

Español Podcast



276

SPANISH PODCAST *Español Podcast*

Comer muy tarde

Lo que piensan los extranjeros de los españoles Estereotipos IV

Hello dear friends and welcome to Spanish Podcast. I am Mercedes speaking to you from Barcelona. In our 276th episode: Eating very late (What foreigners think about Spaniards. Stereotypes IV) we are going to review this Spanish custom of eating late, what are the usual meals throughout the day in Spain and what they are composed of , as well as knowing the reason for these differences compared to European standard schedule.

Hola queridos amigos y bienvenidos a Español Podcast. Soy Mercedes y os hablo desde Barcelona. En nuestro episodio nº 276: Comer muy tarde (Lo que piensan los extranjeros de los españoles. Estereotipos IV) vamos a revisar esta costumbre española de comer y cenar tarde, cuáles son las comidas habituales a lo largo del día en España y de qué se componen, así como saber el porqué de estas diferencias respecto a los horarios estándares europeos.



Robert: Hay dos estereotipos ciertos: se come y se cena muy tarde. Y se habla muy fuerte en los sitios públicos.

Profesora: Esos son dos estereotipos que se apoyan bastante en la realidad. Comemos más tarde que el resto de Europa y cenamos tardísimo para los estándares de otros países. Comemos habitualmente a las 2, e incluso más tarde; y cenamos entre las 9 y las 10 de la noche, depende.

Tatiana: Sí, pero yo, al cabo de dos meses, ya me había acostumbrado a los nuevos horarios. Y ahora me parecen normales.

John: Yo creo que es cierto que algunas personas hablan en un tono de voz muy alto. Yo lo noto mucho en los bares y en los restaurantes, y me molesta.

Hola, amigos, aquí estamos de nuevo tratando otro de los estereotipos atribuidos a los españoles, y a la vida y costumbres españolas: **comemos tarde y cenamos tardísimo**.

Escuchemos qué empieza diciendo Robert:

- **Hay dos estereotipos ciertos: se come y se cena muy tarde. Y se habla muy fuerte en los sitios públicos.**

Vamos con el primero de ellos: **se come y se cena muy tarde**.

Robert ha añadido el adjetivo "**cierto**", dos estereotipos ciertos. Aquí no parece haber duda, ya que la realidad de nuestros horarios es ésta: **en relación a los estándares europeos, comemos y cenamos tarde**.

Y este hábito español suele ser una incógnita para los viajeros que venís a España, sea por cuestión de negocios, estudios o turismo.

La profesora introduce el tema con su explicación:



- ***Esos son dos estereotipos que se apoyan bastante en la realidad. Comemos más tarde que el resto de Europa y cenamos tardísimo para los estándares de otros países. Comemos habitualmente a las 2, e incluso más tarde; y cenamos entre las 9 y las 10 de la noche, depende.***

¿Y esto es así? Seguro que ahora mismo estás comparando los horarios de las comidas españolas con las de tu país. Y seguro que te estás planteando dudas y preguntas. Vamos pues a intentar responderlas, porque si entendéis bien la dinámica de las comidas españolas, tendréis un viaje más cómodo y un poquito adaptado a las costumbres de mi país.

Centrémonos. **¿Cuántas comidas diarias hacemos los españoles? ¿A qué horas tomamos esas comidas?** Los españoles no tomamos tres comidas -y sólo tres- como en otros países. Suele haber cuatro, y respecto a algunas edades, cinco. Aunque no todas son comidas completas; **hay dos comidas principales: comida del mediodía y cena de la noche**; está también **el desayuno** que es **intermedia**; y hay **dos comidas pequeñas que llamamos tentempié o bocado o aperitivo que son a media mañana y a media tarde.**

Venga, os lo pongo clarito aquí para que lo veáis claro:

- **el desayuno**
- **el aperitivo de media mañana (o bocado, o tentempié)**
- **la comida del mediodía**
- **la merienda de media tarde**
- **la cena de la noche**

EL DESAYUNO:

Es nuestra primera comida del día y suele contener zumo de naranja, café con leche, o Cola-Cao -chocolate diluído en leche- para los niños,



tostadas con mantequilla y mermelada; o un bocadillo o una pieza de bollería (cruasán, ensaimada, donut, etc.) o churros. Se desayuna en casa y se desayuna en el bar.

Hay muchos bares y cafeterías que ofrecen paquetes de precio “cerrado” por diversas ofertas de desayuno, y que pueden oscilar entre los dos y los cinco euros. Si pides otro tipo de desayuno, inglés o similar, el precio varía.

Es la primera comida del día y suele darse **entre las 7 y las 9** de la mañana, y antes de empezar el trabajo.

El desayuno español no es ni tan contundente ni tan abundante como el de otros lugares, aunque en los últimos años encuentras otros tipos de desayuno internacionales sin ningún problema.

EL TENTEMPIÉ DE MEDIA MAÑANA:

A media mañana, hacia las 11, o **entre 10.30 y 11.30**, -depende de tu hora de entrada al trabajo y de cuándo hacéis la pausa-, se suele disponer de un cuarto de hora o **veinte minutos** para **tomar algo** que te permita “aguantar” bien, sin hambre, hasta la comida.

Este **bocado de media mañana** se llama “el almuerzo” en Cataluña, y no sé si en otros lugares. Pero...¡cuidado! porque en otras muchas zonas el “almuerzo” se identifica con la “comida del mediodía”. Así que, va como va...

El **tentempié** es una palabra preciosa, muy graciosa y llena de sentido, porque de hecho inicialmente- es “*tente en pie*”, es decir, *mantente de pie*, o sea, *no te caigas, no te desmayes*. Es una **pequeña comida** entre otras principales.

Mucha gente toma sólo una bebida: un té, un café con leche, una infusión, un refresco...; otra, un pequeño bollo y un cortadito o un café solo; y la gente que aguanta bien, no toma nada. Ah, hay gente que toma una pieza de fruta; o un aperitivo salado..., depende.

Hay tres palabras preciosas para este pequeña comida entre horas:



- **tentempié**
- **refrigerio**
- **piscolabis**

Y también se suele decir que a esa hora tomas:

- un **bocado**
- o un **aperitivo**.

Aunque lo que todos decimos a esa hora es:

- **Vamos a tomar algo**

También hay casos en los que algunas personas toman café solo por la mañana y después desayunan a media mañana. Va como va...

LA COMIDA:

La comida es la comida principal del mediodía en España (curiosamente, el almuerzo en Latinoamérica).

Comemos habitualmente **a partir de las 2 del mediodía** (las 14 horas) en España.

Es la comida principal del día y está compuesta normalmente por un entrante o primer plato; un plato principal o segundo plato; bebida, pan y postre. Si vas al restaurante, probablemente tendrás la opción de tomar **un menú del día**, de precio económico, con dos platos, bebida y postre.

Esta comida suele ocupar el mediodía español y suele darse **entre las 2 y las 3.30-4** (entre las 14 y las 15-16 horas), aunque **entre 2 y 3 para la mayoría de la gente**.

No es menos cierto que, a causa del turismo, muchos restaurantes tienen las mesas preparadas para comer a partir de la 1 del mediodía (las 13 horas), ya que una parte de los clientes van a empezar a comer a esa hora.



La comida es, pues, la del mediodía, pero también cualquier acción de comer o cualquier conjunto de alimentos que se comen.

LA MERIENDA:

Suele ser **la cuarta comida del día**, similar a la de media mañana. Se le da mucho a los niños, ya que acaban el colegio a las 5 de la tarde (las 17 horas) y no pueden esperar hasta las 9 de la noche (si han comido a las 2, por ejemplo).

La merienda tiene el formato del tentempié de la mañana, pero es **el tentempié de la tarde**: un bocadillo, galletas, fruta, o refrigerios similares, tipo sándwich. Por la tarde, se llama merienda.

LA CENA:

Finalmente llegamos a **la última comida del día**, que suele realizarse **entre las 9 y las 10 de la noche**, dependiendo de las personas, de las zonas, de la estación del año, etc.

La cena española es un poco más ligera que la comida, sobre todo en los hogares..., quizás no tanto en los restaurantes.

En algunas zonas de España, cuando se cena fuera, se suelen compartir unas tapas y se toman unos vinos o unas cañas.

En el caso de las cenas, difícilmente vas a encontrar restaurantes que las sirvan a las 6.30 o a las 7 de la tarde (7 p.m.). Como muy pronto, **van a servir cenas a partir de las 8.30**, pero **sobre todo a partir de las 9**, que viene a ser -un poco- la hora de inicio de las cenas españolas. Eso sí, vas a poder comer deliciosos platillos de tapas, pinchos, montaditos o bocatas, a cualquier hora.

Bien, amigos, aquí tenéis ya **una panorámica de rasgos generales de las comidas que habitualmente hacemos en España, de qué se componen y a qué hora las tomamos.**

Ahora, tras escuchar a la profesora:



- *Esos son dos estereotipos que se apoyan bastante en la realidad. Comemos más tarde que el resto de Europa y cenamos tardísimo para los estándares de otros países. Comemos habitualmente a las 2, e incluso más tarde; y cenamos entre las 9 y las 10 de la noche, depende.*

Os estaréis preguntando el porqué de estos horarios, cuál la causa de ser como son.

Una de las razones es que los españoles, España, **no estamos en el huso horario que nos corresponde geográfica y solarmente**. Un huso horario es una de las 24 zonas -imaginarias, sobre mapa- en las que se divide la Tierra, si trazamos 24 líneas entre los polos, verticales (todos sabéis que esas líneas son los meridianos). Y cada zona, de arriba a abajo, tiene el mismo horario. **Nuestro huso horario es el del meridiano de Greenwich, o meridiano cero.**

Por cierto, se llama **huso**, con hache, porque la forma de estas cuñas, o de estas franjas geográficas solares, y horarias, es la forma de un huso de los que se usaban antes para tejer..Enseguida recordaréis qué objeto es si os recuerdo yo, a mi vez, que es el huso con el que se pinchó la Bella Durmiente, la cual quedó profundamente dormida hasta la llegada del famoso beso del príncipe, que la despertó...al menos, eso dice el cuento fantástico. Así, pues, no confundir con "uso", sinónimo de utilización, costumbre, etc., que se escribe u s o, sin hache.

Entonces, si estamos en la misma franja solar y horaria de Londres, **¿por qué nuestros horarios son diferentes a los de allá, a los de Londres, situado en nuestro mismo huso o franja horaria?**

El motivo de este lío se remonta al final de la Segunda Guerra Mundial, cuando el gobierno de Franco, en estrechas relaciones entonces con el gobierno alemán, una noche a las 11, ordenó poner todos los relojes a las 12 de la medianoche, con la promesa de restablecer la hora "nor-



mal” en el futuro. También lo hicieron otros países, que recuperaron el antiguo horario al cabo de pocos años. Pero eso no sucedió aquí, en España, y nos situó indefinidamente en la hora oriental en la que ahora estamos (oriental como la de Berlín, por ejemplo), y no en la occidental (la de Londres), en la que deberíamos estar. Y así llevamos 80 años... Además, en los 70, se añadió otro cambio para tener horario de verano, con más horas de luz.

Todo esto...¿qué significa? Pues que **estamos sometidos a diversas horas de adelanto en relación a la hora solar** (dependiendo de la estación del año). Significa también que **llevamos dos horas de retraso respecto al resto de países europeos**. Y eso afecta todas las actividades de nuestra vida: horarios laborales, horarios escolares, horarios del comercio, y también horarios de comida, amén de los horarios que rigen nuestra vida familiar y nuestras actividades de ocio.

Pero ahí no se acaba la peculiaridad de los horarios españoles. Es que además **tenemos** -como os decía- **un horario de invierno y uno de verano, o lo que es lo mismo, en invierno tenemos una hora de diferencia respecto al horario solar y en verano, doos.**

Mirad, una cosa muy divertida es que **todos los últimos domingos de marzo pasamos al horario de verano**, es decir, **adelantamos los relojes una hora** y a las doce de la medianoche los ponemos a la una de la madrugada (o en plena madrugada, pasamos de las 2 a las 3). Y **el último domingo de octubre, al revés**. A las doce de la noche, **retrasamos una hora nuestros relojes** y los ponemos a las 11 (o, en plena madrugada, pasamos de las 3 a las 2). Debe ser por eso que estamos tan locos...

Tanto en un momento como en el otro, durante esos días de cambio de horario, sea en el ascensor, en el supermercado, en el trabajo, con tus



amigos, o en cualquier lugar, lo más normal del mundo es oír **frases** como las siguientes:

- *Cariño, ¿te has acordado de cambiar el reloj de la cocina? (claro, porque es manual, de los de Ikea...ja ja ja...).*
- *Perdona, ¿el móvil cambia automáticamente la hora?*
- *Huy, yo noto mucho el cambio de horario. Llevo unos días con problemas de sueño.*
- *Estoy totalmente grogui...Es el cambio de hora.*
- *¡Qué gusto! Tendremos luz hasta las diez de la noche...yupiii...*
- *Me encanta salir del trabajo y que sea de día (cuando pasamos al horario de verano).*
- *No lo soporto, salgo del trabajo y ya es de noche (cuando pasamos al horario de invierno).*
- *Dicen que es para ahorrar energía, pero a mí me parece que nos engañan y que no ahorramos ni un céntimo.*
- *Nos han quitado una hora de sueño (cuando pasamos al horario de verano).*
- *¡Qué bien! Esta noche dormiré una hora más (cuando pasamos al horario de invierno).*
- *Oye, ¿esta noche se atrasa o se adelanta el reloj?*



- (En el ascensor) *¿Hoy se atrasa o se adelanta la hora?*
- *¿Ahora en primavera es cuando se adelanta o cuando se atrasa el reloj?*
- *Oye, adelantar el reloj a la medianoche, ¿es ponerlo a las once o es ponerlo a la una?*
- *Lo mismo cada seis meses...Esto parece el día de la marmota...*
- *Que me devuelvan la hora que me han robado...(cuando duermes una hora menos)*
- *A ver si nos dejan de una vez en nuestra franja horaria...*

También de este tema proviene el **chiste** del relojero:

- *¿Cuál es el peor día para un coleccionista de relojes antiguos? El día del cambio de horario, porque adelanta cincuenta relojes...a mano.*

Este tema, el de los horarios españoles, está de plena actualidad. Y desde el año pasado se debate la posibilidad de legislar un cambio de horarios que racionalice los horarios, incremente la productividad laboral, aporte más horas de sueño y mejore las condiciones de vida de los españoles.

Pero...ya se verá, porque no todo el mundo está de acuerdo en este cambio. Para lograr ese gran pacto que permitiría cambiar los horarios en España, tendrían que ponerse de acuerdo trabajadores, empresarios,



dueños de restaurantes y bares, dueños del pequeño y gran comercio, cadenas de radio y televisión, empresas de transporte, y negocios ligados al turismo.

Creo que queda mucho trabajo por delante para cambiar hábitos tan arraigados. Pero...“querer es poder”, dice le popular dicho español. Por resumir un poco, diríamos que en España comemos a las 2 o a las 3 (a las 14 ó a las 15 horas), pero es que cuando aquí son las dos, nuestra hora solar es la una de la tarde. Dicho de otra manera, acordes a nuestra hora solar, cuando cenamos a las ocho “solares”, nuestros relojes marcan las 9 en invierno y las 10 en verano...ja ja ja ... Me estoy mareando con estos datos...ja ja ja...

Pero se entiende, ¿verdad? Las consecuencias son que dormimos menos, trabajamos más y desde luego comemos y cenamos muy tarde, con todas las consecuencias que de estos horarios se derivan. El quid de la cuestión es tan sencillo como que necesitamos sincronizarnos con el sol y con nuestra zona horaria correspondiente, no es ningún problema metafísico irresoluble.

Total...a lo nuestro...Que sí, que efectivamente éste es un estereotipo cierto, ajustado a la realidad y a las costumbres de España, cuyos horarios de la vida cotidiana, en general, son diferentes a muchos de los países de nuestro entorno. Aunque en este caso, los verdaderamente raros son los relojes españoles, y no los propios españoles...ja ja ja...

Sí, en España se come tarde y se cena más tarde aún, aunque como dice Tatiana:

- ***Sí, pero yo, al cabo de dos meses, ya me había acostumbrado a los nuevos horarios. Y ahora me parecen normales.***



Claro, como todos. Aquí, de momento, las cosas funcionan así y obviamente todos estamos acostumbrados a funcionar así... Aunque ya veremos qué sucede en el futuro. El debate sobre los horarios en España está abierto. Y habrá que estar atentos a todos los estudios e informes que se hagan para informarnos a fondo y posicionarnos sobre qué queremos.

En ese momento de la clase de español, John cambia de tema e introduce ese nuevo tópico sobre la idiosincrasia española:

- *Yo creo que es cierto que algunas personas hablan en un tono de voz muy alto. Yo lo noto mucho en los bares y en los restaurantes, y me molesta.*

Lo vamos a tratar en el próximo episodio.

Ahora escuchemos de nuevo el fragmento de la conversación en el que se ha tratado el tema de los horarios en España, y más específicamente, el de las comidas españolas:

Robert: *Hay dos estereotipos ciertos: se come y se cena muy tarde. Y se habla muy fuerte en los sitios públicos.*

Profesora: *Esos son dos estereotipos que se apoyan bastante en la realidad. Comemos más tarde que el resto de Europa y cenamos tardísimo para los estándares de otros países. Comemos habitualmente a las 2, e incluso más tarde; y cenamos entre las 9 y las 10 de la noche, depende.*

Tatiana: *Sí, pero yo, al cabo de dos meses, ya me había acostumbrado a los nuevos horarios. Y ahora me parecen normales.*

John: *Yo creo que es cierto que algunas personas hablan en un tono de voz muy alto. Yo lo noto mucho en los bares y en los restaurantes, y me molesta.*



Si este podcast te ha resultado útil y te ayuda a progresar con tu español, puedes tú también ayudarnos a continuar con futuros podcasts haciendo una donación (a donation) en la página de inicio del sitio web de Spanish-podcast (www.spanishpodcast.org), donde pone "Ayuda a mantener esta web. Donar".

Please help support my ongoing podcasts by making a donation. The sole support for my work comes from listeners like you. It is easy to donate. You can donate by going to Spanishpodcast (www.spanishpodcast.org), and choose the option Donar. Hasta la próxima, un abrazo. Chao, amigos. Marzo de 2019.

Hasta la próxima, un abrazo. Chao, amigos. Marzo de 2019.
