

URUGUAY

EL MATE





LA BEBIDA DE LOS URUGUAYOS



📍 Rambla 25 de Agosto de 1825 y Yacaré
Montevideo, Uruguay

📞 00 (598 2) 1885100

🌐 www.uruguaynatural.com

www.uruguaynatural.tv |    

Fotografías: Archivo Fotográfico Ministerio de Turismo
Enrique Pérez, Aguaclara Fotostock Uruguay,
Kromostock, Ramón Martínez.

Enero 2019

CÓMO PREPARAR EL MATE:



Coloque aproximadamente 2/3 de yerba en el mate.



Incline la yerba hacia uno de los lados, permitiendo que quede un espacio vacío desde el fondo hacia la abertura del mate.



Vierta agua tibia en el espacio vacío, manteniendo el mate inclinado, hasta que la yerba se hinche.



Introduzca la bombilla dentro del mate, en el centro del hueco, tapando la boquilla con el pulgar.



Finalmente, vierta el agua caliente (sin llegar al punto de hervor) para obtener la infusión.

EL MATE

El mate es la bebida resultante de la infusión de la yerba mate. La “yerba” está constituida por las hojas deshidratadas y molidas de la especie arbórea *Ilex paraguayensis*.

El origen de esta bebida se remonta hacia épocas prehispánicas de la cultura guaraní, pero desde el siglo XVII, y mientras en Europa se imponía la costumbre de tomar té, aquí en Sudamérica y específicamente en Uruguay, se extendía el hábito de tomar mate.

Inicialmente el mate se convirtió en compañero inseparable del hombre de campo. Cimarrón, amargo, verde, fue su fiel amigo en las travesías por los campos, en los momentos de soledad y también los de alegría. Con el paso de los años logró conquistar su espacio en la ciudad, y hoy tomar mate es una práctica habitual en todo el territorio de Uruguay, así como en Argentina, Paraguay y el sur de Brasil.



Según el lugar, el momento, o con quien se toma mate, este adquiere diversos significados. Puede ser un alimento, o tan solo el compañero de horas largas. Acompaña a los estudiantes, a los grupos de amigos, a la familia, a los compañeros de trabajo. **Es un elemento de comunión y el símbolo de bienvenida para quien es recibido con un “mate calentito” en la puerta de la casa.**

El mate es tomado, generalmente, en forma compartida y siempre se utiliza el mismo recipiente y la misma bombilla, pasándolo de una persona a otra. Este hecho es el que lo distingue notablemente de la forma en que se comparte otras infusiones, como el té o el café.



“ *Es difícil imaginarse a un uruguayo que no tome mate. Es parte esencial de la cultura nacional. Pero, ¿qué es el mate?* ”



ELEMENTOS DEL MATE

La yerba proviene del *Ilex paraguayensis* o árbol de la yerba mate, originario de América del Sur, y crece espontáneamente en cultivos en las zonas templadas o poco frías de Paraguay, Brasil y Argentina. La yerba tiene un apreciable contenido de cafeína. Si efectuamos una comparación con los porcentajes de este alcaloide existente en el té y el café, apreciaremos que la yerba se encuentra en una posición intermedia entre ellos.



Asimismo, la yerba mate posee sustancias de alto valor nutritivo como la vitamina A. La particular composición de la yerba mate, especialmente por su contenido de cafeína, convierte a su infusión en una bebida muy estimulante y tónica. De igual forma, actúa como diurético y vaso dilatador.

Tradicionalmente, **el mate ha sido confeccionado a partir de una calabaza seca** que, debidamente seccionada, se transforma en el recipiente. La palabra mate proviene de un vocablo de origen quechua que designaba al recipiente (calabaza).



Más tarde también pasó a denominar a la bebida en sí misma. El mate debe ser “curado” antes de ser usado como recipiente para beber la infusión.

También **se utilizan recipientes de otros materiales como cerámica, vidrio y más recientemente silicona**. La tradición del mate, está tan viva, que no paran de surgir innovaciones en torno a la infusión. Así por ejemplo, acaba de patentarse el denominado “Mate Go”, un accesorio que permite que el mate armado pueda ser transportado en una cartera o mochila sin que se vuelque nada de yerba.

La bombilla, generalmente confeccionada en metal, es el accesorio que tiene por función la absorción y filtración de la infusión. Está

compuesta por un cuello o tubo a cuyos extremos se encuentra el filtro y la boquilla respectivamente. La bombilla, tal como la conocemos hoy, data del siglo XVIII. La utilización del termo, en lugar de la caldera, para cebar mate, fue una iniciativa uruguaya que le lo habilitó a salir del ámbito del hogar. Es por ello que en Uruguay es muy común tomar mate en los más diversos lugares públicos y esta costumbre se ha tornado en una de las más típicas imágenes del paisaje ciudadano.

