

Léxico gastronómico de la quinua peruana

Marco Lovón

✉ mlovonc@unmsm.edu.pe

ORCID <https://orcid.org/0000-0002-9182-6072>

Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

Lima, Perú

Marco Lovón es lingüista. Es doctor y magíster en Lingüística por la Pontificia Universidad Católica del Perú. Y es bachiller y licenciado en Lingüística por la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Ha realizado el curso máster de Lexicografía Hispánica de la Real Academia Española, becado por la Fundación Carolina. Ha formado parte del equipo del Diccionario de peruanismos de la Academia Peruana de la Lengua (2008-2016). Y ha publicado y editado algunos textos y artículos científicos en revistas indexadas. Es autor del libro *Las palabras compuestas en la lengua aimara* (APL, 2020). Se desempeña como profesor investigador para el Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación del Perú. Es coordinador de investigación de la Unidad de Posgrado de Letras de la Universidad San Marcos. Y ocupa el cargo de director del Instituto de Investigaciones de Lingüística Aplicada. Está comprometido con un mundo equitativo, pacífico e intercultural.

RESUMEN

La quinua es una semilla saludable y valorada por la cantidad de fibras, proteínas y otros nutrientes. Por su consumo y preparación es conocida como cereal, propiamente un pseudocereal según su clasificación botánica. Su origen se localiza en América del Sur, en las zonas altoandinas del Perú y Bolivia, desde donde se trasladó a Europa y el mundo. Como alimento, en el Perú se emplea en diversas entradas, platos principales y bebidas. El objetivo de esta investigación consiste en describir el léxico gastronómico de la quinua. En términos lexicográficos, se enlistan y se definen los lemas en que la quinua cobra vida. El artículo concluye con el potencial culinario que representa la quinua para los peruanos, el cual se evidencia en el repertorio léxico que usan.

Palabras clave: quinua, léxico gastronómico, lemas, repertorio léxico.

Recibido: 24/03/2024

Aceptado: 30/06/2024



Gastronomic lexicon of Peruvian quinoa

ABSTRACT

Quinoa, a nutrient-dense seed highly valued for its fiber, protein, and other health benefits, is botanically classified as a pseudo cereal, although it is commonly consumed and prepared in ways similar to traditional cereals. Indigenous to South America, specifically the high Andean regions of Peru and Bolivia, quinoa has since spread to Europe and beyond, becoming a globally recognized food. In Peru, quinoa plays a versatile role in the culinary landscape, featuring prominently in appetizers, main dishes, and beverages. This research aims to describe the gastronomic lexicon surrounding quinoa, offering a lexicographical inventory and definition of the terms in which this seed is embedded in Peruvian culinary practices. The study concludes by highlighting quinoa's vast culinary potential for Peruvians, as evidenced by the rich lexical repertoire used to describe its preparation and consumption, underscoring its cultural and gastronomic significance within the region.

Keywords: quinoa, gastronomic lexicon, lemmas, lexical repertoire.

Lexique gastronomique du quinoa péruvien

RÉSUMÉ

Le quinoa est une graine saine appréciée pour ses fibres, ses protéines et d'autres nutriments. En raison de sa consommation et de sa préparation, il est connu comme une céréale, une pseudo-céréale selon sa classification botanique. Son origine se situe en Amérique du Sud, dans les hautes Andes du Pérou et de la Bolivie, d'où elle a été transférée en Europe et dans le monde. Au Pérou, il est utilisé comme aliment dans diverses entrées, plats principaux et boissons. L'objectif de cette recherche est de décrire le lexique gastronomique du quinoa. En termes lexicographiques, les slogans dans lesquels le quinoa prend vie sont énumérés et définis. L'article conclut sur le potentiel culinaire que représente le quinoa pour les Péruviens et qui se manifeste dans le répertoire lexical qu'ils utilisent.

Mots-clés: quinoa, lexique gastronomique, lemmes, répertoire lexical.



Lessico gastronomico della quinoa peruviana

RIASSUNTO

La quinoa è un seme sano e apprezzato per la quantità di fibre, proteine e altro nutrienti posseduti. Per il loro consumo e la loro preparazione è conosciuto come un cereale, propriamente a pseudocereale secondo la loro classificazione botanica. La loro origine si trova in Sud America, in le alte zone andine del Perù e della Bolivia, da dove si è spostata in Europa e nel mondo. Come alimento, in Perù viene utilizzata in vari antipasti, piatti principali e bevande. Lo scopo di questa ricerca è descrivere il lessico gastronomico della quinoa. In termini lessicografici, vengono elencati e definiti i motti in cui prende vita la quinoa. L'articolo si conclude con il potenziale culinario che la quinoa rappresenta per i peruviani quello che è evidente nel repertorio lessicale che utilizzano.

Parole chiavi: quinoa, lessico gastronomico, slogan, repertorio lessicale.

Léxico gastronômico da quinoa peruana

RESUMO

A quinoa é uma semente saudável valorizada por suas fibras, proteínas e outros nutrientes. Devido ao seu consumo e preparo, ela é conhecida como um cereal, um pseudocereal, de acordo com sua classificação botânica. Sua origem está localizada na América do Sul, nas altas áreas andinas do Peru e da Bolívia, de onde foi transferida para a Europa e o mundo. Como alimento, no Peru é usado em várias entradas, pratos principais e bebidas. O objetivo desta pesquisa é descrever o léxico gastronômico da quinoa. Em termos lexicográficos, os slogans em que a quinoa ganha vida são listados e definidos. O artigo conclui com o potencial culinário que a quinoa representa para os peruanos, o que fica evidente no repertório lexical que eles usam.

Palavras-chave: quinoa, léxico gastronômico, lemas, repertório lexical.



1. Introducción

La gastronomía peruana es muy conocida en Latinoamérica y el mundo por sus platos, bebidas y postres. Mucha de su culinaria se debe a los ingredientes y técnicas de cocción, sobre todo aquella que procede del mundo andino (Calvo, 2005). Entre sus cereales conocidos se encuentran la quinua (*Chenopodium quinoa*), la cañihua (*Chenopodium pallidicaule*) o el sacha inchi (*Plukenetia volubilis L.*). Con respecto a la quinua, esta sobresale por su valor nutricional, ya que es fuente de minerales, como hierro, calcio, fósforo y magnesio, y por no poseer gluten (Campos-Rodríguez, Acosta-Coral y Paucar-Menacho, 2022). Por eso, es uno de los cereales que posibilita combatir la desnutrición. A nivel mundial, junto con la avena y el arroz, la quinua se ha convertido en uno de los productos más consumidos mundialmente. Etimológicamente, se precisa que la voz *quinua* procede de la lengua quechua *kinuwa*.

Sin embargo, no siempre ha gozado de plena aceptación en la cocina y en el consumo alimentario. En el Perú ha sido un cereal rechazado, generalmente atribuido étnicamente a los indígenas o comunidades de migrantes andinos a la ciudad. Este tipo de atribución, más allá del gusto o sabor, se ha transmitido entre varias familias costeñas o los mismos hijos de migrantes andinos que desprecian la raigambre andina. Un ejemplo contemporáneo es el que se extrae de una de las experiencias culinarias de una estilista gastronómica y una de las mejores guías *foodies*: “Se que este no es un plato muy atractivo, especialmente para los peques de la casa. Hace tiempo tengo en la cabeza la receta y cada vez que les decía a mis hijos, mañana hay pimientos rellenos de quinua, ambos gritaban wacala mamá!!” (Agois, s.f).

En su blog comentó que parte de su familia se oponía a comer alguna comida con quinua, pero más adelante contará que la manera en que la prepara junto con los pimientos terminó por gustar y repetir. Con este caso se ilustra que la quinua ha ido ingresando a la dieta de la mayoría de los peruanos. Y, en determinados casos, se adaptó cuando se combinó con otros ingredientes o insumos. Hoy en día es común encontrar la venta de este cereal en mercados y supermercados, de manera natural y procesada. Palomino (2019) sostiene que la quinua encontró su aceptación cuando llegó a la alta cocina, es decir, cuando se gourmetizó. La élite social y los grandes restaurantes empezaron a usar el grano y promover su valor.



Desde otro ángulo, la quinua también cobró importancia desde el exterior, pues la demanda de este cereal puso en atención a los productores nacionales. Especialmente, se señala el papel que han cumplido las redes sociales, los medios de comunicación y la prensa, puesto que son espacios transmisores de la tendencia gastronómica (Torres, 2021).

La quinua presenta variedades, entre las conocidas se encuentran por su color la quinua blanca, la quinua roja, la quinua negra, la quinua naranja (CONASI, s.f.). Se establece que hay hasta diez tipos. La quinua blanca es la más conocida y, asimismo, es llamada dorada. Las siguientes imágenes pueden ilustrar el grano.

Figura 1

Tipos de quinua según el color del grano



Nota. Tomado de <https://www.mentta.com/blog/tres-tipos-de-quinua/>

En el Perú, según Quinoa Coya (2019), hay unas 3,000 variedades de quinua, que son menos frecuentes y que se localizan en regiones interiores del país. Algunas de estas se pueden ilustrar a continuación.

Figura 2*Tipos de quinua menos frecuentes*

Nota. Tomado de <https://acortar.link/UcqZBy>

La quinua en general se adapta a diferentes ambientes ecológicos (altiplano, salares, nivel del mar, yungas, valles interandinos) (Ministerio de Desarrollo Agrario y Riego, s.f.). La planta y su semilla no solo se hallan y se adaptan al Perú, sino también a países como Bolivia, Ecuador, Argentina, China, Estados Unidos, Canadá, Australia e India, por citar algunos. La disponibilidad del grano se halla en el autoconsumo, el mercado nacional y las exportaciones (Huilcca, 2022; Ku Soria, 2017). Y su comercialización cada vez se incrementa más a nivel mundial. Cabe apuntar que culinariamente se innovan platos de comida con quinua, pues es un cereal muy versátil para cocinar (Medina, 2021).

Por su importancia, la quinua ha llamado la atención de los lexicógrafos. Este ingrediente es nombrado por los peruanos entre varios platos típicos. Y conforma uno de los léxicos gastronómicos más relevantes. El propósito de esta indagación es describir el léxico gastronómico de la quinua. Para ello, en términos lexicográficos, se enlistan y se definen los lemas en que la quinua se emplea. De este modo, se registra uno de los repertorios gastronómicos cruciales. Si bien desde la década de los 60 en Perú y Bolivia se abrió el interés del sector académico en la quinua y otros granos andinos, por ejemplo, se publicaron tesis de

grado (Rojas, Soto, Pinto, Jäger y Padulosi, 2010), es desde los 2000 que ha cobrado interés entre los lexicógrafos y los lingüistas. En este sentido, faltan trabajos léxicos sobre la quinua.

2. Léxico gastronómico peruano y el repertorio lexicográfico de la quinua

La gastronomía peruana se refleja en el léxico. Los platos, las bebidas y los postres se nombran con etiquetas nominales o sustantivos. Gran parte del vocabulario está conformado por unidades univerbales (un solo lexema) y otros pluriverbales (más de un lexema). Ejemplo de ellos son las comidas como *ceviche* o *lomo saltado*. Las derivaciones y fusiones incluso permiten crear nuevos vocablos que referencian los platos. Para ilustrar, se tienen nombres como *ceviche de pato* o *arroz chaufa de lomo saltado*. De esta manera, la culinaria peruana se ha ido gestando lingüísticamente (incluso, en términos morfológicos, hay vocablos derivados, compuestos, reduplicados). La gastronomía peruana ha cobrado interés por ser registrada (Uzuriaga, 2023), al igual que la gastronomía de variados países latinos que relieve su poder culinario (Lovón y Manallay, 2020).

Muchos de estos vocablos han sido compilados en diccionarios o glosarios de gastronomía peruana, generalmente desde una versión enciclopédica (Zapata, 2006; Academia Peruana de la Lengua, 2022; Álvarez Vita, 2009, Ugarte, 1997; Manallay, 2022). La experiencia lexicográfica está en boga dado el desarrollo turístico y atractivo que genera la comida para el país. Cabe señalar que los turistas visitan el Perú para tener una experiencia culinaria marina, andina, amazónica, particularmente de mestizajes. En algunos diccionarios, por ejemplo, se registra la quinua como un producto andino de célebre consumo y de interés para sus lectores. En tales textos se nombran algunos de sus platos, pero no se ilustra su diversidad, puesto que no se han especializado en el cereal. Con este trabajo se espera contribuir con su visibilización y su difusión lexicográfica. Al ser uno de los atractivos culinarios se convierte en una puerta de entrada al país y en una necesidad léxica de exponerla.

Ahora bien, la masificación y la utilización de la quinua ha dado paso a la creación de piezas léxicas que generan un repertorio léxico único. En este caso, se entiende por repertorio al conjunto de palabras o expresiones sobre una materia específica que se disponen junto con su definición. Dicho repertorio es el que se va a trabajar en esta investigación. A



propósito, el artículo lexicográfico o entrada sobre un repertorio está formado por una palabra y la información respectiva que la define. Así, el repertorio sobre la quinua presenta primero la palabra y luego su definición. En este quehacer debe apuntarse, asimismo, que la lexicografía como disciplina lingüística se ocupa de la confección no solo de diccionarios, sino también del recojo del léxico de una determinada lengua (Porto Dapena, 2002). Martínez de Sousa (1995) precisa que el artículo es léxico cuando se define alguna palabra léxica como el sustantivo. En el repertorio léxico de la quinua los artículos son nominales.

Por último, debe apuntarse que si bien los diccionarios, como otros productos lexicográficos, pueden estar cargados de ideologías, prejuicios o estereotipos (Peña, 2022; Rivero, 2022), algunos como los culinarios son aprovechados para exaltar la identidad o la pertenencia a un grupo (Matta, 2014). Al respecto, la política exterior peruana ha favorecido en estos años el desarrollo de la gastrodiplomacia que ha impactado de forma positiva en la imagen externa del país y en su reputación dentro del sistema internacional (Cifuentes, 2021). En este sentido, el repertorio léxico de la quinua contribuye al reconocimiento de la gastronomía peruana y de sus ciudadanos y connacionales, más aún si se aprecia que su comida contribuye con el patrimonio cultural de la humanidad (Guardia, 2020). Además, recordemos que los diccionarios, y cualquier repertorio lexicográfico, son una valiosa fuente de información teórica y práctica, especialmente para el aprendizaje de primeras y segundas lenguas (Ciro, 2018), la enseñanza del léxico (Peralta de Aguayo, 2018), la didáctica pedagógica y su uso en el aula (Peralta de Aguayo, 2016; Murillo, 2018), y el conocimiento y la exploración de una cultura. El léxico gastronómico, en particular de la quinua, puede servir de base para aprender el castellano, específicamente el peruano, y su entorno cultural, como es el caso de lo culinario.

3. Metodología

La presente investigación es de nivel descriptivo y de corte lexicográfico, en tanto que presenta el leuario y las definiciones del léxico gastronómico de la quinua en el Perú. Algunas definiciones se toman de manera literal del glosario *Panes, postres y bebidas en el Perú* de Lovón, Zamudio, Roldán y Concepción (2022) y se indican con la marca +. Para la confección del corpus se consideraron diversas fuentes. Algunos lemas se extraen del

Recetario Internacional de la Quinua (FAO, 2014), del texto *Quinua: 7 recetas que te harán amarla* de PromPerú (2019) y de *Ayara. Madre Quinua* de Solórzano (2013). Otros proceden de la experiencia culinaria del investigador, quien se ha especializado en la indagación del léxico culinario peruano. Para las definiciones, se busca presentar descripciones de lengua, aunque a veces algunas muestran definiciones enciclopédicas. En cada caso, se ha buscado plantear el género próximo y la diferencia específica (para esta, se detallan ingredientes). A propósito, aun cuando un lema culinario sea igual que en otro país, la preparación no siempre es la misma, dada las técnicas y estilos de cocina.

El léxico gastronómico de la quinua (LGQ) cuenta con un total de setenta (70) entradas léxicas. Los lemas se registran en tamaño de letra 12, en minúscula y en negrita. Las definiciones se presentan en letra tamaño 12, en minúscula y sin negrita. Antes de las definiciones, aparecen las marcas gramaticales. Se indica *m.* para el masculino, *f.* para el femenino y *pl.* para el plural. Adicionalmente, se emplean notas en el caso de alguna aclaración. Por último, se indica que, dentro del repertorio léxico, los lemas se ordenan alfabéticamente. Y en el caso de presentar dos acepciones se indica cada una con un numeral 1 o 2, por ejemplo.

4. Repertorio léxico

A continuación, se presenta el repertorio léxico sobre la quinua:

1. **ají de gallina con quinua.** m. Guiso preparado con gallina deshilachada, ají y quinua, servido en rodajas de papa. *Nota.* La quinua reemplaza el pan.
2. **ají de pollo con quinua.** m. Guiso preparado con pollo deshilachado, ají y quinua, servido en rodajas de papa. *Nota.* La quinua reemplaza el pan.
3. **ajiaco de papa y quinua.** m. Guiso de quinua revuelto con trozos cuadrados de papa, ají, queso, leche y perejil espolvoreado.
4. **albóndiga de quinua.** f. Bolas de quinua mezcladas con huevo y pan rallado.
5. **alfajor de quinua.** m. Dulce compuesto por dos rodajas hechas de masa de harina, maicena, azúcar cernidos con quinua cocida y mantequilla amasadas que se adhieren con un manjar blanco.



6. **aloja de quinua.** f. Bebida refrescante preparada con harina de quinua disuelta en agua fría hervida con canela y clavo de olor. *Nota.* Se puede consumir fría o tibia.+
7. **atún con quinua.** m. Ensalada de quinua, atún, apio, lechuga, choclo y pimiento.
8. **avena con quinua.** f. Taza de agua, avena, quinua, manzanas en cubo. *Nota.* Se le puede agregar canela y algún fruto seco.
9. **barra de quinua.** f. Compuesto energético en forma de barra elaborado a base de quinua y miel.+
10. **batido de quinua.** m. Bebida elaborada a base de quinua en polvo licuada con leche, canela y azúcar al gusto.+
11. **bizcocho de quinua.** m. **1.** Masa esponjosa en forma redonda elaborada a base de quinua licuada con agua, mezclada con yema de huevo, aceite, vainilla, polvo de hornear, ralladura, azúcar, sal y claras a punto de nieve. **2.** Pan esponjoso elaborado a base de harina de quinua, amasado con levadura, huevo, leche, sal y azúcar, barnizado con huevo batido o mantequilla.
12. **budín de quinua.** m. Dulce preparado a base de quinua perlada cocida con canela y clavo de olor, mezclada con pan remojado en leche, huevos batidos, mantequilla, esencia de vainilla y canela en polvo.
13. **buñuelo de quinua.** m. Masa de harina de quinua batida, que se esponja al estirarse y freírse.
14. **ceviche de quinua.** m. Plato de quinua marinada con jugo de limón, cebolla y ají.
15. **chaufa de quinua.** m. Quinua con pollo sazonado en sillao y pimienta, saltados de kion y pimiento, mezclada con tortilla de huevo, cebolla china y aceite de ajonjolí.
16. **cheesecake de quinua.** m. Postre preparado con una masa de queso en crema, azúcar, huevos, crema de leche y jugo de limón, refrigerada en una base crujiente de galleta molida horneada y cubierta con mermelada de quinua.+
17. **chicha de quinua.** f. Bebida preparada a base de quinua, agua, clavo de olor, azúcar y hierbas aromáticas. *Nota.* Es típica de Cusco.+
18. **chupe de quinua.** m. Sopa de quinua, aderezada con ají panca, ají amarillo, a la que se le añade tubérculos y vegetales, como zapallo, tomate, cebolla, habas, papas, choclo, queso, leche y huevos.

19. **crema volteada de quinua.** f. Postre elaborado a base de leche condensada, leche evaporada, quinua, huevo, vainilla, azúcar y agua.+
20. **cremolada de quinua.** f. Refresco elaborado a base de jarabe de fruta, azúcar y hielo picado.
21. **croqueta de quinua.** f. Masa de harina frita generalmente ovalada o redonda hecha con jamón, quinua, cebolla china rebozada en huevo y pan rallado.
22. **empanada de quinua.** f. Masa en forma de media luna rellena de quinua, tomates en cubos, queso y perejil.
23. **ensalada de quinua.** f. Plato que combina quinua con choclo, aceituna, palta, queso bañados generalmente en aceite vegetal.
24. **estofado de quinua.** m. Pollo en trozos bañado en guiso de quinua con cebolla, zanahoria, arveja, pimiento, tomate, culantro, acompañado de papa y arroz.
25. **espuma de quinua y guanábana.** f. Postre elaborado a base de guanábana, azúcar, clavo de olor, quinua, huevo y leche.+
26. **flan de quinua.** m. Postre dulce cuajado y elaborado a base de huevo, leche, vainilla, azúcar y quinua.+
27. **galleta de quinua.** f. Galleta elaborada a base de harina, azúcar, mantequilla, huevo, vainilla, leche, canela, pasas, sal y quinua.+
28. **gelatina de quinua.** f. Postre elaborado a base de quinua, disuelta en agua caliente, de textura suave y cremosa tras enfriarse y refrigerarse.+
29. **hamburguesa de quinua.** m. Carne molida, mezclada con cebolla, pimienta, comino, huevo, sal, aceite, quinua, en forma redondeada.
30. **helado de quinua.** m. Postre hecho a base de leche, azúcar, quinua y crema de leche, que es consumido a cierto grado de congelación.+
31. **humita de quinua.** f. Masa con forma rectangular, envuelta en panca de choclo y elaborada a base de quinua, manteca, clavo de olor y azúcar, rellena de huevo y pasas.
Nota. Es pasada por agua caliente para que tome consistencia.+
32. **imperial de quinua.** m. Postre elaborado a base de huevo, azúcar, leche, quinua, canela, harina, colapez, maicena y crema de leche.+



33. **jugo de quinua.** m. Bebida hecha en base de quinua y agua, licuada con manzana y canela.
34. **lentejas con quinua.** f. pl. Lentejas mezcladas con quinua, zanahora, pimentón, comino, perejil
35. **mazamorra de quinua.** f. Postre elaborado a base de quinua, chuño, leche, canela, clavo de olor, agua, vainilla y azúcar.+
36. **milhojas de quinua.** m. pl. Postre espolvoreado con azúcar impalpable, elaborado a base de masa hojaldre de quinua y relleno de manjar blanco.+
37. **mousse de quinua.** m. pl. Postre elaborado a base de quinua, colapez, crema de leche, maicena y azúcar.+
38. **néctar de quinua.** m. Bebida elaborada a base de jugo o pulpa de quinua, agua y azúcar.
39. **pan de quinua.** m. Pan elaborado a base de harina de quinua, sal, azúcar, agua, levadura, manteca y quinua sancochada.
40. **panqueque de quinua.** m. Torta plana y redonda elaborada de harina de quinua, mezclada con huevo, leche, canela, sal y azúcar, que puede ser bañada en miel.
41. **pastel de quinua.** m. Masa horneada de quinua, orégano y laurel, queso y mantequilla, mezclada con una pasta de tomate, cebolla, apio, azúcar, mantequilla, al que se añade huevo.
42. **pesque de quinua.** m. Puré de quinua reventada con mantequilla, leche, agua, queso en cuadrados.
43. **pie de manzana con quinua.** m. Especie de tarta compuesta por una base crujiente elaborada de harina de quinua, sal y mantequilla, rellena de quinua y manzanas en forma de cubitos salteadas con azúcar y mantequilla, cubierta y horneada con tiras de masa entrecruzadas.
44. **picante de quinua con carne.** m. Plato hecho a base de quinua con mezcla de cebolla, zanahoria, arverjas, papas y carne en cubos, combinados con ají panca, acompañado de arroz.
45. **picarón de quinua.** m. Masa de harina frita en forma de anillo elaborada a base de puré de zapallo con quinua.+



46. **pimiento relleno de quinua.** m. Plato hecho de pimientos rellenos con quinua, cebolla y perejil y llevados al horno.
47. **poke de quinua.** m. Ensalada de pescado crudo acompañado de quinua, rodajas de palta, zanahoria, pepino, choclo.
48. **polenta de quinua.** f. quinua molida espesa con sofrito de cebolla, pimiento, ajo y agua, a la que se le puede acompañar con una salsa de tomate.
49. **ponche de quinua.** m. Bebida elaborada a base de harina de avena integral, hojuelas de quinua, hojuelas de kiwicha, harina de maca, harina de algarrobo y azúcar.+
50. **puré de quinua.** m. Pasta de quinua hecha con mantequilla, leche y queso.
51. **queque de quinua.** m. Bizcocho elaborado a base de harina de quinua, leche, huevo, azúcar, mantequilla y polvo de hornear.+
52. **quinua a la huancaína.** f. Quinua bañado en salsa de huancaína, hecha de queso, leche, galleta, servido en lechugas y a veces con papa.
53. **quinua a la jardinera.** f. Quinua mezclada de una ensalada de arveja, vainita, zanahoria, choclo y pizca de cúrcuma.
54. **quinua con leche.** f. Bebida hecha en base de quinua, leche, canela y vainilla, a la que se le puede añadir fresa.
55. **quispiño.** m. Panecillo elaborado a base de quinua, cal, manteca, queso y sal. *Nota.* Es consumido en Puno. Y es llamado también quispiña. El lema se encuentra registrado en *DiPerú* y en JAV se le denomina como una especie de galleta hecha de cañihua.+
56. **raspadilla de quinua.** f. Hielo raspado bañado con jarabe de quinua.+
57. **refresco de quinua.** m. Bebida elaborada a base de quinua cocida, agua y azúcar.+
58. **revuelto de quinua.** m. Quinua revuelta con huevos, cebolla, zanahoria y pimiento.
59. **solterito de quinua.** m. Ensalada de quinua, con cebolla, tomate, queso en cuadrados, y habas, sazonada con pimienta y aceite de oliva.
60. **sopa de quinua.** f. Plato hecho del caldo de carne, quinua, papa, verduras y zanahoria.
61. **suspiro de quinua.** m. Dulce elaborado a base de manjar blanco, quinua cocida, mezclado con yemas de huevo, merengue, vainilla y canela, servido en copa.+



- 62. **tacu tacu de quinua.** m. Calentado de frijoles mezclado con quinua guisada, alguna carne, galleta de soda, huevo y ajos.
- 63. **tamal de quinua.** m. Masa de quinua amasada con caldo de verdura y envuelta en hojas de plátano. *Nota.* Cuando se prepara en forma de guiso, se conoce como guiso de quinua, pero algunos también lo llaman quinua atamalada o tamalada de quinua.+
- 64. **tarta de quinua.** f. Pastel de quinua mezclado con queso, cebolla y morón.
- 65. **tomate relleno de quinua.** m. Plato hecho de tomates rellenos con quinua, cebolla y perejil.
- 66. **torreja de quinua.** m. Masa de harina frita con huevos, azúcar, perejil, queso y quinua.+
- 67. **torta de quinua.** f. Queque con quinua, cubierto de una crema y dulce de leche.
- 68. **tortilla de quinua.** f. Fritura de huevo batido con quinua, queso, zanahoria, pimiento picados.
- 69. **turrón de quinua.** **1.** m. Dulce elaborado a base de masa de harina de quinua, anís, manteca, yema de huevo y ajonjolí, en forma de tableta en capas, bañado con miel de carambola. **2.** m. v. barra de quinua.+
- 70. **zambito de quinua.** m. Postre preparado con quinua, pasas, chancaca, canela y clavo de olor, de textura espesa. *Nota.* Es una variación del arroz zambito. Puede llevar cáscara de naranja.+

Observando el repertorio léxico, se presenta a continuación una tabla que precise los lemas con marca gramatical femenino y masculino.

Tabla 1

Marcas gramaticales de los lemas sobre la quinua

Marca gramatical	Lemas
Femenino	albóndiga de quinua, aloja de quinua, avena con quinua, barra de quinua, chicha de quinua, crema volteada de quinua, cremolada de quinua, croqueta de quinua, empanada de quinua, ensalada de



Artículo

	quinua, espuma de quinua y guanábana, galleta de quinua, gelatina de quinua, hamburguesa de quinua, humita de quinua, lentejas con quinua, mazamorra de quinua, polenta de quinua, quinua a la jardinera, quinua a la huancaína, raspadilla de quinua, sopa de quinua, tarta de quinua, torta de quinua, tortilla de quinua.
Masculino	ají de gallina con quinua, ají de pollo con quinua, ajiaco de papa y quinua, alfajor de quinua, atún con quinua, batido de quinua, bizcocho de quinua, budín de quinua, buñuelo de quinua, ceviche de quinua, chaufa de quinua, <i>cheesecake</i> de quinua, chupe de quinua, estofado de quinua, flan de quinua, helado de quinua, imperial de quinua, jugo de quinua, milhojas de quinua, <i>mousse</i> de quinua, néctar de quinua, pan de quinua, panqueque de quinua, pastel de quinua, pesque de quinua, pie de manzana con quinua, picante de quinua con carne, picarón de quinua, pimiento relleno de quinua, poke de quinua, ponche de quinua, puré de quinua, queque de quinua, quinua con leche, quispiño, refresco de quinua, revuelto de quinua, solterito de quinua, suspiro de quinua, tacu tacu de quinua, tamal de quinua, tomate relleno de quinua, torreja de quinua, turrón de quinua, zambito de quinua.

Fuente: Elaboración propia.

Como se ve, son más los lemas con marca gramatical masculino (45), que las marcas en femenino (25). El género está determinado por el núcleo de la entrada, muchos refieren a género masculino. Los lemas recogidos son formas complejas o pluriverbales, con excepción de *quispiño*, que es una forma simple o univerbal. Y los núcleos en las formas complejas heredan el género que portan cuando operan como palabras simples.

En relación con el contenido, realizamos la siguiente clasificación para mostrar los tipos de comidas que se realizan con la quinua.



Tabla 2

Tipos de comidas sobre la quinua

Tipos de comida	lemas
Ensaladas	atún con quinua, ensalada de quinua, poke de quinua, solterito de quinua.
Entradas	albóndiga de quinua, avena con quinua, empanada de quinua, humita de quinua, pan de quinua, pesque de quinua, quispiño, tamal de quinua, torreja de quinua, tortilla de quinua.
Sopas	chupe de quinua, sopa de quinua.
Guiso	ají de gallina con quinua, ají de pollo con quinua, ajiaco de papa y quinua.
Platos principales	ceviche de quinua, chaufa de quinua, estofado de quinua, hamburguesa de quinua, lentejas con quinua, picante de quinua con carne, pimiento relleno de quinua, polenta de quinua, puré de quinua, quinua a la huancaína, quinua a la jardinera, revuelto de quinua, tacu tacu de quinua, tomate relleno de quinua.
Postres	alfajor de quinua, barra de quinua, bizcocho de quinua, budín de quinua, buñuelo de quinua, <i>cheesecake</i> de quinua, crema volteada de quinua, cremolada de quinua, croqueta de quinua, espuma de quinua y guanábana, flan de quinua, galleta de quinua, gelatina de quinua, helado de quinua, imperial de quinua, mazamorra de quinua, milhojas de quinua, <i>mousse</i> de quinua, panqueque de quinua, pastel de quinua, pie de manzana con quinua, picarón de quinua, queque de quinua, raspadilla de quinua, suspiro de quinua, tarta de quinua, torta de quinua, turrón de quinua, zambito de quinua.
Bebidas	aloja de quinua, batido de quinua, chicha de quinua, jugo de quinua, néctar de quinua, ponche de quinua, quinua con leche, refresco de quinua.

Fuente: Elaboración propia.



Esta clasificación trata de bosquejar la manera en que aparece la quinua en las preparaciones de comida. Quizá la taxonomía puede ser más amplia o exhaustiva; no obstante, posibilita mostrar que la quinua se usa con frecuencia en la elaboración de postres. Como pseudocereal es atractiva por sus nutrientes y el sabor que adquiere con otros ingredientes que se juntan para ofrecer comidas emblemáticas. Entre los platos se destaca que también son numerosos y muchos de ellos muestran su relación con la tradicional y moderna gastronomía peruana, como el *tacu tacu*, el *chaufa*, la *huancaína* o el *ceviche peruano*, los mismos que son resultados del mestizaje y la fusión cultural, tan igual como se evidencia con la creación de platos con la quinua.

5. Conclusiones

La quinua representa un potencial gastronómico para los peruanos. Su producción está en eclosión dado que es uno de los cereales consumidos en diversos platos principales, así como postres y bebidas. Esta diversidad se nombra a través de etiquetas nominales que conforman el repertorio léxico gastronómico de la quinua. La mayoría de las entradas léxicas registran la palabra quinua en forma de frase preposicional (por ejemplo, *sopa de quinua*) y algunas pocas como núcleo (por ejemplo, *quinua a la huancaína*). También cabe precisar que gran cantidad de los artículos presentan marca gramatical masculino (por ejemplo, *ceviche de quinua*, *chaufa de quinua*, *tacu tacu de quinua*), frente a los casos de marca en femenino (por ejemplo, *humita de quinua*, *galleta de quinua*, *mazamorra de quinua*). Y tal como se indicó la quinua tiene mayor presencia en postres y platos principales, antes que las ensaladas y las sopas. Como se señaló, la quinua se percibe como un pseudocereal importante.

Consideramos que el léxico gastronómico de la quinua constituye un importante repositorio sobre las voces que identifican la comida peruana. Si bien algunos de los platos se elaboran o consumen en otros países, en el Perú, por su origen, difusión o uso se han masificado. Hoy en día la quinua es muy aceptada y demandada en el país y es símbolo de reconocimiento. En los países andinos, como Bolivia, también se presentan platos, postres y otras preparaciones básicas con quinua (Basmatic, 2021), como *quinua con plátano*, *quinua con manzana*, *refresco de quinua con piña*, *sopa de quinua*, *revuelto de quinua*, *albóndigas*



de quinua, hamburguesa de quinua, flan de quinua, galletas de quinua. Preparar comidas con quinua es sencillo; en *Clarín* se indica que “Por su versatilidad y fácil preparación, invade la cocina y aporta un sabor diferente a las comidas. Es la consentida de vegetarianos y celíacos, pero todos podemos disfrutar su valor nutricional” (s.f., párr. 1). Como se da a entender, los vegetarianos y no vegetarianos la prefieren por su aporte nutritivo. La quinua está considerada un “superalimento” recomendable para niños, deportistas, madres embarazadas, personas con problemas de estreñimiento, digestivos e intestinales.

A partir de este trabajo sobre la quinua, será importante explorar, posteriormente, su incorporación a la tradición lexicográfica del español. Desde un análisis metalexicográfico, se puede examinar el año de ingreso y la definición de la voz en los diccionarios de la Real Academia Española (RAE) y la Asociación de Academias de la Lengua Española (ASALE), así como los diccionarios históricos de cada país de habla hispana. Asimismo, es de interés examinar cómo la voz quinua ha sido registrada en diccionarios europeos y asiáticos. En el mundo anglosajón, la quinua es tan valorada como la avena. En los registros habrá de atender la forma léxica *quinoa*, que ha sido muy difundida. En dichos exámenes, se puede estudiar, desde el análisis crítico del discurso lexicográfico, las maneras en que se percibe la quinua desde Europa o desde fuera del Perú o Bolivia. Por el lado de los diccionarios monolingües o bilingües con el quechua, habrá de poner atención al origen etimológico y la atribución de la semilla al mundo andino.

Para finalizar, creemos que la lexicografía contribuye en la preservación del conocimiento sobre alimentos tradicionales como la quinua. Ayuda a compilar, registrar, definir y dar a conocer los postres, los platos, las bebidas. Los cocineros o chefs pueden echar mano de los repertorios léxicos, así como las personas que tienen interés en la culinaria. Con los repertorios léxicos, se guarda y difunde la información gastronómica y se valora, asimismo, a los grupos sociales y las culturas que crean el inventario lingüístico y culinario.



Referencias

- Academia Peruana de la Lengua. (2022). *Diccionario de peruanismos en línea*.
<https://diperu.apl.org.pe/>
- Agois, J. (s.f). Jimena Agois. <https://jimenaagois.com/pimientos-rellenos-de-quinua/>
- Álvarez Vita, J. (2009). *Diccionario de peruanismos. El habla castellana del Perú*.
Universidad Alas Peruanas.
- Basmatic (25 de marzo de 2021). Recetario de cocina gratuito "Recetas Prácticas con
Quinoa". <https://basmatic.com/libros-cocina-gratis/recetas-practic-as-quinua>
- Calvo, J. (2005). *La cocina peruana. Análisis semántico del léxico de la cocina en la lengua
quechua*. Academia Peruana de la Lengua; Universidad San Martín de Porres.
- Campos-Rodríguez, J., Acosta-Coral, K. y Paucar-Menacho, L. (2022). Quinoa
(*Chenopodium quinoa*): Composición nutricional y Componentes bioactivos del grano
y la hoja, e impacto del tratamiento térmico y de la germinación. *Scientia
Agropecuaria*, 13(3), 209-220. <https://dx.doi.org/10.17268/sci.agropecu.2022.019>
- Cifuentes, L. (2021). *La influencia de la gastrodiplomacia en la imagen de Perú dentro del
Sistema Internacional*. Pontificia Universidad Javeriana Facultad De Ciencias Políticas
y Relaciones Internacionales. Trabajo de investigación.
<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/62929/Influencia%20de%20la%20gastrodiplomacia%20Per%20-%20LMCP-3%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ciro, L. (2018). Lexicografía. En Muñoz-Basols, J., Gironzetti, E. y Lacorte, M. *The
Routledge Handbook of Spanish Language Teaching*.
<https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/978131564616927/lexicografia-lirian-astrid-ciro>
- Clarín (21 de mayo de 2015). *Quinoa: un cereal que gana terreno y adopta múltiples usos*.
https://www.clarin.com/entremujeres/bienestar/hacer-quinua-cereal-reina-cocina_0_S1QzztYP7l.html
- CONASI (22 de junio de 2023). *Quinoa: qué es, variedades y propiedades*.
<https://www.conasi.eu/blog/consejos-de-salud/quinoa-variedades-y->



- <https://trome.com/actualidad/turrones-mes-senor-de-los-milagros-dona-pepa-receta-quinua-maiz-morado-kion-imp-noticia/>
- Ministerio de Desarrollo Agrario y Riego (s.f.). Quinua. <https://www.midagri.gob.pe/portal/444-granos-andinos/9377-variedades-de-quinua>
- Murillo, M. (2018). Vocabulario gastronómico en el habla infantil costarricense. *Káñina*, 42(2), 345-375. <https://dx.doi.org/10.15517/rk.v42i2.35497>
- Palomino, M. (2019). Quinua gourmet: Raza, estética y evolución del uso de la quinua en la alta cocina peruana. En K. Herrera y A. Gumucio (editores). *Sabores, saberes. Comunicación y conocimientos en la cultura alimentaria* (pp.119-138). Plural Editores.
- Peña, A. (2022). De profesiones, oficios y algunos estereotipos de género que perviven en el diccionario académico. *Letras*, 62(100), 317–354. <https://doi.org/10.56219/letras.v62i100.1423>
- Peralta de Aguayo, E. (2016). Importancia de la utilización del diccionario en contextos áulicos paraguayos. *Revista Científica de la UCSA*, 3(2), 47-57. [https://doi.org/10.18004/ucsa/2409-8752/2016.003\(02\)047-057](https://doi.org/10.18004/ucsa/2409-8752/2016.003(02)047-057)
- Peralta de Aguayo, E. (2018). Enseñanza del léxico en la praxis educativa paraguaya: reflexiones para su mejora. *Revista Científica Estudios e Investigaciones*. 82.84.
- Porto Dapena, J. (2002). *Manual de técnica lexicográfica*. Arco Libros S.A.
- PromPerú (18 de junio de 2019). Quinua: 7 recetas que te harán amarla. <https://peru.info/es-pe/gastronomia/noticias/2/12/quinua--7-recetas-que-te-haran-amarla>
- Quinua Coya (5 de octubre de 2019). Variedades de quinua. <https://www.facebook.com/103842544342479/photos/a.132074494852617/133033298090070/?type=3>
- Rivero, J. (2022). Diccionario escolar e ideologías: los oficios cuestionados socialmente. En Márquez, M. y Ferreira, V. *La lexicografía didáctica. Reflexiones y recursos orientados al aprendizaje de las lenguas*. https://www.guillermoescolareditor.com/libro/la-lexicografia-didactica_139893/
- Rojas, W., Soto, J., Pinto, M., Jäger, M. y Padulosi, S. (editores). (2010). *Granos Andinos. Avances, logros y experiencias desarrolladas en quinua, cañahua y amaranto en*



Bolivia. Bioersivity International.

<https://www.proinpa.org/web/pdf/Quinua/Varios%20quinua/Granos%20Andinos%20Avances,%20logros%20y%20experiencias%20desarrolladas%20en%20quinua,%20ca%F1ahua%20y%20amaranto%20en%20Bolivia.pdf>

Solórzano, F. (2013). *Ayara. Madre Quinua*. Aguilar. Torres, M. (2021). Recetas y léxico culinario en prensa española del siglo XIX. *Boletín de Filología*, 56(1), 203-233. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-93032021000100203>.

Ugarte Chamorro, M. (1997). *Vocabulario de peruanismos*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

Uzuriaga, J. (2023). El estudio léxico-semántico de la comida marina peruana. *Lengua y Sociedad*, 22(2), 617-642. <https://doi.org/10.15381/lengsoc.v22i2.22786> Zapata, S. (2006). *Diccionario de gastronomía peruana tradicional*. Universidad de San Martín de Porres.