vinetur

“La cocina boliviana es un diálogo constante entre lo ancestral y lo mestizo” Valentina Arteaga, de Phayawi

lunes 8 de septiembre de 2025

ESCRITO POR MARIANA GIL JUNCAL


PHAYAWI
RESTAURANTE

La pasión por la cocina de Valentina Arteaga comenzó cuando acompañaba a su madre a los mercados y volvía a su casa a cocinar junto a ella. Años después estudió gastronomía y arte culinario en Le Cordon Bleu, Perú e hizo una maestría en gestión de restaurantes en el Basque Culinary Center en España. Poco a poco fue construyendo mi carrera trabajando en distintos hoteles y restaurantes en Bolivia, Brasil, España, Perú y Estados Unidos. En 2018 regresó a Bolivia con el propósito de abrir un restaurante de cocina tradicional boliviana y fue así como nació Phayawi, un restaurante que le da valor a los sabores tradicionales. En tan sólo dos años 2022 fue considerado dentro de los mejores restaurantes de Latinoamérica en el puesto 84 de la lista 50 Best Restaurants.

¿Qué la llevó a dedicarse a la gastronomía?

Con mi mamá aprendí a cocinar, especialmente cuando preparábamos juntas arvejada, un plato típico de Tarija que aún me conecta con mis raíces.

¿Qué otros sabores marcaron su infancia?

Los ajíes. Mi mamá cocinaba mucho con ají amarillo y colorado, y esos sabores intensos y vibrantes fueron fundamentales en mi memoria gustativa.

¿Qué sabores la emocionan hoy?

Lo picante. Siempre encuentro en él una forma de energía y emoción.

¿Qué significa hoy cocinar?

Cocinar es una responsabilidad enorme: con los insumos, con el productor, con el equipo que trabaja a mi lado y, por supuesto, con los clientes que confían en nosotros.

¿Qué tiene que tener un plato para que sea rico?

Dos cosas fundamentales: insumos de calidad y buena sazón.

¿Qué la inspiró a abrir Phayawi?

El profundo amor que siento por Bolivia y sus tradiciones. Quería crear un espacio donde nuestra cocina se muestre con orgullo y respeto.

¿Qué ingredientes son esenciales en su cocina?

El maní, los ajíes y los tubérculos, que son el alma de la cocina boliviana.

¿Cuáles son los clásicos de Phayawi?

La sopa de maní, el ispi y todos los platos que llevan ají: ají de cola, picante de lengua, saice y ranga. Son preparaciones tradicionales que, además de sabor, transmiten historia y memoria.

¿Cuál es la diferencia entre los sabores criollos y los tradicionales de Bolivia?

Creo que la comida boliviana, dada su historia, es una mezcla de lo criollo y lo originario. Los sabores criollos reflejan el mestizaje, la influencia española que se unió a nuestras tradiciones, mientras que los tradicionales conservan la esencia de los pueblos indígenas. Pero lo más fascinante es que en un mismo plato podemos encontrar ese encuentro de mundos: por ejemplo, la carne de res junto al chuño. Eso es, para mí, la cocina boliviana: un diálogo constante entre lo ancestral y lo mestizo.

Phayawi abrió en 2020, en plena pandemia. ¿Cómo sobrevivieron?

Nacimos en un contexto muy duro, pero apostamos al delivery desde el inicio. Gracias a mi marca personal y a la confianza de los clientes que ya me conocían, logramos estar abiertos.

Después de semejante esfuerzo, ¿cuál es el desafío más grande de Phayawi?

Posicionar la cocina tradicional boliviana como un verdadero referente, no solo en el país sino en toda la región.

¿Y cuáles son sus fortalezas?

Nuestra autenticidad, el respeto por las raíces y la convicción de que lo tradicional tiene un valor inmenso.

¿Cómo observa a Bolivia en el mapa gastronómico de Latinoamérica?

Estamos en plena evolución. Cada vez hay más cocineros y proyectos que revalorizan lo propio y eso nos coloca en una etapa muy emocionante.

¿Qué le falta a Bolivia para consolidarse como referente?

Mayor apoyo del Estado y una visibilización más profunda de nuestro concepto gastronómico, tanto a nivel nacional como internacional.

Y para terminar, ¿qué es lo que más disfruta cocinar?

El saice tarijeño y la arvejada. Son platos que me emocionan porque me conectan con mi tierra y con mi historia familiar.