

El enyucado costeño: sabor de una tradición

Odette Yidi David

El enyucado es un postre típico de la costa Caribe colombiana y de Panamá. Su ingrediente principal es la yuca o mandioca (*Manihot esculenta*), cosechada en países tropicales de alto valor nutricional. La yuca también es utilizada para preparar carimañolas, sancocho y acompañar los asados y desayunos típicos caribeños. El enyucado puede prepararse de distintos modos, y algunos de sus ingredientes también pueden variar. También se puede cocinar al carbón para darle una consistencia más húmeda. Es sin duda uno de los manjares más apetecidos y autóctonos del Caribe colombiano.



Figura 1. Yuca sin cocer, y yuca cocida con queso costeño; un desayuno típico del Caribe.

La forma más rápida de disfrutar de esta delicia típica de la comunidad afro-colombiana es adquiriéndolo de las vendedoras de bollos y dulces típicos en la ciudad de Barranquilla, que con sus armoniosas voces invitan a los peatones y demás aficionados de la comida típica costeña a comprar los manjares que ellas preparan en sus hogares todos los días según la tradición familiar y la de su comunidad.

El enyucado, al igual que los demás dulces típicos de los afro-descendientes, tiene orígenes inciertos. Al preguntarle a una de las “palenqueras” que diariamente y de forma infalible alegran la ciudad de Barranquilla con su tradicional llamado anunciando su paso y sus mercancías acerca del origen del enyucado, afirmó que “desde que nací conseguí el enyucado”, haciendo referencia a que la receta de este manjar es de antaño, y que como en el caso de muchas preparaciones típicas costeñas, pasó de generación en generación, convirtiéndose así una tradición familiar en un medio de subsistencia.

**Enyucado costeño
(20 porciones
aproximadamente)**

Tiempo de cocción
aproximado: 30 minutos

Ingredientes:

2 libras de yuca
½ taza de coco rallado
½ taza de leche de coco
½ libra de queso costeño o
queso campesino blanco
½ libra de azúcar
½ barra de mantequilla
1 cucharadita de canela*
1 cucharadita de vainilla*
1 cucharadita de semillas
de anís
½ taza de crema de leche

**Nota. La utilización de
este ingrediente es
opcional.*

Preparación:

La yuca se pela y se ralla.
Se mezcla con el queso, la
azúcar y la mantequilla
derretida. Poco a poco se
vierte la leche de coco, el



Figura 2. Una palangana con dulces típicos, incluyendo el enyucado, de una “palenquera” de la ciudad de Barranquilla.

coco rallado y el anís machacado y se amasa. Se agregan vainilla y canela al gusto. Se vierte la mezcla en un refractario bajo engrasado previamente. Se extiende bien para que no quede grueso y se lleva al horno precalentado a 300 grados por 30 minutos o hasta que dore.



Figura 3. El enyucado costeño.