

RESEÑAS Y MISCELÁNEOS



UNA AREPA HECHA POSTAL

Impresión y encuadernación:
Gráficas Acea, C.A.

[Versión impresa,
en castellano/español, 192 p.]

 @historiadelaarepa
 @arraigogroup

Web de la publicación:
<https://historiadelaarepa.com/libros-de-la-arepa/>

Idea original y compilación:
Ximena Montilla Arreaza

 @ximenamontillaarreaza

Concepto editorial:
Ximena Montilla Arreaza e Ira León

Concepto gráfico y diseño:
Ira León
 @ojodeira

Coordinación editorial,
corrección y edición de textos:
Manuela Montilla

 @galacticatea.editora

Susana Benko (Prólogo)
Ivanova Decán Gambús (Contribuyente)



Este es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos de la
Licencia Creative Commons Atribución -No Comercial- Compartir Igual 4.0 Internacional



VISIONES Y SABORES EN «UNA AREPA HECHA POSTAL»

[Reseña de libro]

Manuela Montilla Arreaza¹

<https://doi.org/10.53766/Agroalim/2026.32.62.18>

En *Una arepa hecha postal*, quinta publicación de la colección Historia de la Arepa de la editorial Arraigo, el espíritu colaborativo de estas ediciones se puso de manifiesto con más de 63 voluntades creadoras participantes. Entre artistas plásticos, cocineros y gastronomos, recrean desde la nostalgia, el humor, la alegría un imaginario diverso y creativo en torno a la arepa, al maíz, a la venezolanidad. Este esfuerzo ha sido premiado, en sus diferentes formatos, con dos importantes premios a mejor publicación gastronómica.

Entre los 48 artistas plásticos convocados, para mostrar sus visiones en torno a la arepa de maíz –producto emblemático de la mesa venezolana–, se encuentran ilustradores, diseñadores gráficos, pintores, videoartistas, como Santiago Pol, Ricardo Benaim, Gerald Espinoza, Rosana Farías, Jorge «el niño» Torrealba, Nayarí Castillo, EDO y Enriqueta Ahrensburg, por nombrarles artistas de distintas generaciones.

Acompañan a este imaginario de visiones y sabores, un texto íntimo sobre el origen de este libro por Ximena Montilla, una disertación sobre la gastronomía elevada a la categoría de Arte, en un ensayo de Ivanova Decán Gámbus. A ello se suma un prólogo a cargo de la reconocida curadora Susana Benko, quien amablemente a abierto esta caja de postales y reflexionado sobre su contenido. El diseño gráfico a cargo de Ira León da envoltorio al disfrute estético de esta propuesta.

La conceptualización de este libro es compartida: por Ximena Montilla, neurogastrónoma y compiladora, cuyo amor por las artes y la cocina, la llevó a querer celebrar la arepa a través de las subjetividades de nuestros artistas venezolanos; y por Ira León, artista y diseñadora gráfico, quien recordó la ruta abierta en la década de 1960 por el Arte Postal; y, en memoria de este, propuso realizar el libro en el formato de una caja con postales. Devenido en libro-objeto, a *Una arepa hecha postal* le fue otorgado el premio de la Academia Venezolana de Gastronomía «Tenedor de Oro» a la Mejor Publicación Gastronómica 2025.

Desde el sentimiento de nostalgia, consciente de ese exilio involuntario de muchos venezolanos, desde allí y con ellos, nació la idea de esta publicación, cuyo formato original es el de una caja con 63 postales y un discreto recetario de valores... ¿y cómo es esto?

Sí, la propuesta para los cocineros –entre los 63 creadores participantes, 16 son chefs– fue recrear en una receta de arepa un valor propio de nuestra venezolanidad, entre ellos encontramos la solidaridad, la empatía, el arraigo, la resiliencia, la sustentabilidad, la creatividad y la integridad, representada por la Arepa Honesta de Karin Requena, quien acompaña su receta con una reflexión detallada del cómo se cocina este plato; y cómo en su hacer y en el trato honesto dado a los ingredientes, llegamos sin atajos a ese sabor, que nos hace íntegros.

¹ Licenciada en Letras (Universidad Central de Venezuela-UCV); Editora de la colección «Historia de la Arepa» (publicaciones ganadoras de Gourmand Awards 2022-2023) y parte del proyecto del mismo nombre (ganador del Premio Armando Scannone 2023); Editora independiente de publicaciones gastronómicas; Coordinadora Editorial en Monte Ávila Editores (Caracas, 2015). *Dirección postal:* municipio Santos Marquina, La Capea alta. Mérida, 5101, Venezuela. *Teléfono:* +58 (0)412 0163708; *e-mail:* galacticatea@gmail.com; *Instagram:* @galacticatea.editora

Este libro-objeto, en su formato original, solo puede ser adquirido desde Venezuela. Sin embargo la intención de estas publicaciones es llegar a la mayor cantidad de personas, especialmente a los venezolanos que residen fuera del país, para ello, se hizo la versión en libro digital para imprimir a demanda o descargar gratuitamente, lo que permitió incluir algunos textos que habían quedado fuera en su primer formato y en los que el editor cuidó mantener la idea del arte postal. Esta versión resultó ganadora con el premio The Best of the Best en los Gourmand Awards 2025.

Estos libros se pueden adquirir en su versión impresa por Amazon®. Su versión digital y gratuita se puede descargar en nuestra página web, en <http://www.historiadelaarepa.com>. Además, si quieren adquirir el libro en su hermosa versión original, deben ir a la Librería El Buscón en Caracas (Venezuela), o contactar con la librería gastronómica <http://www.saboresdeaca.com>.

SOBRE LOS CREADORES:



Ximena Montilla Arreaza

Licenciada en Educación Especial, mención Trastornos del Desarrollo Intelectual y Dificultades en el Aprendizaje (Instituto Universitario AVEPANE, Venezuela); M.Sc. en Dirección y Gestión de Centros Educativos (Universidad de Barcelona-UB, España); Diplomado en Neurogastronomía Aplicada (Instituto de Neurociencias de las Américas y Asociación Venezolana de Gastronomía, Venezuela). Directora del Proyecto «Historia de la Arepa» (Premio Armando Scannone 2023); Representante de Venezuela en el Simposio de Gastronomía Internacional del Umea (Suecia, 2023); Directora de Arraigo Group LLC.
LinkedIn: /ximenamontilla

Sitio Web: <http://www.arraigogroup.com>; *e-mail:* xmontilla@claseslistas.com; ximontilla@gmail.com



Ira León

Diseñadora y comunicadora visual gresada del Instituto de Diseño de Caracas, Venezuela). Actualmente radicada en Caracas. Sus proyectos se fundamentan en el uso y experimentación tipográfica como expresión intrínseca de la comunicación visual, haciendo énfasis en el diseño editorial, publicaciones de arte, literarias y científicas, con amplia experiencia en creación de marcas. *Instagram:* @ojodeira.

