yande ramo  
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'emitì ombou va'e ite ñande ramo yandeu  
yuvireko yande rembiurä iyavei yande remitirá,  
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 ñepeño oime mberi, oime avei ambia  
mbia mberi; oime mberi gwasu; kai yiva, mberi apitubri, apucha'a, mberi pñrämi.



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 piامي 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 tīsä – Siembra de Plátano



Komberi ñotisa va'era yaikatu ñañoti opakatu yasi rupi, ndipoi ari ñotisa upendar ite, yipindar sekasa mberi rairi, a'e senosesa ñañoti va'era.

Mberi ñañoti va'e oime seta omboyeavi rati yande ramoi yuvireko oime ñepeï metro va'e tairi 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 omboyekuchirapa omboyepota sovai kove aprive yuvireko, ae mberi i'a araviteryakatite 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 ipiviimira i'ayuse yaviter rupi, nasätaichira yaviyese, indo aki ndoyekambise ñotisar sätara yaviter iayuse mberi, peroñeera peremitä 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 ipoti moröchi va'e a'e ipotise ñotisase engwe e'i oyesu, a'e ivira ipoti yuvireko ivitu piru yasi rupi, ambia evokoiyase i'i 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 itĩ 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 irungātu yasi a'e yapitā vaëra kute a'ese yaikatu seiti i'upirā, 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 sirugwä iru anise panaku pindo apopri, yayepotase mberitive yipindar yaseka yaviye katuva'e esepia yaviye yoavirati, yayasia ägwä ñamaekwa tupri kekoti oviapira oso, ndomopëi vaëra ambia mberi'i, iyavei yayasiase nda'ei i'ivipi rupi tupriite chiï ivate katu ichui, yande rumbi ivateguer

rupipri. Yayasiase yayoko yandepo 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'i 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'ËSA MBERI YESU RESENDAR

Eipo ei imbombeu yande ramoi yuvireko “Araka’e ÿyepÿyere ava upe, a’eve opa okañi yuvireko, oime rumo oñepÿsÿrö va’e yuvireko gwa’iti reseve: ñepëi kuñami, ñepëi kuimba’emi. A’eve aipo araka’e ndipoise mba’e sembi’urä yuvireko,

omombe’u gwa’iti upe yuvireko: orosoramo ore oroporavikimira, oroyapora yandekogwä, oroñotimirä mba’e yande rembi’urä, e’i yuvireko, pepitaño peiko, peikoveño ko ave, e’i aipo, oroyevira oroyu ka’aruse voi, e’i aipo gwa’iti-mi upe yuvireko. A’eve oma’ëmi chĩ’i va’e yuvireko kañi rakikwerer rupi, a’eve osepia **ka’ambapu** yuvireko, a’eve aipo kuimba’emi ko yaipo’o e’i gwendriti upe, ya’umi, e’i ndasiepoise yuvireko, ichui yuviro’u.

Indo tu, ichi, ka’aruse aipo opa oyepota yuvireko. A’eve chĩ’i va’e yuviroñami yuvirasu vu upe. Ichi aipo e’i: Peparaÿsu katu, mba’epiti ko pe’umi peiko.

Ichui aipo kuimba’e aipo e’i gwembireko upe, oñemoñetä yuvireko, Ñañoñiramo yande ra’iti ite, e’i yuvireko. Aipo e’i sembireko chupe: kuña minimo avÿye ñañoñi, e’i, evokoi sui opakatu osëra mba’e, e’i. A’e va’e ko yuvinose: **yeti, mberiti akriti**, ko upe yande yiva e’i, kumanda, ko upe kuñamipritikichi’i, e’i, minduvi, ko aipo yande ä’ätöpÿr, e’i, arusu upe ñandaä’ämi e’i, mberikwä (avÿye 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’ää’iti, e’i; gwaresa (ndoyaviti pepino), chupe sakwäi, 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’iti evokoi nungar oyesu va’erä. Tomombe’u koiye oyeupe yuvireko marä e’i osë i’upriti, tosaÿsu yuvireko, tomombuka eme yuvireko, e’i aipo yande Ramoi araka’e.

# GWARAYU REMBIU APO MBERİ AKRİ RESE VA'E

## 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 tĩrã anise mba'e kã'ë tĩrã. Ko i'upri gwarayu rembiu ite araka'e sui.

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

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



## MBERİ'AKRİ, ICHOCHOPRİ MİNDUVI RESE

### MASACO DE PLÁTANO CON MANÍ

#### Iporupri = Ingrediente

1. Mberi akri - Plátano verde
2. Mberi ayu - Plátano maduro
3. Minduvi - Maní
4. yukri - Sal



#### Mara ya'e yapo - Modo de preparar

- Yipindar yambopupu mberi ayu anise mberi akri
  - Yasaimbe Minduvi, yaipokiti ipare yamboveve saikwer sui ichui ya'ichocho ikui va'erä munduvi
  - Inungar avei yaichocho mberi ayu mberi akri reseve, yamboyesea minduvi kui rese yamondo avei yukri sese yandere mbimbotar rupi.
- 
- ✓ Primeramente hacer, Sancochar el plátano maduro y verde
  - ✓ luego tostar el mani para luego moler y agregar plátano maduro y verde
  - ✓ Echar sal, Servirse a gusto.

## PĪPĪA

### MASA DE MANI MOLIDO CON PLATANO

#### Iporuri - Ingrediente

Mberi ayu = Plátano maduro

Minduvi = Maní

Yukri = 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. İtirä 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.

## MBERİ MIMOİ PIRA RESE

### Plátano con pescado

#### IPORUPRİ - Ingrediente

Pira tare'iri - Pescado bentón

Mberi'akri-- Plátano verde

Mandi'o - Yuca

† - Agua



#### MARAYA'E YAPO: PREPARACIÓN

Yarokwapa rane pira tare'iri pিরer 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 oyi yaroyi 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.

## TAMBATA MIMOÏ MBERI RESE

### Tamboata con pescado

#### IPORUPRİ - 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 pipe ipupu agwä, Ipape 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



## *Mandío 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 mitä.

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 ovi 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 rovi se siembra en el mes de septiembre y se cosecha en el mes de febrero y marzo por ultimo mandi'o sakaövi 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 AOPRI**

### **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 ñepeï 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 SOSOPRI SO'O RESE

### Masaco de yuca y plátano con carne del monte

#### Iporusa va'era - Ingrediente

Mandio - Yuca

So'o - Carne

Yukri – 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 yukri ipipe. Yai'u ï 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 yamboyé'a chupe ioke gwer rupi pira yamboyea yeami yupe, ichui yambondo tatapii arive oyí va'erä oyise kokoti yamboyere oyí tupri va'erä

Oyise ya'u mberí rese anise mandio rese.



## MANDI'O MIMOÍ PIRA RESE

### Yuca con pescado

IPORUPRİ - 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 pিরer 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 oyi yaroyi 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 oyi 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 cuesa 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 ramo, arakae sui ete oyurou kumanda mimoi resendar esepia a'e ite ombovirakwa setekwer yurireko 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.

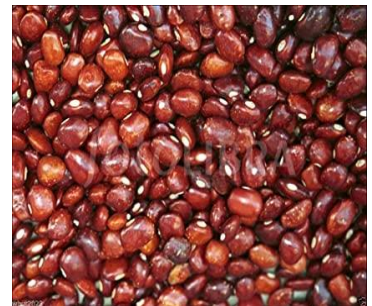


Kumanda puku oime pira va'e oime avei sü katu va'e ñotisa kove popi rupi sembo puku puku oyeupi koigwar rese anise ka'a rese oyeupi va'erä.



Kumanda vira'i oime yuvirio oime ipara parami va'e oime avei ñepe i para 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 ñapächimi 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 AOPRI

## KUMANDA MIMOİ 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 ipivi va'erä ipare ñasäro pukumi opupu va'erä ichui ipiviise kumanda yamondo arusu ipipe koiyekatumi yamondo mbusu kumanda ipare Arusu pipe.

Ichui ñasäro oyi va'erä mbusu, Oyise mbusu yanose mimoi sui yasovo'i va'erä, sovoi pare yamondori mimoi pipe 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 frejoles

**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

