



Usos culinarios del jobo en la localidad de Guama

Dennar Oropeza Noguera^{1*}

Humberto Arrietti¹

Pedro Abarca²

Yenny Terán²

¹Profesores, ²Licenciados en Ciencia y Cultura de la Alimentación
Universidad Nacional Experimental del Yaracuy, UNEY. Estado Yaracuy

*Correo electrónico: dennaroropeza@yahoo.com

La gastronomía venezolana es muy rica y variada según la región incluyendo siempre en sus preparaciones los derivados a base de frutas, en forma natural o procesadas. Particularmente, el estado Yaracuy posee valles montañosos que permite tanto en zonas bajas como altas, la producción de frutales de calidad ya sean cultivadas o de manera silvestre. Estas últimas crecen en el patio de la mayoría de las casas y en sus alrededores, en los que se cuenta la ciruela de huesito, semeruco, pomarroza, jobo, entre otros, y se consumen como en el resto del país. Especialmente, el jobo *Spondias mombin* es un fruto que se produce en los municipios Bruzual, Arístides Bastidas y Sucre, según información aportada por pobladores locales. En el municipio Sucre, específicamente en Guama, se pueden ubicar algunos árboles de jobo y cuando es temporada se observa la exuberante alfombra amarilla formada por su fruta que aromatiza el ambiente.

El hobo o jobo también es conocido como ciruela amarilla, ciruela campechana, ciruelo, ciruelo de hueso grande, ciruelo rojo cimarrón, fondura ciruelo del monte, balá, jobito, jobo blanco, jobo colorado, jobo de puerco, jobo gusanero, jobo vano jocote, jocote jobo, jobobán, jujuy y pahara; todos estos nombres

dependerán del país donde se produce (Hoyos, 2005). Este fruto es usado para la eliminación de la urticaria y escabiosis; además es empleado en algunos trastornos de tipo digestivo como diarrea y dolor de estómago. El jobo es una drupa ovoide a oblonga de color amarillo con aproximadamente 2 a 4 centímetros de largo, (Foto 1), olor agradable, semilla grande hasta 3 centímetros de largo y con pulpa comestible; pertenece a la especie del género *Spondias mombin* de la familia de las *Anacardiaceae*.



Foto 1. Jobo, *Spondias mombin*.

La mayor parte del peso del fruto está representado por el endocarpio (46 %), la pulpa rinde alrededor de 36 % y el 10 % restante está representado por la piel. La pulpa comestible del jobo está compuesta según se muestra en el Cuadro 1.

Compuesto	Cantidad
Azúcares	17,9 g
Proteínas	0,60 g
Grasas	0,60 mg
Agua	80,5 g
Fibra	1,70 g
Calcio	29,0 mg
Hierro	3,40 mg
Magnesio	9,00 mg
Piridoxina	0,20 mg
Retinol	76 U.I.
Tiamina	0,09 µg
Riboflavina	0,12 µg
Energía	71,0 Kcal

Fuente: Del Ángel et al., 2010.

Cuadro 1. Composición del jobo, *Spondias mombin*, en 100 gramos pulpa de fruto.

Con base en lo anterior, esta investigación surgió por una inquietud en el curso de la asignatura Tecnología de Frutas de la Licenciatura de Ciencia y Cultura de la Alimentación ofrecida en la Universidad Nacional Experimental de Yaracuy, UNEY, donde se recopilaban y analizaban frutos de la localidad, entre éstos el jobo, motivado a la ausencia de uso del fruto por parte de los pobladores de Guama, aunado a las prácticas culinarias aprendidas en Cocina Básica y Cocina y Cultura Gastronómica.

El propósito del trabajo fue mostrar el uso culinario del jobo como fruto silvestre comestible en Guama, municipio Sucre del estado Yaracuy, como propuesta para su

preservación como un bien inmaterial de la cultura gastronómica venezolana reflejado en los usos culinarios de dicho fruto, para ello, se ejecutó una investigación de campo con enfoque cualitativo, que expresó de manera documental, una exploración inicial de la situación de los usos culinarios del fruto del jobo para el año 2010 entre 80 pobladores de esta localidad, mayores de 10 años y sin distinción de sexo. Se trató de sondear el lugar y las personas, recolectando la información de primera mano donde no hubo control sobre la variable del tiempo y de esta forma ofrecer un panorama basado en lo que se ha encontrado en las fuentes consultadas sin algún intento de certificar o refutar alguna idea.

Situación reciente del jobo

En Guama, los árboles de jobo están dispersos, localizados a orillas de las diferentes carreteras y parques del municipio observándose en la actualidad sus ejemplares.

Por otro lado, los pobladores han mostrado poco interés y conocimiento acerca del fruto, la forma de ingerirlo o algún tipo de uso. Los pocos que lo conocen manifestaron que el jobo se consume fresco, y se ha dejado de comerlo por una “mala opinión pública” atribuida a la generación de enfermedades asociadas con dolores estomacales y fiebre, ya que se toma directamente del suelo sin previo lavado, aunado al señalamiento, de ser alimento para aves y morrocuyes, de allí su descrédito y su desaprovechamiento (Foto 2). Sin embargo, en Guama existe una bebida conocida como “guarapo” y quien lo prepara es una persona oriunda del oriente del país.



Foto 2. Jobos desaprovechados, Parque El Buco en Guama.

Cómo manejar el jobo

Para aprovechar y deleitar este fruto de forma segura, es necesario hacerle un mínimo tratamiento. Éste consiste en cosecharlos maduros, entre los meses de mayo y agosto cuando comience a observarse una alfombra amarilla muy perfumada de frutos al pie de cada árbol (Hoyos, 2005); durante las horas de la mañana y de manera manual utilizando saco con fondo desprendible, por ser un fruto que se desprende fácilmente de acuerdo con pobladores de la zona (Foto 3). De acuerdo con la FAO (1996), otro modo es agitar las ramas donde se encuentra éste, colocando en el suelo una tela para amortiguar su caída, o con el uso de varas largas con una bolsa recolectora empleada para árboles altos.



Foto 3. a) Jobos Maduros, color amarillo indicio para su recolección (árbol ubicado en la carretera vía Cocorote, entrada de Guama). b) Recolección del Jobo, mismo árbol. c) Lavado del Jobo luego de su recolección.

Ya cosechados se lavan dos veces con agua clorada a una concentración de 100 mg/L por 1 minuto cada uno, primero con el agua ligeramente más caliente que el fruto y segundo con el agua más fría que el fruto. Ya escurridos, se retira el material extraño (piedras, hojas, pedúnculos, entre otros) y se seleccionan frutos maduros y sin magulladuras. Se sugiere almacenarlos refrigerados entre 0° C y 1° C en un ambiente cuya humedad relativa esté entre 90 y 95 %. Si se llevan a la venta directa, se pueden colocar en mallas tal como se hace con la ciruela de huesito; si se lleva a un procesamiento, se recomienda acopiarlos en cajas de cartón sin que se muevan ni se presionen unos contra otros.

Cómo aprovecharlo en la cocina

Cuando el jobo es recolectado y tratado de manera adecuada, se puede obtener un fruto seguro y de mínima calidad para ser consumido de diferentes maneras. Para el momento del estudio, se emplearon jobos provenientes de dos árboles de mayor abundancia de fruto para ese año, ubicados tanto en la carretera vía San Pablo (frente a la Casa-Hogar) como en la entrada de Guama en la carretera vía Cocorote (frente a la granja de pollos), Foto 4. En el Cuadro 2, se puede observar las características organolépticas del fruto en diferentes estados de maduración, es decir, se dice que tiene maduración fisiológica cuando está verde y de maduración de consumo cuando está madura.

Cuadro 2. Características organolépticas del jobo.

Propiedades organolépticas	Madurez fisiológica (verde)	Madurez de consumo (maduro)
Color	Verde	Amarillo
Olor	Sin olor	Perfumado cítrico
Textura	Dura, arenosa	Suave
Sabor	Ácido y astringente	Ácido, dulce, ligera astringencia.

Dada la experiencia en cocina, se recomienda utilizar el fruto en estado de madurez de consumo, para hacerlo en forma fresca o para elaborar preparaciones culinarias, ya que, el mismo tiene todas las propiedades organolépticas que lo hacen atractivo.



Foto 2. Árbol de jobo, afueras de Guama vía San Pablo.

De acuerdo con el Cuadro 1, el jobo posee una composición parecida a la naranja, *Citrus sinensis*, en cuanto a humedad y azúcares; este cítrico tiene una amplia gama de usos culinarios: helados, jugos, licores, mermeladas, salsas, vinagretas, mousse, gelatinas, entre otros; por lo tanto se consideró al jobo como un excelente candidato para el desarrollo culinario, basado también por el aporte de su sabor agridulce y su perfumado aroma. No obstante, en la Península de Paria, estado Sucre, el dulce de jobo se conoce como dulce típico elaborado de frutas verdes de otra variedad, cocidas, troceadas, con clavos de especias, canela y papelón rallado. Esto es una muestra del uso culinario de este fruto en esa zona oriental del país, pero en el caso de Guama hasta el momento de la consulta, se conoció una receta: el Guarapo de jobo elaborado con su pulpa y que sirve como bebida refrescante.

Con base en esta información se propuso un primer recetario que muestre la utilidad del jobo en la cocina, y que permita hacer registro físico de un desarrollo culinario del jobo, ya que hasta ahora

no se conoce la existencia de alguno en esta zona yaracuyana. Este trabajo fue llevado a cabo en los espacios de Cocina de la UNEY, basados principalmente en la degustación de ingredientes propios del acervo culinario elaborado en las catedras de cocina y tecnologías de frutas.

Recetario de preparaciones a base de jobo

PULPA DE JOBO

Ingredientes:

250 gramos de jobo.

Preparación: para elaborar las diferentes recetas, es necesario obtener el ingrediente principal: la pulpa de jobo (la parte comestible del fruto sin semilla y sin piel). Éste puede hacerse de dos maneras: manual o mecánica, pero ambas siguen el mismo principio: golpear el fruto contra las paredes del recipiente para extraer la pulpa y dejar las semillas blancas.

De manera manual, se empleó un batidor para golpear 250 gramos de fruto contra las paredes de un recipiente, preferiblemente de acero inoxidable durante 30 minutos. Si se usan dos batidores se acelera el proceso (técnica usada para la extracción de pulpa de mamón). De la manera mecánica, se emplea una batidora con pedestal durante 5 minutos para esta misma cantidad de fruta.

Posteriormente, y en cualquiera de los casos, la pulpa se licua y separa de forma manual la pulpa y los trozos de la piel del jobo remanentes. Esta se lleva a refrigeración en envase cerrado herméticamente hasta su utilización en las diversas preparaciones. El rendimiento fue de 1,8 litros de pulpa de jobo por cada 4 kilogramos de fruto fresco, entero y maduro.

GUARAPO DE JOBO

Ingredientes:

1 kilogramo de jobo.
250 mililitros agua.

Preparación: se colocan en una olla con suficiente agua a cocinar los jobsos, agitándose constantemente. Cuando se haya despulpado completamente el fruto se retira del fuego, luego se tamiza y se refrigera, para ser consumido frío.

MERMELADA DE JOBO

Ingredientes:

1 litro de pulpa jobo.
750 gramos de azúcar.

Preparación: en una olla se coloca la pulpa de jobo y se cocina hasta punto de ebullición, seguidamente se adiciona el azúcar agitando constantemente y manteniendo a fuego medio por 1 hora o hasta conseguir la consistencia deseada (característica de una mermelada). Luego en envases de vidrio estéril se vierte en caliente la mermelada dejando a medio tapar, posteriormente llevar a una olla con agua hirviendo por 20 minutos, se termina el cierre de la tapa (generación de vacío), para enfriar a temperatura ambiente y refrigerar.

CHUTNEY DE JOBO

El Chutney es una especie de confitura o salsa, originaria de la India, elaborada con frutas (generalmente mango y/o piña) y hortalizas cocidas en vinagre, con especias aromáticas y azúcar; se sirve de acompañante de carnes blancas.

Ingredientes (Porción: 800 gramos):

1 litro pulpa jobo.
650 gramos azúcar.
250 gramos vinagre.
200 gramos cebolla.
200 gramos pimentón.
50 gramos ají dulce.
50 gramos ají picante.
20 gramos ajo.

Especias: pimienta, guayabita negra y blanca, comino, canela y salsa tabasco al gusto.

Preparación: en una olla colocar la pulpa de jobo y llevar a punto de ebullición, agregar el azúcar y remover mientras se hace la cocción a fuego medio.

Luego de 20 minutos se agregan cortados en brunoise (cuadritos) la cebolla, pimentón, ajíes (picantes y dulces) y ajo, añadir el vinagre y continuar la cocción por 15 minutos sin dejar de remover, se incluyen las especias y el tabasco. Después de otros 15 minutos de cocción se procede hacer un ajuste de dulzor, acidez y picante, característicos del Chutney.

Al obtener la consistencia deseada se retira del fuego, verter el Chutney en envases de vidrio y dejar a

medio tapar, se llevan a una olla con agua hirviendo por 20 minutos luego cerrar la tapa, dejar enfriar y luego refrigerar.

VINAGRETA DE JOBO

Ingredientes:

100 mililitros aceite de oliva.
50 mililitros pulpa de jobo.
25 mililitros de vinagre.
Sal y pimienta.

Preparación: colocar aceite de oliva, vinagre y jugo de jobo en un envase y batir enérgicamente hasta formar una mezcla homogénea, agregar sal y pimienta. Usar inmediatamente en ensaladas o envasar y refrigerar.

SALSA DE JOBO

Ingredientes:

1 kilogramo jobo maduro.
½ botella de vino blanco
o 375 mililitros de agua.
200 gramos mantequilla.

Preparación: en una olla agregar los jobos enteros y cocinar mientras se agitan. Cuando los jobos comiencen a adherirse a las paredes de la olla, agregar el vino blanco o agua, continuar removiendo y cocinando a fuego medio.

Retirar de la hornilla, dejar enfriar unos minutos, luego colar y llevar de nuevo a cocción. Cuando alcance el hervor o ebullición, agregar trozos de mantequilla e ir batiendo enérgicamente hasta homogeneizar.

CARATO DE JOBO

Ingredientes (Para 2 litros de Carato):

600 mililitro pulpa de jobo.
1,5 litros agua.
100 gramos harina de maíz precocida.

Preparación: hervir el agua y en forma de lluvia agregar la harina, batir enérgicamente, luego colocar el azúcar y seguir batiendo hasta obtener la densidad de la chicha. Retirar de la hornilla, enfriar, incorporar la pulpa de jobo, mezclar y servir con hielo.

GUARAPITA DE JOBO

Ingredientes:

1 litro aguardiente de caña.
250 gramos azúcar.
250 mililitro pulpa de jobo.

Preparación: mezclar el aguardiente, azúcar y pulpa de jobo, luego agitar y servir con hielo.

MANJAR DE JOBO

Ingredientes:

250 mililitros agua.
250 mililitros pulpa de jobo.
125 gramos azúcar.
20 gramos fécula de maíz.

Preparación: mezclar agua, pulpa de jobo y azúcar. Llevar a fuego y al romper el hervor agregar la fécula de maíz diluida en agua, batir con cuchara de madera hasta dar punto de letra, colocar en envases y refrigerar.

POLLO RELLENO DE JOBO

Ingredientes:

Relleno:

¼ taza de mantequilla sin sal, blanda.
¼ taza de mermelada de jobo.

Pollo:

2 filetes de pechuga de pollo (1 pechuga entera deshuesada, sin piel).
1 taza de pan tostado molido.
1 huevo.
1 taza de harina de trigo sin leudante.
Sal y Pimienta.
Aceite.

Preparación: sobre un film plástico formar un cuadrado con ingredientes del relleno y llevar al refrigerador hasta endurecer.

Colocar un filete sobre una superficie horizontal y cubrirlo con film plástico, golpeandolo suavemente hasta que adquiera un grosor homogéneo (0,5 centímetros aproximadamente), sazonar con sal y pimienta.

Retirar la mantequilla y mermelada del refrigerador, cortar en dos partes iguales, luego colocar una porción en el centro del filete y enrollar completamente sin dejar espacios. Repetir todo con el otro filete.

En tres recipientes ligeramente hondos, colocar por separado el pan molido, huevo ligeramente batido con $\frac{1}{2}$ cucharada de agua y la harina con sal y pimienta. Cubrir los filetes enrollados primero con harina, seguido pasar por huevo y finalmente por pan rallado. Colocar en bandeja o plato y refrigerar mínimo 1 hora.

Precalentar el horno a 200°C, calentar en una sartén el aceite y freír los filetes dándoles vuelta hasta que estén dorados y crocantes, 5 minutos aproximadamente por cada lado. Retirar y llevar al horno de 10 a 12 minutos hasta terminar la cocción. Se puede acompañar con arroz o puré.

CREPES DE JOBO

Las crepes, panqueques o panquecas, es una torta elaborada con harina, leche y huevo, cocido en plancha o sartén, para servirse rellenas de ingredientes dulces o salados.

Ingredientes:

Para el caramelo:

$\frac{1}{2}$ taza de azúcar.

$\frac{1}{4}$ taza de agua.

Para la mezcla:

$\frac{1}{4}$ taza de agua.

6 huevos.

1 taza de azúcar.

$\frac{1}{2}$ cucharadita esencia de vainilla.

2 tazas de leche.

2 $\frac{1}{2}$ tazas de pulpa de jobo.

Preparación: precalentar el horno a 400°C y colocar una bandeja con agua para hacer baño térmico (baño de maría).

Hacer un caramelo no muy oscuro en un molde de 15 - 18 centímetros de diámetro. Batir ligeramente los huevos, agregar azúcar, leche, esencia de vainilla y mezclar. Adicionar la pulpa de jobo y volver a mezclar.

Verter la preparación en el molde caramelizado y tapar con papel aluminio. Hornear por 90 minutos o hasta que se perfora con una aguja y salga limpia, luego destapar y hornear por 15 minutos.

Consideraciones finales

Estas preparaciones forman parte del recetario escrito por los autores y se propone ofrecerlo a la comunidad de Guama a través de talleres prácticos

en aulas de la UNEY o en espacios comunitarios, en los cuales se muestre el manejo del fruto y su cosecha, uso para realizar las recetas y a su vez enseñar las técnicas para conservar dichos productos derivados del jobo.

Se facilita toda esta información con el objeto de fomentar el consumo del fruto y la adquisición de conocimientos en las diversas formas de procesamiento en Guama, siendo una excelente oportunidad la Feria de la Ciruela de Huesito, que la localidad efectúa en el mes de mayo.

Esto permite el aprovechamiento del fruto durante todo el año, brindando su justo valor en la gastronomía local. De allí la importancia de hacer estudios bromatológicos y microbiológicos que conlleven a la caracterización del fruto e indagar acerca de los aspectos culturales que giren en torno al jobo en Guama y su influencia en la gastronomía.

Bibliografía consultada

Cartay A., R. 2005. Diccionario de Cocina Venezolana. Editorial Alfa. Versión online. Consultado 10 mayo 2010. Disponible en: http://books.google.co.ve/books?id=rTywO3R9yTkC&pg=PA140&lpg=PA140&dq=jobo+venezuela+gastronomia&source=bl&ots=xVrZW7sDQ&sig=eq55sPepKipo-gVafgZ15g6BDw&hl=es&ei=RS1NTJSiH8P6lwfB8Nn1DQ&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=2&ved=0CBcQ6AEwATgK#v=onepage&q&f=false

Del Ángel, J.; Dorantes, L.; Hernández, H.; Cruz y Victoria, M.; Castañeda, O. y Pastelín, M. 2010, 24-26 marzo. Caracterización del Fruto de jobo y Elaboración de un Vino de jobo. XVII Congreso Nacional de Ingeniería Bioquímica, VI Congreso Internacional de Ingeniería Bioquímica, VIII Jornadas Científicas de Biomedicina y Biotecnología Molecular. Acapulco, México. Consultado 02 mayo 2010. Disponible en: <http://biomedbiotec.enb.ipn.mx/congreso2010/Extensos/Alimentos/BTN362JOS20091230.pdf>

Hoyos, J. 2005. Frutales en Venezuela. Sociedad de Ciencias Naturales La Salle. 2ª ed. Editorial Tecnicolor. Caracas. 30 pp.

FAO. 1996, Enero. Manual de Practicas de manejo postcosecha de los productos hortofrutícolas a pequeña escala. Series de Horticultura Postcosecha No. 85. Consultado 1º mayo 2010. Disponible en: <http://www.fao.org/Wairdocs/X5403S/x5403s00.htm#Contents>