

Introducción

En la primera parte del expediente *Pueblo de maíz. La cocina ancestral de México*, se presentó la argumentación para ilustrar la importancia del maíz como eje vertebrador del sistema alimentario cultural de los mexicanos. Luego, en un documento complementario, se reiteró la definición que considera a la comida ancestral un hecho cultural de trascendental importancia, materializado en las cocinas de las comunidades pero hoy sometido a graves amenazas.

Se expuso la relevancia de un hecho: la cocina ancestral de México se concreta en las cocinas de las comunidades y se expresa en un conjunto de procesos sociales con significación colectiva. El territorio, la lengua y la culinaria convergen en dinámicas que ya no pueden ser entendidas como recurso patrimonial en circuitos étnicamente aislados. Su riqueza original ha trascendido por cientos de generaciones y hoy los desplazamientos globales plantean el reto de realizar el paso de esas culturas milenarias al espacio de la interculturalidad. El primer capítulo de esta historia alimentaria se inició con la aportación de una serie de productos y técnicas que México ofreció al mundo: el maíz, el cacao y el chile, entre otros, que hoy representan un legado patrimonial culinario enriquecido, diverso y abierto. Reconocer esta interculturalidad facilita la comprensión de lo intangible inherente en las manifestaciones culturales, otorgándole a las cocinas tradicionales una significación que hace posible la continuidad histórica.

Los llamados de la UNESCO a reconvertir el desarrollo en su sentido humano y cultural requieren de memoria, de inventiva y de mecanismos para identificar el caudal originario de riqueza y aportar el argumento actual que sostenga así el sentido de sus transformaciones cíclicas.

El reconocimiento de la cocina ancestral mexicana, con su gran fundamento representado por el maíz y la milpa, no es tan sólo un panegírico que exalte al pasado, puesto que las cocinas tradicionales de las comunidades tienen la autenticidad del origen y la versatilidad de los influjos de cada época. En este sentido, las que provienen de Michoacán, Oaxaca y Puebla están entre las más emblemáticas del país y, con sus principios y artes culinarias, influyen

en el territorio nacional no con el ánimo de la imposición sino de activación de otras cocinas locales, provocando un intercambio de saberes y de experiencias. La diversidad de las cocinas locales constituye un hecho que fortalece la cohesión del tejido social nacional, al mismo tiempo que imprime características propias a cada región. Otro elemento que se considera en la justificación del expediente sobre la cocina tradicional es el carácter dinámico y transfronterizo de sus prácticas y el uso de productos originales derivado del fenómeno de las migraciones: las cocinas locales acompañan a la población movilizada, son un referente de su origen, un espacio de continuidad de tradiciones recreadas, una opción laboral y un activo campo de conocimiento y difusión de prácticas culturales.

El maíz y sus cultivos asociados son los elementos distintivos e insustituibles más apreciados de la cocina tradicional. Para los pueblos indios, el maíz significa el acto mismo de la creación y constituye el eje de su cosmovisión. Este valor primigenio fue enriquecido a través de un largo proceso de mestizajes por medio del cual las cocinas tradicionales regionales se vieron enriquecidas. Pero lo más singular en la historia del maíz, como eje de la comida mexicana, es que dio lugar a un complejo sistema cultural que dotó de armonía la relación humana con el medio ambiente. La milpa es su concreción y confirió destino a los usos agrícolas, a la nutrición y a la celebración de fiestas, ceremonias y rituales; creó técnicas, utensilios y procedimientos que ampliaron y facilitaron los usos óptimos de este cereal y le adjudicaron una poderosa fuerza de cohesión social. El maíz es la planta de la convivencia. Con él crecen otras que, en conjunto, proveen una dieta básica en la vida de las comunidades confiriéndoles el sentido de la reciprocidad y la solidaridad compartida.

En ese sentido algunas de las comunidades con características más singulares son las de los estados de Oaxaca, Puebla y Michoacán, ejemplos muy claros del estado de conservación de culturas perfectamente vivas y vigentes, pero también de las fragilidades a las que se exponen en un mundo en constante transformación.

La identificación de los riesgos que se ciernen como una amenaza sobre el

acervo patrimonial culinario ha sido un ejercicio indispensable y útil, pues permite profundizar la formulación de una serie de acciones tendientes a reactivar, de manera articulada, aquellas iniciativas detonantes de procesos que convergen en la mejoría de las comunidades. En las acciones señaladas ya en marcha, se identifica el tipo de problema y con ello se propicia la intervención y colaboración de diferentes instituciones y niveles de gobierno, de organismo públicos y privados, de asociaciones civiles de desarrollo y de las propias comunidades.

La puesta en marcha del Plan de Acción incluido en el documento anexo al expediente (e incluido bajo el mismo título en el presente *Cuaderno*), propone la utilización de herramientas que desde el Consejo Nacional para la Cultura y las Artes (Conaculta) y el Instituto Nacional de Antropología e Historia (INAH) se están experimentando para la identificación del patrimonio cultural. Tal es el caso del proyecto *Cartografía de Recursos Culturales de México*. La utilidad de este instrumento tiene un valor y dimensión nacional, ya que permite, mediante su aplicación articulada y sistemática, la vinculación del patrimonio, en este caso de las cocinas tradicionales, con otros factores del desarrollo social y económico.

En resumen, la candidatura de la cocina ancestral de México, con su base en el maíz, es una propuesta que coloca en el centro a la cocina tradicional como motor para avanzar y para actualizar los propios patrones de progreso, de desarrollo y de calidad de vida, con la certeza de su valor patrimonial universal. Se trata de un expediente que plantea que el patrimonio inmaterial de las comunidades, heredado de generaciones pretéritas, puede de manera cabal constituirse en impulso para el futuro.

IDENTIFICACIÓN

a. Estado Miembro

Estados Unidos Mexicanos, MÉXICO

b. Nombre de la forma de expresión cultural

Pueblo de maíz. La cocina ancestral de México. Ritos, ceremonias y prácticas culturales de la cocina de los mexicanos.

c. Nombre de la(s) comunidad(es) interesada(s)

Los rasgos distintivos de la cocina de los mexicanos se manifiestan en cada una de las comunidades que conviven en el territorio nacional y se expresan en las diferentes regiones como uno de los más importantes elementos de identidad cultural dentro y fuera del país. La cocina tradicional constituye un sistema cultural complejo y vivo, resultado de un largo proceso de creación original y de mestizajes que no han perdido sus características rituales, su significado y sus modos de preparación a lo largo de milenios.

d. Situación geográfica de la forma de expresión cultural

Las prácticas distintivas de la cocina tradicional mexicana se extienden por toda la geografía mexicana, con sus particularidades perceptibles en los 32 estados que la conforman. Es el resultado de procesos históricos, así como de prácticas y costumbres que han logrado preservarse. Cada región mantiene sus tradiciones culturales, en gran medida gracias a la herencia culinaria, en estrecha relación con el clima, los productos de la tierra, así como de hábitos que se transforman con el tiempo pero no pierden su esencia. No obstante la diversidad, en México y más allá de sus fronteras, en las costumbres en torno a la alimentación y a las costumbres relacionadas con la tierra y las prácticas agrícolas, los mexicanos encuentran el eje articulador de todo un modo de vivir.

e. Situación geográfica de la comunidad interesada

Hoy viven aproximadamente 100 millones de mexicanos en los casi 2 millones de kilómetros cuadrados del territorio de la República Mexicana. Esa población habita en pequeñas comunidades, poblados intermedios o en grandes ciudades. Varios millones de migrantes han cruzado las fronteras y llevan con ellos los elementos que caracterizan y unifican su identidad cultural predominante alrededor de la cocina mexicana, tema que abarca desde productos, utensilios,

procedimientos y recetas, hasta tradiciones artesanales que artísticamente les permiten reproducir su cultura a donde vayan.

f. Periodicidad de la forma de expresión cultural

La comida de los mexicanos se manifiesta en la vida cotidiana y adquiere características especiales en los platillos rituales o ceremoniales de un calendario festivo que muestra la continuidad cultural que persiste a lo largo del tiempo, sin importar la ubicación geográfica de sus creadores. Los mexicanos han tenido un profundo sentido religioso. Hay en ellos, y en especial entre los indígenas y campesinos, una clara concepción de lo sagrado; la naturaleza es parte integral de su cosmovisión. En torno a las ceremonias que se realizan de acuerdo con el ciclo de vida, el calendario religioso y el calendario cívico, está presente la comida. Participa en ellas toda la comunidad, que ratifica así los vínculos sociales compartidos en torno a los alimentos. Para efectos de este cuaderno, saltamos el inciso g "Personas o entidades competentes en la comunidad o gobierno interesado; donde el expediente enviado a la UNESCO, figuran el Conaculta y sus titulares. N. Del E.

El Expediente ante la UNESCO

Cristina Barros

Los olores y sabores de nuestra infancia se conservan como recuerdo: permanecen en nuestros sentidos y nuestras emociones. Una tortilla cociéndose en el comal, el atole o el “tecito” que nos animan en las primeras horas de la mañana, los chiles que se tuestan invadiendo con su presencia la cocina, son evocadores. Cuando caminamos en una ciudad extranjera los extrañamos; al volver, nos hacen sentir de nuevo en casa.

En un territorio tan diverso como el nuestro, si vamos del Norte al Sur o de una costa a la otra, del desierto a la selva o del bosque a los valles, confirmamos que hay alimentos y tonos que nos unen, pero también una diversidad de ingredientes, técnicas y preparaciones que nos asombra. Encontrarlos o reencontrarlos en hogares y mercados es una de las razones que nos mueven a viajar. Y si tenemos que abandonar el terruño por más tiempo es el impulso de lo que reconocemos como propio lo que nos alienta a reconstruir “nuestros” sabores y olores.

Pero en México, la relación con la comida va más allá. Sus antiguos habitantes se distinguieron por la manera de vincularse con la naturaleza. Mucho antes de que los biólogos contemporáneos plantearan la teoría de que este planeta, la Tierra, es un ser vivo, ellos ya la habían concebido así. La madre tierra, es la que nos da hogar y alimento; por eso había que honrarla.

De esa relación filial con el entorno surgió la capacidad de observarlo y obtener de ahí, alterándolo lo menos posible, aquello que podía ofrecernos. La necesidad de asegurar el sustento impulsó el desarrollo de la Astronomía y las Matemáticas. Se establecieron calendarios precisos, se marcaron las estaciones del año; ellas traen frutos diversos, hongos, insectos, aves, peces y otros

animales. Los cazadores recolectores o quienes se establecieron en torno a los campos sembrados, sea en las terrazas de las laderas o a orilla de los cuerpos de agua donde hicieron chinampas, desarrollaron expresiones culturales que heredaron a sus antepasados a través de la palabra y el gesto durante miles de años, hasta llegar a nuestros días. Una de esas expresiones es la medicina herbolaria; la más persistente es la cultura alimentaria.

Como otras civilizaciones que han sido fundamentales para el desarrollo de la humanidad, las nuestras y las de países hermanos se identificaron con un cereal: el maíz. Lo desarrollaron los abuelos a través de la experimentación genética y obtuvieron una amplia variedad de mazorcas que se ataron al hombre de tal manera que muchas de esas razas de maíz se identifican con algunas de las 62 etnias, que junto con la mestiza y su amplia gama de entrecruces que comprende la raíz de origen africano, pueblan hoy nuestro territorio.

El maíz es el cereal más rico en nutrimentos y el más productivo también. De un grano sembrado se obtiene una y a veces dos mazorcas con 200 semillas o más. A lo largo del año se logran hasta dos cosechas; antes se obtenían incluso tres. Maíz que se da a la orilla del mar en Oaxaca, maíz que crece en las montañas de Chihuahua, maíz de las tierras templadas del Bajío, o maíz que prospera en Veracruz. Maíz para pozole, para tortillas, para atoles ceremoniales, para reventar en blancas palomas, maíz rojo, blanco, azul, negro, amarillo, jaspeado.

En torno al ciclo de vida de esta planta sagrada, elección del terreno para la milpa, petición de la lluvia, siembra, primeros frutos y cosecha, se establecieron celebraciones que se mantienen en muchas comunidades de nuestro país, recordándonos que sólo por el alimento vivimos y que la tierra que lo produce, así como el hombre con cuyo trabajo crece, son indispensables para la permanencia. Culmina con la celebración de muertos en la que se ofrendan comida y flores a los antepasados.

En esas celebraciones se conjuntan otros elementos que trascienden la importante producción del alimento. Preparación de platillos especiales de manera colectiva, elaboración de recipientes de arcilla para contenerlos; danza,

música, papel picado y recortado, guirnaldas de flores y cuelgas de panes, están también presentes. En esos días se teje la unión, se consolida la identidad, se afirma la pertenencia. Este calendario agrícola se entrelaza con el calendario católico; las fiestas patronales animan con su fuerza y colorido pueblos y barrios. Ahí está presente el alimento, como lo está en los hitos del ciclo de vida.

Pero este importante patrimonio, aun cuando ha permanecido vigoroso a través de los siglos, hoy presenta riesgos que no podemos soslayar. De entre ellos, varios son los que la UNESCO considera como problemas asociados a nuestro tiempo: el deterioro ambiental, la migración, la estandarización y la industrialización.

Nuestra cocina, una de las más variadas del mundo, está vinculada con el medio ambiente. Si México es el quinto país en biodiversidad, ocupa en cambio el segundo lugar en cuanto a pérdida anual de bosques y selvas. La manipulación genética puede poner en riesgo, entre otras cosas, las más de 40 razas de maíz, que serían una solución para el hambre en el mundo. El abandono del campo, que por las más diversas razones ha provocado en los últimos años altos índices de migración, hace peligrar la continuidad cultural y la producción de alimentos.

Los productos industrializados han empobrecido la dieta y con su difusión pierden arraigo los alimentos que antes se consumían y que demostraron ser eficientes por siglos; las cadenas comerciales y los tratados de libre comercio favorecen la importación indiscriminada y la presencia de productos homogéneos que eliminan a los pequeños y medianos productores y las ricas variedades que llamamos criollas.

Numerosos proyectos han mostrado en los últimos años algunas alternativas. La producción de alimentos orgánicos, en especial en comunidades indígenas, ha implicado importantes divisas a través de la exportación; su demanda interna y externa tiende a aumentar. Volver a los alimentos que se han consumido tradicionalmente se logra a través de propuestas educativas que revaloran las culturas locales. La necesidad de preservar el medio está cada vez más presente en la conciencia de la población.

El conocimiento y difusión de nuestra riqueza culinaria se ha extendido a través publicaciones en torno a la cocina, que hoy se reconoce como materia de estudio entre historiadores, antropólogos, promotores culturales, escritores y científicos. La sola presentación de esta candidatura por parte de Conaculta ante la UNESCO ha generado gran difusión en torno al tema: su eventual proclamación por esa instancia, con base en el cuidado con que se ha respondido a sus requerimientos, a lo largo del expediente, facilitará la posibilidad de salvaguardar para México y el mundo una cultura alimentaria que es, sin duda, significativa como patrimonio de la humanidad.

CRITERIOS QUE SUSTENTAN LA SALVAGUARDIA

El maíz ha sido la matriz cultural de cientos de generaciones. Exigió el desarrollo y el perfeccionamiento continuo de innumerables técnicas para cultivarlo, almacenarlo y transformarlo; condujo al surgimiento de una cosmogonía y de creencias y prácticas religiosas que lo hacen una planta sagrada; permitió la elaboración de un arte culinario de sorprendente riqueza; marcó el sentido del tiempo y ordenó el espacio en función de sus propios ritmos y requerimientos; dio motivo para las más variadas formas de expresión estética; y portó la referencia necesaria para entender formas de organización social, maneras de pensamiento y conocimiento y estilos de vida de las más amplias capas populares de México.

El vasto campo de creación, en el caso del maíz, se refiere a la influencia protagónica y definitiva que propició la formación de cocinas regionales en México dejando a éstas la inventiva para adjudicar las modalidades particulares en cada territorio, y con ello lograr la operación y funcionalidad de la milpa; la producción de otras variedades de maíz; la organización social de la población; la calendarización de ceremonias, rituales y festejos; la creación de nuevos platillos y la variedad de los mismos; el uso de otros ingredientes y combinaciones específicas; y la creación de técnicas y utensilios.

LA CREACIÓN DE LA MILPA COMO UNIDAD PRODUCTIVA

La milpa es un espacio de terreno delimitado cuya vocación es la siembra del maíz. Generalmente está ubicada en el contexto inmediato de la unidad doméstica, constituyendo un todo armónico en equilibrio con el medio ambiente. La milpa, modelo conceptualizado y experimentado por las más diversas comunidades indígenas y campesinas, se adecua a cada ecosistema. De aquí

que, dependiendo de las características climáticas, topográficas, acuíferas, en la milpa se combina la producción del maíz con otros granos y legumbres, en especial el frijol, la calabaza y el chile que, junto con el maíz, constituyen la dieta básica de los mexicanos.

EL MAÍZ ES EL ELEMENTO BÁSICO DE LA DIETA DE LOS MEXICANOS

Las variedades del maíz son tantas como los microclimas y la capacidad humana de intervenir el grano hasta lograr su acondicionamiento en cada región. El maíz se siembra acompañado de otros granos y legumbres o frutas que completan tanto las necesidades alimenticias domésticas como las de otros compromisos sociales y ceremoniales. El maíz tiene un aporte significativo calórico y sus nutrientes se potencian con la ingesta de frijol y chile. Provee proteína e hidratos de carbono, contiene tiamina, riboflavina, niacina, vitamina B6 y minerales como calcio, hierro, cobre, zinc, fósforo, potasio y magnesio. El procesamiento culinario del maíz permite la preparación de una gama inmensa de platillos.

EL MAÍZ TIENE UN BAJO COSTO MONETARIO

Desde el punto de vista de la economía nacional el maíz cubre la alimentación básica de poco más de 100 millones de mexicanos a un costo bajísimo: a precios de mercado, el valor de las tortillas a que corresponde dicho consumo equivale solamente a 1% del Producto Interno Bruto (PIB). En México se calcula que 2.5 millones de campesinos, que representan el 40% de los trabajadores del campo, se dedican a la producción de este cereal. La producción del maíz a pequeña escala (la milpa) mantiene la diversidad biológica, agrícola y cultural, generando numerosos beneficios ambientales. Genera oportunidades económicas tanto porque es una opción laboral como por permitir un manejo personalizado o familiar de los alimentos desde una producción autosuficiente.

EL USO INTEGRAL DEL MAÍZ

La vocación de este cereal como alimento se abre a otros muchos usos

ceremoniales, medicinales y artesanales. Es una planta que evoca todo el ciclo de vida. De ella todo sirve, hasta el rastrojo con el que se abona de nuevo la tierra para que la semilla preñada en la cosecha anterior inicie de nuevo el ciclo vital. El ciclo de vida del maíz tiene el sentido de la clave o matriz cultural: la cocina tradicional mexicana es un lenguaje oral y corporal, que proporciona a los mexicanos registros en el paladar que hacen necesaria la repetición del hecho de comer con tales características y evocación de elementos que recrean las relaciones de parentesco, de compadrazgos, las relaciones de trabajo y de amistad, las ceremoniales y los rituales patronales de identidad local y nacional, haciendo del comer un valor referencial: somos lo que comemos.

LAS APORTACIONES TECNOLÓGICAS DE LAS COCINAS TRADICIONALES MEXICANAS

Se pueden señalar tres niveles de aportación tecnológica y técnicas de las cocinas regionales relacionadas con el cultivo y preparación del maíz para consumo humano.

Un primer nivel corresponde a los sistemas agrícolas. Destaca el espacio de tierra llamado milpa, concebido como un sistema y como una forma de relación con el medio ambiente, que permite la producción de una variedad de productos que junto con el maíz aseguran el consumo familiar de alimentos y la producción de excedentes para uso ceremonial y compromisos sociales. De igual manera el sistema de terrazas optimiza, por medio de un corte escalonado del suelo, el aprovechamiento de zonas cuya topografía se caracteriza por los relieves y lomeríos continuos. En el centro del valle de México las chinampas son otro ejemplo de la inventiva tecnológica en una agricultura intensiva.

Un segundo nivel de aportación tecnológica lo constituye el proceso de nixtamalización, que consiste en una preparación de agua hirviendo con cal donde se deja en remojo el maíz para ablandar la cáscara del grano y propiciar la fijación de los nutrientes. Dicho proceso es indispensable para preparar la masa con la que se elabora la amplísima gama de platillos elaborados con maíz.

El tercer nivel de aportación corresponde a las técnicas de preparación

utilizadas en el espacio mismo donde se hacen los alimentos. Estas técnicas y sus correspondientes herramientas constituyen habilidades y aprendizajes que tienen que ver con tiempos, temperaturas, texturas y densidades, actividades de taller para disponer los elementos, a lo que se suman movimientos precisos como desgranar, moler, tortear, amasar, tostar, que acompañan la realización de una receta pero no se confunden con ella.

Junto con otras grandes culturas culinarias tenemos a Egipto y Mesopotamia, con los valles del río Indo en India, los de Hoang Ho en China, y Mesoamérica como centros de irradiación cultural. El primero está asociado con el trigo; los dos segundos con el arroz, y Mesoamérica con el maíz. El maíz como cereal tiene de excepcional que fue considerado como un dios para las culturas prehispánicas; más relevante es aún que en casi todas las culturas indígenas del México actual hay una evidente continuidad cultural al respecto.

La cocina tradicional mexicana es comparable con otras —entre otras razones— por los recursos naturales que utiliza; la complejidad de sus procesos implicados en la preparación de la comida; sus técnicas de embalaje, conservación y almacenaje de alimentos; las ideas y creencias que influyen en la manera de comer; el número de platillos que un pueblo es capaz de preparar; el porcentaje de ingreso que destinan las personas a la comida; el tipo de utensilios y sus usos; las creencias, los tabúes y la etiqueta asociada con el comer y el beber; los términos utilizados para designar a los alimentos; el uso de la comida como medio de relación y de comunicación; la importancia de la comida en la vida cotidiana; y el uso y la asociación de la comida en los rituales.

De lo anterior se desprende que el maíz, como producto cultural, es el cereal más productivo del mundo y el que tiene mayor número de razas y variedades asociadas, a su vez, con regiones y comunidades particulares; que el maíz es el cereal que tiene el mayor número de usos específicos; que ante los otros cereales es el de mayor aprovechamiento integral; que dio origen a cocinas regionales mexicanas de gran originalidad y rango universal, y que por ello la creación y continuidad de las cocinas tradicionales mexicanas se establece en la clave cultural del maíz.

LOS RIESGOS

Hacer frente a los peligros que aquejan a la cocina tradicional implica una dinámica de desarrollo sustentable que evite tanto los daños culturales provocados por la intervención humana, como aquellos referidos a la agresión de los fenómenos naturales en contra del patrimonio. Es necesario identificar los riesgos y sus posibles niveles de afectación, a fin de realizar acciones preventivas y estratégicas cuyo objetivo sea preservar e incentivar las prácticas culinarias tradicionales en su contexto cultural. Entre los muchos riesgos que amenazan el sistema culinario de las comunidades existen los que se especifican a continuación.

La presencia de semilla de maíz transgénico con sus consecuencias impredecibles. Los bajos precios del maíz en el mercado internacional. La implantación de la ganadería extensiva y la presión para optar por monocultivos. La lenta pero progresiva pérdida del sentido y del uso de la milpa como unidad económica productiva y de consumo autosuficiente, que en cada comunidad se manifiesta con modalidades propias. Los cambios de uso de la tierra y la terciarización laboral. Los cambios en los patrones de costumbres alimenticias. El debilitamiento de los valores comunitarios de convivencia que afectan la continuidad de las celebraciones de tradiciones y rituales propios. El vaciamiento de poblados y microrregiones a causa de la migración, con el consecuente cierre de lugares de trabajo y de centros de abasto, distribución y consumo de alimentos. Las fracturas generacionales a causa de la migración, que limitan la transferencia y aprendizaje de técnicas y recetas familiares. El impacto de las tiendas y cadenas de autoservicio que desde los grandes centros urbanos afectan a las economías de menor escala en áreas rurales, inhibiendo la producción y comercialización local de alimentos propios de la región. El deterioro arquitectónico de las edificaciones de mercados populares como centro de reunión comunitaria, así como de plazas y centros de distribución de alimentos. El desgaste de la función social y de la distribución de alimentos en los mercados tradicionales urbanos y rurales. La progresiva desaparición de

formas económicas de mercadeo (regateo, fiado, pilón, etc.) por el impacto de economías mayores sobre estos circuitos regionales donde lo social es parte de la seguridad en la obtención de alimentos. La carencia o disfuncionalidad de museos y espacios comunitarios y regionales dirigidos al rescate y difusión de las cocinas regionales. La pérdida de ciertas técnicas y uso de recursos locales para la elaboración de productos artesanales alimenticios como fuente de trabajo, generación de ingresos y capacidad de comercialización. La desaparición de empresas artesanales para la fabricación de utensilios, lozas, mantelería, cestería, cobre, madera, vidrio, y otros muchos artículos que están estrictamente relacionados con las cocinas y cuyo valor de uso hay que acreditar y difundir más ampliamente. La pérdida de valores en torno a la vida comunitaria, tanto en el ámbito de las ceremonias religiosas y rituales, como en el ámbito de las costumbres familiares y sociales que siempre tienen a la comida como recurso simbólico de cohesión.

En el México actual existe una nueva conciencia crítica y propositiva que entiende la importancia del patrimonio en el diseño del futuro para el país y en las formas de integración mundial. De esta manera las iniciativas, entre ellas la propuesta de nominación de nuestra gastronomía como patrimonio intangible, están encaminadas a alimentar y estimular las políticas culturales nacionales, estatales y municipales, para desde ahí impulsar los programas y las acciones específicas que activen el patrimonio de la cocina tradicional como un sistema basado en el valor cultural y social del maíz.

Entre algunos de los factores que permiten diferenciar a la cocina tradicional mexicana con otras cocinas destacan la creación de la milpa y la chinampa como sistemas de aprovechamiento de los recursos naturales para la producción agrícola y su representación en la cosmovisión indígena; las más de 50 variedades de maíz logradas, ligadas a usos y prácticas especializadas de la vida cotidiana y ritual; la complejidad alcanzada en los procesos implicados en el aprovechamiento de los recursos alimentarios, por ejemplo la nixtamalización del maíz, la fermentación del cacao y la polinización manual de la vainilla; las ideas y creencias de origen prehispánico fusionadas con las

aportaciones de otras culturas que se expresan en todo el sistema alimentario-cultural; la variedad de platillos que preparan las comunidades; el uso y la asociación de la comida en los rituales (Día de Muertos, las fiestas patronales, la Cuaresma).

Comulgar con el cosmos

Felipe Garrido

Cuatro veces los antiguos dioses fracasaron en su intento de crear seres que supieran guardarles gratitud y los adoraran. En el Quinto Sol hicieron a los hombres verdaderos; de maíz los hicieron y, cuando la semilla divina desapareció de la tierra, ayudado por las hormigas Quetzalcóatl descendió al inframundo para rescatar el grano divino y entregarlo a sus criaturas.

Hace ocho mil años los habitantes de lo que ahora es México domesticaron los cuatro colores sagrados del maíz, los colores que gobiernan los rumbos y la armonía de la creación: el blanco, el amarillo, el rojo y el negro.

El maíz crece en la “milpa”, en compañía del frijol y del chile, de las grandes y las pequeñas calabazas, de los guajes que se colman de agua o de atole y se curvan copiando el hueco de las manos o la plenitud de las tetas; de animales que sirven de sustento, como el conejo, la serpiente, las palomas silvestres, los innumerables insectos.

La milpa es un ecosistema que ha cumplido más de cien veces la cuenta vieja de los años, la que los ata en ciclos de 52 porque una vez cumplidos vuelven a coincidir las medidas del tiempo que rige las cosechas, y las del tiempo sagrado, el que decide nuestro destino en el cruce de las trece cifras y los veinte signos que llevan en su nombre los días.

Los seres humanos necesitan alimentarse. Los dioses les dieron el maíz, el frijol, el chile y las demás plantas comestibles; el agua que las hace crecer; las aves, los venados, los peces y otros animales que se cazan y se crían; el fuego

que permite preparar los alimentos, la sal que los sazona... Los dioses viejos, los santos nuevos siguen velando por cada uno de ellos, por las lluvias y los manantiales, por la ardiente joya que brilla entre las tres piedras del fogón. Y los hombres verdaderos, los que no han olvidado que deben adorarlos, cumplen con su tarea en cada paso de la vida.

Cultivar la tierra, recibir el agua, levantar las cosechas, cazar o sacrificar animales, seguir las ceremonias que hacen falta para congregarse en torno de la mesa, preparar los alimentos, comer, son actos rituales que sostienen mitos, agradecen sus favores a cada uno de los dioses y de los santos, cuidan la vida de los seres humanos y la del medio en que viven, porque los hombres verdaderos se esmeran por preservar el equilibrio del universo.

A partir del maíz, el chile y el frijol, en México la cocina tradicional ha evolucionado durante ocho milenios sin perder su continuidad; las tortillas que se consumen hoy se preparan como hace ocho mil años. México ha regalado al mundo los frutos de su tierra, los conocimientos y las técnicas de sus hombres y mujeres. Y a la vez ha asimilado influencias hasta incluir una extensa variedad de ingredientes y alcanzar una prodigiosa diversidad.

En México, la cocina tradicional es mucho más que un número incontable de recetas centenarias, originales, que varían de región en región y cuya preparación y consumo tienen un carácter comunitario; muchas requieren para su preparación del trabajo de un grupo numeroso, sobre todo de mujeres, durante varios días.

En México, la cocina tradicional se halla transida por un hondo sentimiento religioso, de genuina comunión con el cosmos, que reviste un elaborado tratamiento ritual y ceremonial, y brota de las raíces más profundas, las que se hunden en la población que más cerca está de la tierra, la indígena y la campesina.

En México, la cocina tradicional es un vigoroso eje cultural, en torno al cual se produce un sinnúmero de bienes, tangibles e intangibles, que comprenden utensilios para preparar y servir los alimentos; piezas musicales y canciones; un ceremonial preciso que acompaña a ciertos alimentos; un calendario de ferias y fiestas ligadas con el ciclo de la vida y con las celebraciones religiosas y civiles, cuya rigurosa nómina de platillos no se consume en ninguna otra ocasión.

En México, la cocina tradicional es uno de los pilares de la identidad regional y nacional, y un poderoso motor del desarrollo económico.

La urbanización del país, la destrucción de bosques y selvas, las influencias exógenas, la globalización, la imposición de monocultivos debido a intereses mercantiles —siempre hay cómplices locales— de empresas transnacionales son algunos de los factores que amenazan la supervivencia de la cocina tradicional mexicana.

Por los valores culturales únicos que representa y preserva, por su tradición milenaria, por su importancia como factor de cohesión social, por el atractivo que constituye para nacionales y extranjeros, por la extrema maestría y capacidad que requiere la preparación de muchos de sus platillos, por su inestimable aprecio como una tradición cultural viva, la cocina tradicional mexicana requiere de políticas públicas de apoyo y del reconocimiento de los organismos internacionales.

La cocina de los mexicanos

Hugo Gutiérrez Vega

/

Además de otros muchos alimentos, los dioses mexicanos entregaron al mundo el maíz. El Popol-Vuh nos dice que, siendo el hombre lo que come, nosotros, los mesoamericanos, somos hombres de maíz (recordemos la novela de Miguel Ángel Asturias que lleva ese nombre). Al maíz nos atenemos y de él dependemos para sobrevivir. Por eso la humilde imaginación campesina le ha dado tantas formas y sabores y ha alcanzado la perfección mayor en la vasta variedad de tamales y en la sofisticación que tienen sus preparaciones.

En la geografía accidentada y diversa de México, el maíz va tomando sus formas y sus estilos culinarios. En el Norte es comida de sobrevivencia en el polvo sutil del pinole o ardiente bebida en el tejuino (los jaliscienses tienen su tejuino que es una bebida anterior a la fermentación, que se acompaña con helado de limones) y en Sinaloa se fragmenta en los sápidos tacuarines. En Jalisco se vuelve pozole el más fino de los maíces, el cacahuazintle, acompaña a las carnes del cerdo y se adorna con cebollas, lechuga y rábanos. Completa la sazón, el poderoso orégano. Guerrero tiene su pozole al que le agrega, entre otros muchos elementos, las sardinas de lata y en el norte el menudo lleva granos de maíz.

En el Centro y el Sur nuestro alimento emblemático está instalado en las mesas de todas las clases sociales. Se come hervido y adornado con limón,

crema o queso cuando es joven y se llama elote. Desgranado toma el nombre de esquites. Se puede, además, asar en el comal o a las brasas. Para los estómagos enfermos se vuelve reparador atole (su variedad en esta aparición abarca todos los sabores imaginables). Acompaña todos los alimentos (mi abuela tenía un nutrido y constante grupo de mendigos que, todas las tardes, recibían, en la puerta de la vieja casa, sus tacos de arroz. Muchos de ellos eran conspicuos borrachitos del rumbo. Por eso, su líder natural, el más verboso, alababa a su benefactora diciendo que cuando muriera sería recibida en el cielo por dos filas de borrachitos y pasaría sobre una alfombra de tacos de arroz) y algunos no son concebibles sin su presencia. Me refiero, por supuesto, al mole, los frijoles cocidos o refritos y las distintas clases de queso que adquieren su sabor esencial cuando los envuelven las tortillas que integran las quesadillas. El taco es nuestra morosa y riquísima *fast food*. Podemos hacer tacos de todo. No hay límites para ese arte que deja en el ridículo a la comida chatarra que invade al mundo y corrompe los paladares.

En el Centro tenemos enchiladas (las del mole del día anterior), queretanas, potosinas, del Bajío, michoacanas, poblanas, capitalinas. Todas las regiones tienen su estilo de lograr esa perfecta unión de la tortilla de maíz con elementos variadísimos, con la crema de leche, el queso, la lechuga y la cebolla rebanada. Jalisco entrega sus tostadas y sopes, el centro del país sus huaraches, peneques y tlacoyos, Michoacán sus uchepos y corundas, los huastecos sus bocoles y tamales gigantes, Veracruz sus picadas, Oaxaca sus totopos y tlayudas, Campeche su pan de cazón y Yucatán sus panuchos, salbutes y ese insigne taco que se llama papadzul (comida del señor) en el cual la pepita y su aceite esencial todo lo invaden y subliman.

II

Otro alimento entregado al mundo por nuestros dioses es el jitomate, sin el cual la comida de casi todos los países se vería empobrecida. Piensen en Italia y sus pastas, en algunas salsas francesas, en los chilindrones españoles, en los

Ketchups ingleses y yanquis, en los chatnis de la India y en los bacalaos portugueses. Luis XVI, el día anterior a la caída de su injusto reino, fue agasajado con un plato de tomates a la Provenzal. Ya para esas fechas se había aclimatado en Europa nuestra planta. Entre otras razones, aparte de su sabor y versatilidad, por el rumor de su poder afrodisíaco y restaurador de los sistemas deleitosos.

El cacahuete se internacionalizó muy pronto y entusiasmó, entre otros, a los japoneses que lo cubrieron con una pasta de harina crujiente. Se volvió maní y, como *peanut*, está presente en todos los bares del planeta.

Nuestra mantequilla vegetal, el aguacate, pasó a California, a Israel y a varias regiones del sur de Europa. El guacamole, en todas sus formas, acompaña los aperitivos y, a través de las fondas mexicanas, es conocido ya en todo el planeta. Su sabor es tan noble que combina con todo lo rellenable y es buen amigo del arroz, de los caldos, los consomés y los sacrosantos frijoles.

Pertenece, nos lo dice el expediente técnico para la postulación de nuestra cocina como patrimonio inmaterial y oral de la humanidad, a una cultura que gira en torno a la milpa. De ella brotan el maíz, el frijol, el jitomate, los tomates, algunos chiles y diversas verduras. Siempre fue nuestra unidad agrícola, la base de nuestra diaria alimentación.

Italia con su polenta, Rumania con su mamaliga, Asturias con su borona, Galicia y Portugal con su pan de maíz, fueron directamente beneficiados por nuestra planta emblemática. El mundo todo recibió, además, nuestro cacao y le dio todas las formas líquidas y sólidas posibles. Pienso en el Tlatoani descrito por el soldado Bernal Díaz del Castillo: el gran señor del pueblo tenochca terminaba sus comidas con la evanescente espuma del chocolate endulzado con miel de hormigas. Desde siempre nuestra cocina ha sido una de nuestras fuerzas culturales. Por eso es justo que sea reconocida y homenajada.

JUSTIFICACIÓN: ARGUMENTACIÓN TÉCNICA

VALOR EXCEPCIONAL DE LA COCINA MEXICANA. LA COCINA MEXICANA COMO SISTEMA ALIMENTARIO-CULTURAL ABARCA EL CONJUNTO DE LAS COCINAS REGIONALES DEL PAÍS

La comida es uno de los más importantes elementos de identidad para los mexicanos, dentro y fuera del territorio nacional.

Antropólogos como Margarita Nolasco reconocen como los principales aglutinantes de una cultura a la lengua y a la cocina; cuando un grupo social emigra es lo último que pierde; hay actualmente más de 100 millones de mexicanos en el territorio nacional, y aproximadamente 25 millones de personas de origen mexicano en los Estados Unidos. Una gran mayoría de todos ellos conserva los elementos que han caracterizado la dieta mexicana desde hace miles de años: maíz, chile y frijol.¹

No hay celebración en México que no incluya como uno de sus ejes la comida. El ciclo de vida desde el nacimiento hasta la muerte, incorpora platillos especiales en cualquier clase social. En el caso de las culturas indígenas también

¹ Así como las comunidades mexicanas en el exterior pueden incluso integrarse y volverse hablantes de la lengua del nuevo país, y sin embargo conservar ciertos alimentos y preparaciones, lo mismo ocurre con grupos asentados en México en relación con su dieta originaria. Los italianos que formaron una colonia en Chipilo, estado de Puebla, durante el siglo XIX, son ya plenamente mexicanos y sin embargo conservan ciertos platillos tradicionales de Italia. Lo mismo ocurre con la colonia francesa que se ubica en la población de San Rafael, en el estado de Veracruz, donde en la vida cotidiana y en los días de fiesta hay ciertas preparaciones tradicionales que han convivido hasta hoy, con utensilios como las marmitas de hierro colado. Lo mismo puede decirse de las colonias japonesa y alemana en el estado de Chiapas.

esta presente la comida cuando se trata de ceremonias como las relacionadas con el ciclo agrícola, desde las peticiones de lluvia hasta el agradecimiento por la cosecha plasmada en la ofrenda de Muertos y en las fiestas patronales. En todos estos casos la familia y la comunidad participan y reafirman así el tejido social. Según decir de algunos investigadores son dos los aspectos que, sin discusión, unen a los mexicanos: la comida y la música. Así lo ven también quienes vienen de fuera; uno de los elementos que buscan con mayor interés son las cocinas tradicionales de las distintas regiones del país. En una encuesta realizada en septiembre de 2003 por *Mund Américas Investigación en Demografía Global*, un alto porcentaje de las personas entrevistadas reconocían a la comida, especialmente cuando se comparte con la familia, como uno de los tres elementos que los hacía sentirse orgullosos de ser mexicanos.²

Un amplio conjunto de actividades sociales y económicas se desarrolla en torno a los alimentos: la agricultura, la ganadería y la pesca; algunos procesos artesanales semiindustriales e industriales; los eslabones de distribución desde los mercados hasta las grandes cadenas de supermercados, y finalmente quienes elaboran alimentos para su venta, sea de manera casera o en establecimientos de todos los rangos.

Los sabores que se aprenden en la infancia dejan una honda huella. Siempre se volverá al hogar, al pueblo, a la tierra, buscando aquello que nos deleitó de niños, desde la sencilla tortilla hasta el más elaborado de los moles.

En palabras del escritor Vito Teti, al referirse a los emigrados italianos, la nostalgia alimentaria “no se refiere al simple alimento, sino a un universo de

² La encuesta que aplicó Mund Américas en agosto de 2003, cubrió a mil 200 personas en una amplia muestra nacional. De acuerdo con el reporte que solicitó la Coordinación de Patrimonio Cultural, Desarrollo y Turismo al presidente de esa empresa, señor Daniel Lund, se obtuvieron estos resultados: a la pregunta “¿Qué tan orgulloso está usted de ser mexicano?”, 88% de los entrevistados se dijo orgullosos de ser mexicano; a la pregunta “¿Diría usted que está satisfecho o no con el funcionamiento de la economía de México?”, sólo 19% respondió que muy satisfecho o algo satisfecho; y a la pregunta: “¿Diría usted que está satisfecho o no con la democracia en México?”, sólo 17% respondió que muy satisfecho o algo satisfecho. Cuando en septiembre se entrevistó nuevamente a las mismas personas para saber qué los hacía sentir ese orgullo por ser mexicanos, la mayoría manifestó “un orgullo bien definido en lo cotidiano, específicamente en la belleza de México (en el placer de viajar y disfrutar visitas y vacaciones), en la familia extendida e inmediata (en el apoyo de los consanguíneos), y sobre todo en la comida (en el gusto de comer, beber y compartir la mesa de la familia).”

sabores, olores, colores, a una comida-símbolo de la naturaleza, del paisaje, de la cultura que se ha dejado atrás”.³ El regreso al origen está asociado a los alimentos que solían comerse en la infancia, “el alimento y los comportamientos alimentarios son una especie de carta de identidad de los emigrados: son elementos de reconocimiento de la familia, del grupo étnico de procedencia.”⁴

En los últimos años las culturas del mundo han profundizado el estudio de los elementos que las identifican. Respecto de la cocina esto es inobjetable. La edición de libros con el tema de la cocina, y en especial de las cocinas étnicas, tiene un lugar importante en el mundo; ha aumentado su demanda y en México hay un número cada vez mayor de publicaciones.

Nos referimos a los recetarios, pero también a las investigaciones de los historiadores, antropólogos, biólogos, ingenieros agrónomos, especialistas en nutrición, mencionados a lo largo de esta exposición, que no sólo se dirigen a sus colegas, sino que buscan tener acceso público más amplio. Las publicaciones periódicas también dedican un espacio cada vez mayor al tema de la cocina y la alimentación.

Un ejemplo revelador de hasta qué punto la cocina es factor de identidad es la manera en que reproducen sus patrones alimentarios quienes tienen que emigrar del país. Es sabido que poco más del 25% de la población de California, Estados Unidos, proviene de México y se agrupa de acuerdo a su lugar de origen en ciudades o pueblos específicos.⁵ En los mercados, y en algunos barrios de ciudades como Los Ángeles o Chicago, pueden encontrarse los productos básicos y algunos platillos propios de las diversas regiones de México. Los oaxaqueños encontrarán ahí quesillo, tlayudas, chorizo, chocolate; los michoacanos corundas y uchepos; los zacatecanos queso de tuna, chile color y birria.

³ Vito Teti, “América y los ‘americanos’ en el Mezzogiorno italiano”, en *Estudios sobre el hombre*, p. 76.

⁴ *Ibid*, p. 76

⁵ De acuerdo con el censo de Estados Unidos de América de 2000, California tiene 33.8 millones de habitantes. La población oficial de origen mexicano era de 8,455,926 habitantes, que equivalen a 25% del total y a 70.8% de la población de origen hispano en California. La tendencia es creciente. El mayor número de estas personas se encuentra en el área correspondiente a los consulados de México en los Angeles, San Bernardino, Fresno, San Diego, San Francisco, Sacramento, San José y Caléxico. (Datos proporcionados por el Lic. Alfonso de Maria y Campos, Cónsul General de México en San Francisco.)

En muchos de los hogares de origen mexicano, fuera del país, se conservan utensilios de cocina que han pertenecido a la familia por generaciones. Hay entrevistas que permiten saber que el molcajete de la bisabuela sigue siendo usado por la bisnieta.⁶ En California se celebra el 5 de mayo el día de la mexicanidad; los platillos y antojitos mexicanos están presentes en la fiesta.

Esos mismos mexicanos “que comparten el *fast food*, el *health food* y el *junk food* celebran el Día de Muertos, el Día de las Madres, las fiestas nacionales, las patronales y todo lo que constituya una excusa para estar reunidos y celebrar comiendo con sabores mexicanos”.⁷ El día 24 de diciembre en miles de hogares se manifiestan las raíces mexicanas a partir de la elaboración de los tamales que se consumirán esa noche, con la colaboración del grupo familiar e incluso de amigos cercanos.

Muchas poblaciones que hoy son estadounidenses, originalmente se encontraban en territorio mexicano y fueron fundadas durante el virreinato. Es el caso de Santa Fe, fundada en 1610. La pervivencia de las costumbres culinarias en esos lugares es otro fenómeno que llama la atención; ahí se cocinan platillos de origen hispanomexicano. En Nuevo México se come carne seca con chile preparada de manera muy similar a como se cocina en Chihuahua y otros estados del norte de nuestro país. Algunos investigadores consideran como una cocina regional integrada la de Zacatecas, Durango, Chihuahua y una parte de Nuevo México.

En Estados Unidos el chile se cultiva desde El Paso, Texas, hasta Denver, Colorado. Hay testimonios que muestran que algunos pequeños productores de chile todavía utilizan el trueque para pagar el secado, dando a cambio los chiles, manzanas o calabazas que producen. La población de origen mexicano conserva, aunque tengan hoy la ciudadanía estadounidense, muchas de sus costumbres; la que más los une es, sin duda, la cocina.

Como afirma Cristina Padilla, “la cultura es la expresión de nuestra

⁶ Véase Marilyn Tausend y Miguel Rávago, *Cocina de la familia*.

⁷ Cristina Padilla, “La frontera es una línea de aromas y sabores”, en Coordinación de Patrimonio Cultural, Desarrollo y Turismo – Conaculta, *Cuadernos de Patrimonio Cultural y Turismo (Cuadernos #4)*, pp. 64-65

identidad, lo que nos diferencia hacia fuera y nos cohesiona hacia dentro"; la cultura es lo "que pasamos con nosotros cuando cruzamos la frontera y que no puede ser identificado por la aduana, la migra, los perros y los satélites". En esa cultura, las costumbres culinarias son una parte fundamental. "En los 3 mil kilómetros de frontera se extiende una línea de aromas y sabores que son fumarolas para conducir el regreso, animar las jornadas difíciles y llenarnos de dignidad."⁸

En México, y más allá de las fronteras, a pesar de las diferencias regionales hay algo que nos identifica por encima, incluso, de la lengua que hablamos: las costumbres en torno a la alimentación.

Debe destacarse que la relevancia de la cocina mexicana ha rebasado las fronteras por medio de los migrantes connacionales, y ha inducido así a otros consumidores. En ello ha desempeñado un papel importante la harina de maíz nixtamalizado para la producción de tortillas con tecnología completamente mexicana.

ENRAIZAMIENTO DE LA GASTRONOMÍA EN LA TRADICIÓN

Los mexicanos tienen un profundo sentido religioso. Hay en ellos, especialmente en los indígenas y los campesinos, una clara concepción de lo sagrado; la naturaleza es parte de su cosmovisión. En torno a las ceremonias que siguen el ciclo de vida, el calendario religioso y el cívico, está presente la comida; participa toda la comunidad, se ratifican los vínculos sociales y se comparten los alimentos.

Entre los mayas todavía los abuelos hablan de que debemos nuestra existencia al Santo Gracia, que es el maíz, "el que proporciona fuerza a nuestro espíritu para que podamos trabajar, caminar y hablar". El maíz, que también se conoce como *Mamá Xunáan*, no debe pisarse, pues se considera pecado. "De niños nos enseñaron a que no debemos pasar por encima del Santo Gracia, que

⁸ *Ibid*, 61-62.

debemos recogerlo, no importa que sea solamente un grano.”⁹

Esta manera de ver el alimento forma parte de la cosmovisión de los mexicanos. Para ellos el alimento hace posible la vida, por él existimos. Los mitos acerca de la creación del hombre lo consideran hecho de maíz.

El calendario religioso de los antiguos mexicanos estaba profundamente relacionado con el ciclo agrícola. El centro de la vida era el alimento. Decían: “Porque es nuestro existir, porque es nuestro vivir, porque él camina, porque él se mueve, porque él se alegra, porque él ríe, porque él vive: el alimento.” Los seres sobrenaturales que confluían para que hubiera este sustento tenían un lugar privilegiado en el panteón indígena. Tláloc, dios de la lluvia; Ehécatl, el viento; Tonatiuh, el sol, que calentaba la tierra, Chicomecóatl, diosa de todos los mantenimientos; Xiuhtecutli, dios del fuego, el que asa, fríe o cuece lo que comemos. Había dioses relacionados con los alimentos sagrados, como el maíz y el maguey. Y el maíz era y es, sin duda, el principal alimento.

En las celebraciones que se dedicaban a los dioses la comida estaba presente. Había la costumbre del ayuno y la penitencia en determinadas fechas.¹⁰ Entonces no se comía chile y los tamales se hacían sin levadura, esto es, sin tequesquite. El amaranto era otra semilla sagrada; con el grano reventado, entero o convertido en harina —las mujeres tostaban y molían la semilla—, elaboraban figuras que representaban a los montes, depositarios de la lluvia. Con esa masa, o *tzoalli*, hacían la representación del dios principal, Huizilopochtli; durante las fiestas en su honor comulgaban con huesos hechos con *tzoalli*. Hay similitudes entre estas costumbres ancestrales y las que se practican ahora por ejemplo en las ceremonias del Cerro de Xochipapatla, que actualmente se llevan a cabo en la población de Huitzitzilco, municipio de Ixhuatlán de Madero, en el estado de Veracruz.

Los habitantes de Huitzitzilco son de origen nahua; la mayoría habla su lengua materna. La vegetación del lugar es abundante pero sólo llueve de junio

⁹ Santiago Domínguez Aké, *La milpa en Muxupip*, p. 138.

¹⁰ Véase por ejemplo Bernardino de Sahagún, *Historia de las cosas de la Nueva España*, y Diego de Durán, *Historia de las Indias de la Nueva España*, entre otros cronistas.

a septiembre, por lo que la lluvia es para ellos fundamental. Cultivan maíz, frijol, chile, calabaza de pepita, yuca, camote rojo, entre las plantas de origen mexicano; han incorporado, además, café y plátano. Consideran, como sus antepasados, que la tierra es "madre de la existencia". Los cerros, a los cuales veneran, son los depositarios de la lluvia; a ellos les piden permiso para sembrar y en el cerro principal, el de Xochipapatla, se lleva a cabo parte importante de la ceremonia de petición de lluvia. La vida de la comunidad depende del maíz, por lo que la siembra, la germinación, los primeros elotes y la cosecha son momentos que se viven con reverencia.

Como en muchas otras poblaciones de origen mesoamericano, las antiguas fechas religiosas se han hecho coincidir con las del calendario católico; detrás de vírgenes y santos subyacen los antiguos dioses. Una de las fechas más importantes en varios lugares, en el tiempo anterior a las lluvias, es el día de la Santa Cruz. A principios de enero y mayo está presente San Isidro Labrador, seguramente asociado a Tláloc, pues el catolicismo lo invoca para pedir lluvia. La Virgen de Guadalupe tiene también un papel preponderante; se vincularía con Chicomecóatl. Las curaciones que llevan a cabo los sacerdotes indígenas se relacionan con el "mal viento", el que no trae las nubes de agua. Aquí estaría presente Ehécatl.

Para realizar las ceremonias del cerro Xochipapatla, que tienen como propósito eliminar lo que estorbe a la lluvia, las autoridades comunales establecen comisiones. Una de ellas tendrá a su cargo la adquisición y preparación de los alimentos. Los principales son guajolotes (se considera que este animal tiene vínculos con el cerro, es su tona), pollos, especias y recaudos, jitomate y maíz. También hay amaranto o *huautle*.

En la primera parte de la ceremonia se consultan las semillas de maíz para saber de dónde viene el mal. A partir de esta lectura se decide cómo será la celebración. La preparación de los alimentos para la ofrenda está a cargo de las mujeres; los hombres proveen lo necesario para condimentarlos y acarrean el agua y la leña. Se hace un *zacahuil* o gran tamal de masa de maíz, relleno con

un guajolote entero en salsa de chiles (mole), envuelto en hoja de plátano. Hay también tamales pequeños.

Es interesante señalar, como muestra de continuidad cultural, que en esta ceremonia de petición de lluvia se elabora atole de amaranto o alegría (se conserva el nombre en náhuatl, *huautle*). Tal como debió hacerse en la época prehispánica, según se desprende de los cronistas del siglo XVI, esa harina mezclada con miel de piloncillo (antes se hacía de maguey o de abeja), sirve para formar una pasta espesa, el *tzoalli*; con ella hacen unas jícaras que se cuecen en olla de barro y se presentan como ofrenda. La jícara se asocia con el agua, pues la contiene y su concavidad también puede relacionarse con los manantiales que están bajo los cerros. En la época prehispánica, como ya vimos, al *tzoalli* se le daba forma de montes o cerros.

Xiuhtecutli era el dios del fuego, el que “calienta a los que tienen frío, y guisa las viandas para comer, asando y cociendo, y tostado y friendo. El [que] hace la sal y la miel espesa y el carbón y la cal.” Hoy se le invoca en la ceremonia del cerro: “Usted es el dios del fuego, de la lumbre, usted lo preparó y lo coció, y ahora se lo estamos ofrendando.”

Las imágenes católicas que tienen las familias reciben ofrendas. Son tres: la Virgen de Guadalupe, San Isidro Labrador y San Antonio Apóstol, protector de los animales. Se les presentan huevos hervidos, enchiladas en salsa de jitomate, aguardiente y, como una aportación más reciente, refrescos embotellados de cuatro colores distintos.

Como parte de los ofrecimientos al cerro, los oficiantes y sus esposas representan al maíz como chicomexóchitl (siete flores). Se cortan primero siete parejas, hombre y mujer, en papel de distintos colores: una alegoría de los siete cerros que se veneran en la población. Otra manera de significarlo es a partir de 21 mazorcas de las mejores, a las que se les amarra un pañuelo rojo.

Toda la población, e incluso gente que llega de otros lugares más o menos distantes, sale al cuarto día de la celebración hacia el cerro con chiquihuites y canastos que contienen las ofrendas: alimentos, bebidas y adornos. Los

sacerdotes dan de comer a la tierra trozos de zacahuil, caldo de pollo, aguardiente, pan, chocolate, refrescos, atole de alegría, agua natural y agua bendita. Todo se sahúma con copal. Dejan la ofrenda diciendo: "Te dejaremos este alimento para que nos concedas el agua, ya que nos hace mucha falta para nuestros cultivos. Te agradeceremos por permanecer unos días en esta promesa que te estamos haciendo."

Ya de vuelta del cerro se continúan las ofrendas con café y pan; el séptimo día los oficiantes indígenas se despiden con nuevas ofrendas de las figuras de papel, que representan a los dioses: aguardiente, velas, un huevo cocido y otro crudo y una bola de masa. El chicomexóchitl se sahúma y se guarda.

En estas ceremonias la música es una expresión de la mayor relevancia. Cada paso de la ceremonia está acompañado con un son especial; los sones son la expresión musical más importante en la región. Con flores se hacen arcos y otras figuras como cruces, xochicopina, xochicoscatl, xochitecometl (con palma y flores) y maxóchitl de palma. Constituyen una muestra importante del arte popular. En la población también se elaboran ollas, cazuelas, comales y jarros de barro, que están presentes en la celebración.¹¹

Otro ejemplo de la relación entre la comida y el sentido religioso lo encontramos en los Días de Muertos (1 y 2 de noviembre), tal como se celebran en algunas poblaciones de Guerrero. Esta tradición tiene sus orígenes, como tantas otras ceremonias, en la cosmovisión de las culturas mesoamericanas.

En Ameyaltepec ("Cerro del manantial"), la presencia de los antepasados ya muertos es una constante en los momentos culminantes del ciclo agrícola y del ciclo de vida. Los muertos forman parte de la comunidad y se acude a ellos cuando alguien de la familia se casa, se enferma, cuando alguien emprende un viaje, cuando se construye una casa, o se tienen sueños extraños en los aniversarios de los parientes fallecidos y en los días de los Santos Difuntos.

Los muertos abandonan su cuerpo físico, pero continúan formando parte de la comunidad y de su familia. Sus almas, ya ligeras, se convierten en mensajeras

¹¹ Véase AA.VV., *Cuerpos de maíz: danzas agrícolas de la Huasteca*.

que intervienen, ante los santos y Tonantzin, Nuestra Madrecita,¹² para que envíen las lluvias y hagan propicias las cosechas.

Esta presencia se manifiesta en distintos momentos. Así, cuando una mujer se casa, ofrece a sus antepasados gallinas en mole verde y tamales de telolotzin. Estos tamales, pequeñas bolitas de masa de nixtamal sazonadas con tequesquite y sal, también se ponen en las ofrendas a los cerros, junto con tamales de frijol (etamal). Ambos se envuelven en hojas de la planta de maíz, *izuatl*, que les transmite su característico sabor.

Para los nahuas de Ameyaltepec los muertos empiezan su visita el día de San Miguel (29 de septiembre), cuando llegan a compartir los primeros elotes, puesto que fueron ellos quienes solicitaron a las deidades su colaboración para que hubiera lluvias y buena cosecha. Por ello este día, en muchas poblaciones, se comparte una elotada.

Los muertos se despiden entre el 31 de octubre y el 2 de noviembre; en sus ofrendas se incluyen atole de *izquitl* o pinole (harina fina de maíz tostado en comal y molido con piloncillo), y totopoxtiles (galletas de masa de maíz y piloncillo cocidas y doradas en el comal), que les servirán en su regreso al otro mundo, como itacate o provisión de viaje. En las ofrendas aparece además el chocolate, alimento festivo que se da también en las bodas. Lo hacen con cacao molido en metate, con piloncillo y canela.

Esta ofrenda es fruto del trabajo colectivo; en Ameyaltepec a través de la comida se transmite la fuerza (*chicahualiztli*) de los que la producen y elaboran. Este traslado de energía es recibido por los muertos, que toman de la ofrenda olores, vapores y sabores. La vida y la muerte son un continuo. Al morir "la tierra nos come", nos desintegramos lentamente hasta reintegrarnos a ella. Durante nuestra vida, a cambio, hemos comido de la tierra.¹³

Entre los huastecos o tenék el maíz, *d'ipak*, es hijo de Maam, el dios que

¹² Se trata de la Virgen de Guadalupe, uno de los símbolos religiosos más importantes de los mexicanos.

¹³ Véase Johana Broda, "La etnografía de las fiestas de la Santa Cruz: Una perspectiva histórica", y Catherine Good Eshelman, "El ritual y la reproducción de la cultura: ceremonias agrícolas, los muertos y la expresión estética entre los nahuas de Guerrero", en Johana Broda y Jorge Félix Baez (Coord.), *Ritual e identidad de los pueblos indígenas de México*, Conaculta / FCE, México, 2001, pp. 165-238 y 239-297, respectivamente.

trae la lluvia, y de la tierra que lo alimenta; a ella se le pide permiso para sembrar, pues al hacerlo se le agujereará la espalda. Los totonacos lo veneran como "el dueño de nuestra carne", y para los nahuas es una dualidad cuya imagen femenina es Macuilxóchitl (cinco flor) y la masculina Chicomexóchitl (siete flor).

Hay ceremonias en varias culturas al elegir el área para la milpa: cuando brota la mazorca, cuando se recoge y cuando se guarda en las trojes. En muchas de estas tradiciones está presente una visión ecológica; en la tierra todo tiene importancia y es complementario, forma parte de un todo. Así, en la milpa hay muchos animales, pequeños y también grandes, como la víbora, y hace falta mantener el equilibrio entre animales, plantas y el hombre.

La danza forma parte importante en numerosas ceremonias agrícolas. Así ocurre en la Huasteca hidalguense en la fiesta del Chicomexóchitl; en la poblana son de este grupo la "Danza del maíz", "Los Acatlaxquis", "Los segadores", "Los Quetzales" y "Los Negritos". Los huastecos potosinos danzan el "Tzacam son", y los tamaulipecos practican la "Danza de San Isidro". La "Danza del Maíz" y la del nopal, en la Huasteca veracruzana, son expresiones de estos mismos ritos propiciatorios.

De acuerdo con un capitán de la "Danza del maíz" en Tancoco, Veracruz, "el maíz es nuestro cuerpo, el cuerpo de los danzantes se convierte en mata de maíz, es el maíz mismo para no olvidar que somos maíz".¹⁴

Hay numerosos mitos en torno al maíz y otros alimentos. En el siglo XVIII, los huicholes y coras, entre otros grupos de Jalisco y Nayarit, veneraban a Narama, el salitroso, cuyo sudor se convirtió en sal y, curiosamente, también en chile, dos elementos que dan sabor. En uno de los mitos de estas culturas, en un banquete al que fueron invitados todos quienes producían los frutos de la tierra y el agua, Narama llegó desnudo y sacó sal de su rostro y chile de su sexo. Lo reprendieron, pero entendieron luego que nada es en la comida tan necesario como la sal y el chile, pues sin ellos, nada tiene sabor.

En Metepec, Estado de México, la fiesta más importante se conoce como

¹⁴ Amparo Sevilla en *Cuerpos de maíz: danzas agrícolas de la Huasteca*, p. 24.

"Paseo de la Agricultura" en honor a San Isidro, o "Paseo de los Locos" (hombres disfrazados que bailan, gritan, cantan y bromean con el público), que de acuerdo con la tradición debe ser 50 días después del Domingo de Resurrección. Aquí es donde los mayordomos, los capitanes, los locos y las cuadrillas que hay en el municipio y en las localidades aledañas, se organizan para el desfile multicolor que recorre las calles de los diferentes barrios, partiendo desde el Templo de San Juan Bautista alrededor del medio día. Varios investigadores señalan que esta representación está vinculada con las ceremonias de petición de lluvias.

EL PAPEL DE LA COCINA MEXICANA COMO MEDIO DE APROPIACIÓN DE IDENTIDAD CULTURAL DE LOS PUEBLOS Y COMO FUENTE DE INTERCAMBIOS CULTURALES; SU VALOR COMO TESTIMONIO DE UNA TRADICIÓN CULTURAL VIVA

La importante continuidad cultural, que puede verse en la dieta diaria y en los platillos de fiesta, ha persistido a lo largo de siglos. Esto implica una gran capacidad para conservar y transmitir los conocimientos tradicionales, de generación en generación.

En la presentación del *Atlas de gastronomía mexicana*, publicado por el INAH y la editorial Planeta en 1988, el coordinador de la obra, Gabriel Moedano, ofreció un panorama de los estudios sobre la cocina mexicana. Los primeros estudios en el siglo XX fueron realizados sobre todo por extranjeros que al acercarse al folclor mexicano incluían la alimentación y la cocina. Según este autor, muchas de esas investigaciones estaban inscritas en la escuela finlandesa de antropología, que subraya la influencia del medio geográfico; también del llamado *folklive* o cultura popular total, que necesariamente incluía la vida cotidiana y, en ella, las costumbres en torno a la alimentación.

En la década de los cincuenta se multiplican los trabajos acerca de la cocina, hechos por historiadores y antropólogos; escritores como Alfonso Reyes y Salvador Novo también incursionan en la gastronomía. Una importante aportación de ese tiempo estuvo a cargo de la especialista en folclore Virginia

Rodríguez Rivera (1965). Posteriormente las 30 monografías con el título de *Nuestro maíz*, así como el *Recetario del maíz*, editados en 1982 por el Museo Nacional de Culturas Populares; el trabajo de Raúl Guerrero sobre el pulque (1985) y el estudio de Janet Long, *Capsicum y cultura: la historia del chilli* (1986). Se publica después *La cocina familiar*, por estados. Estas obras permiten conocer la evolución de las costumbres alimentarias en México y su continuidad con las culturas originarias indígenas y con las mestizas. Más recientemente, varios investigadores han publicado recetarios que son resultado de trabajo de campo, como *El arte de la cocina mexicana y México. Una odisea culinaria*, de Diana Kennedy, o *Tradiciones gastronómicas oaxaqueñas*, de Ana María Vázquez Colmenares. Etnólogos y etnobotánicos han hecho importantes aportaciones al estudio de la alimentación en diversas comunidades del país, así como los promotores comunitarios y vecinos de algunas poblaciones que, con el Programa de Apoyo a las Culturas Municipales y Comunitarias (PACMYC) de CONACULTA, han recogido diversas expresiones en torno a la alimentación.

Algunos de estos últimos estudios, y otros más hasta completar 54, fueron publicados por la Dirección General de Culturas Populares en la colección *Recetarios indígenas y populares* entre 1999 y 2000.¹⁵ Su lectura posibilita la reconstrucción de lo que fue la cocina prehispánica y su mestizaje y permite comprobar una clara continuidad cultural y una tradición culinaria propia y diferenciada de las de otras culturas. Aunque se han incorporado ingredientes que provienen de otros continentes, se les ha dado un carácter propio mediante las técnicas culinarias nativas y la compañía de especies vegetales y animales autóctonos.

Se pueden señalar como constantes el uso del maíz y el chile, pero las semejanzas van más allá. Entre los platillos que se le servían al emperador Moctezuma se encontraban varios en los que se utilizaba pepita de calabaza para espesar y dar sabor, como ocurre con los actuales pipianes o pascales: Totolin

¹⁵ José Iturriaga de la Fuente, titular entonces de la Dirección General de Culturas Populares, obtuvo el Premio Slow Food en 2003, por haber concebido e impulsado la publicación de estos recetarios fruto del trabajo de diversos investigadores y promotores comunitarios.

patzacalmollo, "cazuela de gallina, hecha con chilli bermejo y con tomates y pepitas de calabaza molidas", chacalli patzcallo, "cazuela de camarones hechos con chiltécpitl y tomates y algunas semillas de calabaza molida", y el tomahuac xohuilli patzcallo, "cazuela de peces pardos hechos con chile bermejo y tomates y pepitas de calabaza molidas". Hoy se siguen utilizando las pepitas con el mismo fin: dar consistencia y sabor a ciertas salsas. El guiso llamado "tzicatanamatli con chiltecpin" eran hormigas chicatanas en chiltepín, y "meocuilti chiltecpin mollo", eran los gusanos de maguey en mole o salsa. Estos animales y preparaciones están presentes en las cocinas de diversos estados del país.

De la cocina lacustre, que abarcaba como hoy tonos semejantes desde Texcoco y Zumpango en el Estado de México hasta Chapala, en Jalisco, pasando por Lerma en el Estado de México y Pátzcuaro, Michoacán, era la mazaxocomulli iztac michyo, "cazuela de ciruelas no maduras con unos pececillos blanquecillos y con chile amarillo y tomates". En el sur del estado de Morelos se come actualmente algo muy similar: el pescado en salsa de ciruela agria. Ya había desde entonces numerosos chileatoles, no sólo con maíz, sino también con amaranto y chía.

Muchas otras preparaciones, si bien no están documentadas en la época de la conquista, por los ingredientes y manera de preparación revelan su origen prehispánico. En el *Recetario nahua del norte de Veracruz*, editado por Conaculta, por ejemplo, se encuentra un buen número de flores (de izote, de ortigas, de cocuite, de encina, de maíz, de plátano), hongos y frutos (zapotes, cuahuayote, jobo), con los que se prepara agua fresca, que son nativos y que se cocinan de manera semejante desde hace cientos de años.

Si el clima semitropical es pródigo, la inteligencia del hombre y su capacidad para sobrevivir le permiten subsistir en el difícil, bello y sorprendente paisaje desértico. Así, los frutos del árbol del mezquite, resistente y modesto, son señalados por los botánicos occidentales como uno de los alimentos más completos que se conocen. Los hombres y mujeres de la región de Aridoamérica supieron tratar sus semillas hasta obtener harina, y después almacenarla para las

épocas de carencia en pencas de maguey o de nopal cosidas con pita o hilo de ixtle, aprovechando que estas hojas a un tiempo proveen humedad y son impermeables. En la actualidad persisten estas prácticas.

A través del libro *Comida de los tarahumaras*,¹⁶ aprendemos que los frutos de la enredadera llamada talayote se comen, como ocurre con los del árbol del pochote. Hay un apartado para las “frutas que tienen espinas”: ahí se mencionan diversas pitayas, la biznaga y la cholla, así como el tomate saca-manteca, cuya fruta al madurar es de color naranja. Entre los muchos comentarios a las recetas, a la flora y a la fauna que hay en el libro, se encuentran reflexiones que nos remiten a la moral y a los valores de los rarámuris, grupo étnico que habita en el estado de Chihuahua con gran sentido comunitario. En su código ético no es malo tomar de la siembra de otra persona cuando se anda en camino y se padece hambre. “Pero no hay que llevarse nada de elotes con usted. Ni una bolsa chiquita de elotes debe llevar. Si se los lleva entonces ya es ladrón. Nada más hay que llenarse y seguir su camino. Ponga la lumbre ahí mismo entre la siembra para que sepa el dueño lo que hizo. No le hace si el dueño llega cuando esté comiendo.”¹⁷

Esta tendencia a compartir es la que anima a otros grupos campesinos a tener siempre cerca de la casa una olla para el agua y un jarro del que cualquiera que pase pueda tomar. Este pensamiento comunitario está documentado en escritos virreinales y del siglo XIX en las relaciones de los frailes, o en *México desconocido*, de Lumholtz.

El conjunto sorprende por su variedad y por la gran cantidad de elementos que muchas veces desconocen aun los mismos mexicanos, en especial los habitantes de las ciudades.

LA COCINA MEXICANA COMO MEDIO DE COHESIÓN CULTURAL PARA LA COMUNIDAD

¹⁶ Albino Mares Trías, *Comida de los tarahumaras*, CONACULTA/Dirección General de Culturas Populares, México, 1999. Col. *Cocina Indígena y Popular*, núm. 7.

¹⁷ *Ibid.*, p. 27.

La producción y recolección de alimentos, así como su preparación y su consumo, sobre todo en las celebraciones, se realiza de manera colectiva y contribuye a estrechar los lazos sociales y el sentido de identidad.

Los tzeltales, grupo étnico que habita en el estado de Chiapas, ofrecen una comida especial cuando se siembra la parcela o la milpa, para que “los granos penetren bien en la tierra” y así haya una buena cosecha. Participan amistades y familiares. Estas tareas, como muchas otras entre las etnias, son comunitarias. Se trata de la comida de siembra que abarca dos tipos de tamal, *petul* y *chenkul waj*, atole llamado *pajal ul*, caldo o *s’uelil* y desde luego tortillas.

En Oaxaca, en las diferentes etapas previas al casamiento, están presentes diversos alimentos. Así, en Juchitán, días después de la “pedida de mano”, 15 a 20 mujeres vestidas con su traje tradicional salen de las casas del novio y de la novia para entregar las invitaciones a la boda. Éstas consisten en “dos bollos, un trozo de torta zaa, un marquesote y dos chocolates envueltos en papel de china blanco.” Todo ello elaborado por las mujeres de la familia y las vecinas. Se llevan en una jícara bellamente laqueada y adornada con banderitas de papel recortado de colores.

Las mujeres que ayudaron a repartir las invitaciones se comprometen así a participar en la organización de la boda y llevarán un regalo llamado *guna*: consiste en una gallina viva o huevos, pan, azúcar o dinero; servirá para alimentar a quienes participarán, haciendo el *yuze navani* u ofrenda viva antes del matrimonio civil. Para “entregar” a la novia sale una comitiva en carretas y caballos adornados, y las mujeres en sus trajes de media gala con xicalpextles en la cintura; son los obsequios para los padres de la novia. Detrás del novio irán dos jinetes a caballo con una docena de gallinas vivas colgando de las patas y muy adornadas, “así como borreguitos y cerdos vestidos de gala en lo que será su último viaje”.¹⁸

Como éstos, habría docenas de ejemplos referidos a todas las culturas indígenas; en algunos casos, prácticas como el tequio y la “mano vuelta”, que

¹⁸ Amira Musalem, *Colores, olores y sabores festivos de Juchitán, Oaxaca*, Conaculta, México, 2002. p. 113.

implican trabajo comunitario, están presentes no sólo en las comunidades indias.

Una característica esencial de las diversas cocinas regionales es su estrecha relación con el medio ambiente; los productos de recolección son ingredientes esenciales.

En el texto "El legado de México al mundo en materia de recursos vegetales", el reconocido botánico, J. Rzedowsky, afirma: "En función de una desusada variedad de clases de climas, de rocas, de suelos y de la fisiografía, en el territorio de la república pueden observarse todos los grandes tipos de vegetación que se conocen en nuestro planeta."¹⁹ En el territorio mexicano coinciden dos regiones: la neártica y la neotropical; de ahí la importante biodiversidad. Señala como característica importante de la flora mexicana "la presencia de muchas plantas de aspecto y forma peculiar. Por esta razón en todo jardín botánico de importancia, hay una sección dedicada a las plantas mexicanas; solamente la flora de Sudáfrica iguala a la de estas tierras en su diversidad de variantes fisonómicas y de atractivo estético."²⁰ Se estima que en México existen no menos de 21 mil 600 especies nativas, lo que constituye cerca del 9% de las calculadas para toda la Tierra. Esto ubica a México en quinto lugar entre los países de mayor riqueza en diversidad de flora; le anteceden tan sólo Brasil, Colombia, Indonesia y Australia.

Los antiguos mexicanos apreciaron esta riqueza y a partir de ella desarrollaron importantes conocimientos y lograron producir un gran número de especies vegetales. Si bien mucho de este saber se ha perdido, hay por lo menos 7 mil especies de plantas con usos experimentados y definidos, continúa Rzedowsky, además de las que se emplean sólo como combustible, como forraje o como alimento para las ovejas. Este botánico enumera 20 modos distintos de utilizar las plantas, varios de ellos vinculados con la alimentación: condimentos, ablandadores, ingredientes para preparar bebidas, conservas, alimentos deshidratados, dulces, platillos especiales, guarnición, aderezos y otros.

¹⁹ De México al mundo, pp. 9-105

²⁰ *Idem*, p. 10.

Tal variedad, concluye Rzedowsky, no es igualada en ninguna parte del orbe. Como mexicanos esto es motivo de satisfacción, “pero al mismo tiempo nos impone una formidable responsabilidad: la de ser cumplidos garantes y meticulosos guardianes de este extraordinario patrimonio”.²¹

Selvas, bosques, llanuras templadas y zonas áridas y montañosas del centro y el norte que ocupan el área más extensa del actual territorio mexicano constituyen el paisaje de México, tan diverso en vegetación como lo es en expresiones culturales. La biodiversidad está en función de los distintos climas y altitudes, de la ubicación geográfica, de la hidrología y de la edafología. A partir de estos elementos se configuran las regiones, de límites siempre imprecisos. Para efectos de este documento se ha elegido el planteamiento asumido por la revista *Arqueología Mexicana* (número especial 12, *Cocina prehispánica*), que divide al país en ocho regiones. Cada una de ellas aporta plantas cultivadas, plantas de recolección y fauna de agua y tierra, que enriquecen la cocina mexicana.

Sureste

Está integrado por los estados de Chiapas, Tabasco, Campeche, Yucatán y Quintana Roo. Ahí se desarrollaron culturas como la olmeca, la maya y la zoque; actualmente habitan tzeltales, tzotziles, lacandones, y los mismos zoques, entre otros. Tiene grandes extensiones de selva, ríos, lagos, marismas, lagunas costeras o esteros y muchos kilómetros de litoral; hay además serranías y llanuras, cuyas altitudes varían desde los 4,150 metros (volcán de Tacaná), hasta el nivel del mar. El sureste es, por estas características, uno de los lugares de mayor diversidad biológica en el planeta.

Hay aquí frutos muy diversos como guanábana, chirimoya, chicozapote, mamey, guayaba, marañón, cupapé, nance y muchas variedades de ciruela. Las hojas de la chaya son de uso cotidiano; se consumen crudas, cocidas al vapor en tamal, en pipián, en ensalada, en agua; tienen además usos medicinales.

²¹ *Ibid.*, p. 15

Entre los cultivos que prosperan desde la antigüedad está el cacao, por lo menos desde la época de los olmecas (entre 1300 y 200 a.C.). El condimento más señalado en esta región es el achiote, un polvo de tonos rojos que recubre las semillas del fruto y cuya técnica de obtención se debe a los antiguos mayas. La pimienta de Tabasco, conocida como pimienta dulce o de Jamaica, tuvo también su origen en esta región.

Numerosas especies animales se crían en el pie de monte: el pavo ocelado, el venado, la codorniz, el tepezcuintle, la danta o tapir y el armadillo, muchas ya en peligro de extinción. En las costas hay una amplia variedad de peces y mariscos; un mamífero singular, el manatí, puede verse ocasionalmente. En algunos ríos de Chiapas se obtienen unos caracoles llamados shutis (zoquinomó); su uso comestible data, según datos arqueológicos, de 10 a 12 mil años.

La miel de abeja de la península de Yucatán fue reconocida desde la época prehispánica. Hoy que las abejas suelen alimentarse de la miel de las flores de azahar de los naranjales que se cultivan en esa península, sigue siendo apreciada tanto en México como en Europa; con ella se preparan los deliciosos turrone de Alicante.

Golfo

Aquí se ubica a Veracruz y Tamaulipas, cuya zona norte comparte muchas características con las regiones semidesérticas; son comunes diversas cactáceas como la biznaga y el nopal, y el árbol del mezquite es parte del paisaje; hay animales como el guajolote silvestre, el venado y la codorniz y cuenta con bosques de encino y pinos piñoneros en la sierra. En la costa se estrecha la relación entre Tamaulipas y Veracruz, cuya colindancia forma parte de lo que se llama la Huasteca: junto con el Totonacapan, los Tuxtlas, la sierra de Huayacocotla, los llanos de Sotavento, las grandes montañas, y la región del Istmo, conforma las siete regiones veracruzanas, que se caracterizan por tener un gran número de ríos y lagunas; las altitudes varían desde el nivel del mar, hasta poco más de 5,900 msnm (Citlaltépetl o Pico de Orizaba).

Abundan en las costas mariscos como jaiba, camarón, langosta, almeja, pulpo, calamar y ostión; hay abundante pesca marina: huachinango, jurel, bonito, pámpano, cazón, cherna, mantarraya, catán y mojarra. De agua dulce langostino, bobo, trucha, y peces como la lisa, que suben desde el mar a desovar. La tortuga, especie protegida, ha servido también como alimento.

Los suelos de las selvas bajas, ricos en materia orgánica, junto con la humedad y el calor, permiten el desarrollo de frutas como guanábana, anona, huaya, chicozapote, zapote prieto, zapote de mono, zapote mamey, caimito, icaco, oreja de mico, totoloché (uva silvestre), pitahayas, jobo y nance.

Los guajolotes, pavos ocelados, ardillas, tlacuaches, patos, jabalíes, armadillos, tepezcuintles, iguanas, venados, conejos, que existen desde la época prehispánica, se alejan cada vez más de los lugares habitados, pero aún se les encuentra y forman parte de la dieta de muchas comunidades.

Como ocurre en la región del sureste y en el Caribe, en Veracruz pueden encontrarse tubérculos como yuca, malanga, camote, macal y ñame. Las comunidades condimentan su comida con epazote, acuyo o tlanepa, moste, choco, chipile y achiote; envuelven sus tamales con hoja de plátano y de papatla. También consumen la hoja de chaya y tienen cebollas nativas, que entre los nahuas se llamaron *xonácatl*. Hay diversas variedades de chile que crecen silvestres, aunque la mayor parte de los que se consumen son cultivados; algunos son de uso solamente regional como el chile comapeño. De la región de Totonacapan es la vainilla, y en ella abunda el cacao.

Oaxaca

Los valles que riega el río Atoyac constituyen una de las planicies más extensas de Oaxaca. Se trata de tierras muy fértiles que han sido usadas para la agricultura desde tiempos remotos. Ahí vivieron los zapotecas; fundaron numerosas ciudades como Zaachila, Tlacolula, Ocotlán, Zimatlán ("lugar de la raíz de ayocote"), Ejutla ("lugar de ejotes") y ETLA ("lugar de frijol").

Los mixtecos de la sierra han sido desde la antigüedad buenos agricultores,

aunque la orografía serrana no es tan propicia para la siembra. La diversidad de plantas que siembran juntas hace posible sortear las sequías y las plagas. La siembra en terrazas permite que en cada parcela los cultivos estén a punto en distintos momentos. Para cada altitud han desarrollado variedades específicas de maíz. Otras etnias que habitan la región son los mixes, huaves, mazatecos, chocholtecos y chinantecos, cuyas cocinas tienen sus peculiaridades.

Grandes mercados como el de Monte Albán, o el de Juchitán, han sido desde hace siglos lugar de intercambio de los productos de la región. El trabajo de selección botánica se refleja en las distintas variedades de chiles que se cultivan en esta entidad: serrano, chiltepec, canario, costeño, de árbol, chilcostle, chilhuacle, pasilla y de onza. Los habitantes de Oaxaca aprovechan insectos como el chapulín, que tostado o frito es un alimento muy requerido. En las costas del Istmo desde tiempo inmemorial se salan distintos pescados para su conservación. Con las primeras lluvias se inicia el crecimiento de distintos hongos que proliferan en la sierra.

Altiplano

Conforman la región los estados de Puebla, Tlaxcala, México, Morelos y el Distrito Federal. Es habitada por otomíes, mazahuas, mixtecos, popolocas, huastecos y grupos de origen nahua. Corresponden a la zona ciudades arqueológicas como Cholula, Cacaxtla, Teotihuacan, Malinalco, Xochicalco y Tenochtitlan.

Una amplia zona de esta región estaba ocupada por un complejo lacustre que abarcaba los lagos de Tenochtitlan, Zumpango, Chalco, Xochimilco y Texcoco, además de la cuenca del río Lerma. Desde la época prehispánica y hoy lo que queda de ellos (peces, acociles, aves permanentes y migratorias, ranas y ajolotes...) ha sido importante fuente de alimento para los habitantes de los alrededores. Esto da lugar a la pesca con atarrayas y con red larga o chinchorro; todavía se conserva la fisga, arpón con el que cazan patos y pescan.

Aunque ésta es una de las zonas que más rápidamente se ha poblado en

las últimas décadas, quedan aún bosques de pino y encino donde se recolectan hongos y moras, y se cazan animales como la tuza, la ardilla, el conejo, la liebre e incluso el venado.

En contraste hay zonas semiáridas en las que crecen las cactáceas; algunas de ellas se aprovechan como alimento, tanto en estado silvestre como cultivadas. La más importante es el nopal y su fruto, la tuna. En Puebla se localizan pitahayos centenarios. Del maguey, planta de especial simbolismo desde la época prehispánica, se obtienen aguamiel, pulque y mixiote. Se cultiva especialmente en Tlaxcala y en el Estado de México.

Centro

Esta región comprende los estados de Aguascalientes, Guanajuato, Hidalgo y Querétaro; en su mayor parte es semiárida. Aquí escasea el agua y abundan plantas cactáceas, magueyes, yucas, mezquites y matorrales. Las pencas y frutos del nopal, así como las tunas agrias o xoconostles, son alimento frecuente de la población, que incluye a los mazahuas, otomíes, nahuas y otros grupos indígenas.

De los muchos insectos comestibles que hay en México, varios se consumen en esta región. En la raíz del maguey crecen hormigas, cuyos huevos (escamoles) son tan apreciados y escasos que alcanzan precios muy elevados. Otra especie comestible asociada con el maguey son los jinicuiles o gusanos rojos, y los gusanos blancos. Los habitantes de Querétaro aprovechan otro insecto muy llamativo llamado tantarria. Una golosina infantil son las cápsulas que se desarrollan en una especie de hormiga llamada mielera.

El paisaje y las especies del semidesierto contrastan con las zonas templadas donde crecen el guayabo y el capulín. Otro paisaje es el de la Sierra Gorda de Querétaro, y uno más el de la Huasteca queretana e hidalguense. Esta variedad de entornos se refleja en la biodiversidad. Un solo estado, Hidalgo, cuenta con seis de los diez tipos de vegetación que se identifican en el territorio nacional. Aquí se desarrollan más de 4 mil plantas que producen flores; algunas

son comestibles, como la del nopal en botón, las de la yuca y la biznaga, así como la inflorescencia del maguey (golumbos), la flor de colorín y la del mezquite.

Occidente

Esta región abarca 8 mil 475 kilómetros de litoral sobre el Océano Pacífico. Ahí se encuentran, de sur a norte, Guerrero, Michoacán, Jalisco, Colima, Nayarit y Sinaloa. Es obvio que abundan las especies marinas, como peces y mariscos que dan lugar a preparaciones originarias como el pescado asado en tapasco. La sal se produjo en abundancia en sus marismas y sigue siendo un producto de importancia económica en lugares como Cuyutlán, Colima.

Aunque la iguana es una de las muchas especies protegidas, está presente en diversos platillos. Hay también armadillo y venado. La región es rica en frutas: zapotes, papaya, piña, bonete, uvas silvestres, guayabas, nanches, guamúchiles, capulines y distintas ciruelas.

Los lagos de Pátzcuaro, Zirahuén y Cuitzeo, en Michoacán, y la laguna de Chapala, casi toda en Jalisco, han permitido una cultura lacustre que influye en la alimentación. Variedades típicas de la región son el pescado blanco y el charal, que se come fresco o seco.

Noroeste

Baja California y Sonora comparten aspectos del paisaje y aspectos culturales en la costa; en la sierra, Sonora y Chihuahua se asemejan. Tanto en las serranías de Baja California como en las de Sonora y Chihuahua hay venado. Los antiguos habitantes comían bisontes y pequeñas especies de pie de monte. Había intercambio entre los cazadores-recolectores, y los grupos sedentarios que sembraban sobre todo maíz, frijol y calabaza. Entre los condimentos se registran plantas similares al cilantro y al apio, que se consumen aun hoy.

La complejidad que representa describir los paisajes es equivalente a la de agrupar el mosaico de pueblos que habitaron esa región: californios, guaymas,

ópatas, yaquis, mayos, pimas, seris, tobas, egues, túbares, rarámuris, entre otros; muchos desaparecieron defendiendo su libertad y su extenso territorio.

Noreste

Se agrupan aquí Coahuila, Nuevo León, Zacatecas, Durango y San Luis Potosí. La diversidad del paisaje propicia bosques de pino y encino, o grandes extensiones de arena que forman dunas donde crecen mezquites, yucas y ocotillos. Hay extensas llanuras pedregosas y serranías; en Coahuila encontramos ríos y lagunas en los que hay abundante pesca. Finalmente en San Luis Potosí, contrastando con la aridez de una buena parte del estado, se localiza la Huasteca potosina, con vegetación y clima tropicales.

El mezquite es otra planta del centro y norte que durante siglos se ha consumido como alimento. Investigadores como Nelson Coon²² consideran la harina de mezquite como la más nutritiva entre las que consume el hombre. Esta planta se aprovecha íntegramente pues se comen sus flores, su goma o resina y sus vainas, y además tiene propiedades medicinales.

Este entorno se modifica en tiempo de aguas; los cultivos de temporal muestran las plantas erguidas del maíz; los surcos y cerros se llenan de quelites y otras plantas que cubren de verdor.

Desde la antigüedad, maíz, frijol y chile son también significativos como base del sustento de los estados del norte. Los variados usos del chile y sus distintos sabores permiten diversos guisos. La costumbre de recolectar y las diferencias entre las distintas estaciones del año están presentes en la chuina de abril y mayo, platillo tradicional de los tepehuanos hecha con frijol y nopales.

EXCELENCIA DE LAS CUALIDADES TÉCNICAS DE LA COCINA MEXICANA

Los botánicos y campesinos prehispánicos lograron obtener los elementos básicos de la cocina mexicana: maíz, frijol y chile tienen una historia milenaria y son núcleo de conocimientos y numerosas expresiones culturales. Suelen

²² Véase su libro *Dictionary of Usual Plants*, 3ª ed., Rodale Press/Book Eivisionk, Pensilvania 1975.

cultivarse con sistemas orgánicos, en armonía con el medio ambiente; permiten la autonomía alimentaria familiar y aun la producción de excedentes.

Mesoamérica está considerada como uno de los cuatro centros de irradiación de cultura en el mundo; cuna de la escritura y también de la agricultura. Los otros tres serían Egipto y Mesopotamia; los valles del río Indo en la India, y los del Hoang Ho en China. Estas regiones corresponden a los tres cereales más importantes que se consumen en el mundo: trigo, arroz y maíz.²³

Investigadores como la arqueóloga Yoko Sugiura, consideran que la revolución botánica en el México prehispánico es equivalente a la revolución tecnológica en Europa. El amplísimo conocimiento sobre la naturaleza que alcanzaron los indios prehispánicos, y que han heredado y continuado sus descendientes indios y mestizos, permitió que las necesidades básicas estuvieran cubiertas, y que pudieran desarrollarse las grandes culturas que florecieron en lo que hoy es México. Muchas de las prácticas agrícolas de entonces han tenido continuidad y se han adaptado a los nuevos tiempos.

En su libro *Las plantas de la milpa entre los mayas*, Silvia Terán, Christian H. Rasmussen y Olivio May Cauich, plantean que hoy se han "reivindicado los valores ecológico, genético, económico y cultural de los sistemas tradicionales de manejo de la naturaleza", los cuales "obedecen a una racionalidad profundamente acorde con aquella de los ecosistemas en que se han desarrollado. Por tanto son, dicen, "prácticas que se inscriben en el ahora llamado desarrollo sustentable". Uno de estos sistemas es sin duda la milpa, que merece un estudio sistemático.

La milpa muestra el avance botánico logrado por los indios de ayer y los campesinos de hoy pues actualmente, siempre bajo los principios originales, se van integrando nuevas plantas a la milpa. Esta palabra, que tiene su equivalente en numerosas lenguas indígenas, implica un sembradío de regular tamaño, muchas veces cercano a la casa, donde se siembra sobre todo maíz, pero al mismo tiempo frijol, jitomate, chile, calabaza y otros productos que permiten una

²³ Miguel León Portilla, *El destino de la palabra*, pp. 9-11.

alimentación balanceada en vitaminas, proteínas, minerales e hidratos de carbono, y aseguran el equilibrio de nutrientes en la tierra: lo que unas plantas toman, lo aportan otras. Además, en época de lluvias, en la milpa se suelen desarrollar otras especies vegetales como los quelites, que complementan la alimentación.

La "preparación de una milpa" comienza muchas veces con el proceso de "tumba, roza y quema", método por el cual se aprovechan como abono los vegetales quemados. Después se limpia y se prepara la tierra. Las distintas plantas deben sembrarse escalonadas en algunos casos. Por ejemplo, el polen de la espiga del elote puede dañar los cultivos de calabaza, pepino, sandía y melón; por ello se siembran primero, hacia el 3 de mayo, fecha recurrente en las ceremonias agrícolas; el maíz se siembra una vez iniciadas las lluvias de temporal.

La milpa varía de acuerdo con la región. Una milpa en Yucatán, por ejemplo, tiene además de frijol, calabaza, chile, jitomate (que son esenciales), plantas como melón, sandía, pepino, cacahuete, lenteja, y los guajes que sin ser alimento sirven como recipientes para agua o comida. También suele haber tubérculos (camote, macal, yuca, jícama, ñame, papa voladora), así como variedades nativas de cebolla y ajonjolí. En la misma milpa pueden sembrarse plantas más altas, como chaya, papaya, palma de guano y plátano.

La milpa tiene otra ventaja, pues desde que la planta es joven se obtienen productos comestibles como guías, flores, vainas y hojas. En el caso de que una plaga atacara alguna planta, las otras aportarán alimentación; por eso se siembran juntas. La milpa permite la autosuficiencia, pues la obtención de semillas en cada cosecha garantiza que habrá alimento y trabajo para el siguiente ciclo agrícola. En miles de comunidades rurales, alrededor de la milpa se reúne y organiza la familia, y también se generan, como hemos visto, las prácticas culturales de las ceremonias agrícolas. Los productos de la milpa tendrán en la cocina su expresión final.

Para el antropólogo Luis Alberto Vargas, una expresión culminante del manejo de la aplicación de conocimientos en la agricultura son las chinampas.

Este sistema de cultivo se estableció en la época prehispánica para ganar terreno a los lagos. Es posible que se originara en el centro o en el norte del país, pero las chinampas que funcionan en la actualidad se encuentran en la zona lacustre de la cuenca de México, en Xochimilco.²⁴ Para construirlas se amontona lodo de los pantanos en balsas de otate, carrizo y caña. El fondo lacustre garantiza un alto contenido orgánico que aumenta la fertilidad de la tierra. Como las chinampas se desplantan en el agua, hay humedad permanente; cuando baja el nivel del agua, se aprovecha la de los canales para riego. La chinampa se afianza al rodearla con ahuejotes, árboles que tienen un tupido sistema de raíces. Este sistema agrícola es uno de los más eficientes del mundo, pues propicia que las plantas crezcan con rapidez, lo que permite varias cosechas intensivas durante el año (antiguamente podían obtenerse así hasta tres cosechas de maíz).

Desde la antigüedad fue frecuente el cultivo en terrazas y hubo complejos sistemas de riego que pueden observarse en lugares como Chalcatzingo, en el estado de Morelos. Además de la milpa, han sido tradición en las poblaciones indígenas y mestizas, en las casas de varios patios, los huertos de traspatio. Ahí se siembran las hierbas que se usan como condimento y se domestican plantas silvestres útiles. Este espacio sirve para transmitir el conocimiento alrededor de las plantas a los más jóvenes y para complementar la dieta familiar.

La asociación maíz-frijol-calabaza “se encuentra en casi todas las zonas ecológicas [de México], aunque cambian las poblaciones, variedades, razas y aun [...] especies, según las características ambientales, las costumbres y los gustos culinarios de cada grupo humano”.²⁵ Las distintas variedades de maíz, frijol y calabaza tienen sentido en la medida en que satisfacen “las necesidades de alimentación cotidiana, rituales y festejos especiales”.²⁶

LOS TRES ELEMENTOS BÁSICOS DE LA COCINA MEXICANA: MAÍZ, FRIJOL Y

²⁴ Luis Alberto Vargas, “Los mexicanos y las plantas” en María Luisa Sabau (Ed.), *De México al mundo. Plantas*, México, 1992, p. 19.

²⁵ Aguilar, Illsey y Marielle, “Los sistemas agrícolas del maíz y sus procesos técnicos”, en *Sin maíz no hay país*, p. 85.

²⁶ *Ibid* p. 85.

CHILE

...el maíz es el fundamento de la cultura popular mexicana.

Guillermo Bonfil Batalla

Maíz

“Patria”, escribió el poeta Ramón López Velarde, “tu superficie es el maíz”. Actualmente en México la siembra de maíz ocupa 56% de la superficie de temporal y menos de la tercera parte de la superficie nacional de riego. Se siembran 8.5 millones de hectáreas de maíz. De los 4 millones de productores agrícolas del país, poco más de 3 millones cultivan este grano; 35% de esta producción se dedica al autoconsumo. De acuerdo con el investigador Arturo Warman, el maíz es el producto básico en torno al cual se organiza la dieta de los mexicanos: aporta la mayor parte de los requerimientos calóricos para 75% de la población, y el 25% restante consume más maíz que cualquier otro cereal.

Los datos a nivel mundial son también significativos: presente en la dieta de millones de personas, el maíz es una de las cuatro plantas comestibles más importantes. En relación con la superficie cultivada en el planeta, el maíz es el tercer producto agrícola en importancia después del arroz y el trigo; se cosechan cerca de 150 millones de hectáreas que producen más de 600 millones de toneladas. Diversos especialistas consideran que puede ser un importante recurso para evitar el hambre en el mundo.²⁷ No hay cereal con mayor índice de productividad, pues cada semilla sembrada da en promedio hasta 300 granos por mazorca.

De acuerdo con el historiador Georges Baudot, quien se refiere al maíz como “el cereal milagroso inventado por los indios americanos”, el alto rendimiento de esta planta hizo posible alimentar a los 20 millones de personas que habitaban Mesoamérica antes de que llegaran los españoles.

Este cereal, *Zea mays* en la clasificación occidental, es resultado de un largo proceso de selección que iniciaron los botánicos prehispánicos hace miles de años. A partir del teocinte, una pequeña mazorca pobre en granos, fueron

²⁷ Véase David Barkin, “El maíz y la economía” en Gustavo Esteva y Catherine Marielle (Coord.), *Sin maíz no hay país*, y Viola Margolis (Ed), *Seeds of Change*, Smithsonian Institution press, Washington, 1991.

generando mazorcas más completas. Este proceso requirió del trabajo y el conocimiento humano, ya que el maíz no puede reproducirse por sí mismo: las semillas no caen al suelo para germinar pues están fijadas en la mazorca, es necesaria la mano del hombre que la desgrana, siembra los granos y cuida la planta hasta su madurez.

La relación entre el hombre y el maíz es tal, que la distribución de las 41 razas de maíz con sus subdivisiones está relacionada con etnias específicas. Así, las razas harinoso de ocho de Nayarit; tabloncillo de Jalisco; maíz ancho de Guerrero; olotillo de Chiapas y zapalote chico de Oaxaca, se cultivan en un área de la costa del Pacífico habitada por hablantes de diversas lenguas derivadas de una sola familia lingüística, la otomangue. Para dar una idea del importante trabajo genético desarrollado por los indígenas, basta decir que tan sólo los popolucas, grupo que habita en Veracruz, han desarrollado dieciséis variedades de maíz.

El maíz alienta un sinnúmero de expresiones culturales que dan vida a las comunidades pues en torno a su ciclo de cultivo se organiza la vida, su consumo marca la época del año (tiempo de comer el elote maduro, de cosechar), y en los hogares campesinos cada día gira alrededor de la molienda del nixtamal, la elaboración de las tortillas y las faenas del campo.

[El maíz] ha sido eje fundamental para la creatividad cultural de cientos de generaciones; exigió el desarrollo y el perfeccionamiento continuo de innumerables técnicas para cultivarlo, almacenarlo y transformarlo; condujo al surgimiento de una cosmogonía y de creencias y prácticas religiosas que hacen del maíz, una planta sagrada; permitió la elaboración de un arte culinario de sorprendente riqueza; marcó el sentido del tiempo y ordenó el espacio en función de sus propios ritmos y requerimientos; dio motivo para las más variadas formas de expresión estética; y se convirtió en la referencia necesaria para entender formas de organización social, maneras de pensamiento y conocimiento y estilos de vida de las más amplias capas populares de México. Por eso, en verdad, el maíz es el fundamento de la cultura popular mexicana.²⁸

²⁸ Guillermo Bonfil Batalla, "Presentación" en *El maíz, fundamento de la cultura popular mexicana*, p. 5.

Por sus cualidades, el maíz fue considerado como planta sagrada. Numerosos mitos antiguos, algunos de ellos contenidos en el *Chilam Balam de Chumayel* y en el *Popol Vuh*, libros antiguos mayas, están relacionados con el origen del maíz, y también con el origen del hombre a partir del maíz; dioses de la importancia de Quetzalcóatl se vinculan también con él. En la tradición oral de numerosos pueblos indígenas y campesinos se conservan narraciones en las que el maíz es centro.²⁹

El investigador Richard Stockton Mc Neish localizó en la cueva La Perra, en Tamaulipas, maíz primitivo que puede datar de hace 4 mil 500 años. Son también reconocidos los hallazgos de maíz cultivado hechos por el mismo Mc Neish en las cuevas de Coxcatlán, Puebla. A través de sus trabajos se concluye que el maíz "empezó a seleccionarse y a cultivarse por lo menos hace 5 mil o 7 mil años en varios lugares a la vez", y que otro centro de difusión muy antiguo "pudo ser Zohapilco en Tlapacoya (Cuenca de México) y Mitla en Oaxaca". Paul C. Mangelsdorf, por su parte, demostró que en el valle de Tehuacán se tenía una secuencia completa que va del maíz silvestre a las variedades que existían a principios del siglo XVI.³⁰

A partir de especies silvestres el hombre domesticó el maíz; esto significa que lo seleccionó de manera intencional a través de un tiempo prolongado para obtener las características que deseaba. Los indios prehispánicos lograron una planta robusta, con grandes frutos muy vistosos, las mazorcas, cuyos granos quedaron envueltos en hojas que los protegían hasta alcanzar la madurez suficiente para ser aprovechados. La máxima expresión de domesticación fue su difusión y subsecuente diversificación en numerosas variedades adaptadas a las condiciones ambientales particulares de toda Mesoamérica.

Hace 3 mil 500 años el maíz cultivado era el principal sustento de numerosos grupos humanos. A la llegada de los europeos, el maíz se cultivaba desde Canadá hasta Argentina y Chile. Actualmente hay maíz que prospera al nivel del mar (playas de Oaxaca) y en altitudes de 2,900 metros (faldas del

²⁹ Véanse las 30 monografías editadas por el Museo Nacional de Culturas Populares (Conaculta) con el título *Nuestro maíz*.

³⁰ Emily McLung de Tapia, "La domesticación del maíz" en *Arqueología Mexicana*, pp. 34-39.

volcán de Toluca) y se cultiva por igual en zonas de selva que en zonas semiáridas.

Escribe el investigador Bruce F. Benz:

[El maíz mexicano] se originó y sobrevive dependiente de la mano del ser humano. Su forma —la altura de la planta, el número de hojas, el tamaño del grano y la forma de la mazorca— se debe principalmente a la presión selectiva del hombre, la cual interactúa siempre con las presiones naturales del medio ambiente físico y biológico. El cultivo del maíz es el medio donde se traslapan las fuerzas de la selección natural —que imponen los límites dentro de los cuales han tenido que maniobrar las sociedades prehispánicas— y las fuerzas de la selección cultural (que determinan qué semilla sembrar en dónde).³¹

Desde el punto de vista botánico, las plantas son de muy diversos tamaños y su fruto, la mazorca, de acuerdo con la raza tiene entre ocho y 16 hileras de granos que pueden contener de ocho a 70 semillas. Sus colores son variados (blanco, amarillo, rojo, violeta, azul) y en una misma planta pueden mezclarse. También hay diferencias en el tamaño y la forma de los granos, así como en los almidones que componen las semillas. Hay casi una variedad de maíz para cada requerimiento específico. Algunos autores consideran que hay 30 razas de maíz; otros reconocen hasta 59. Nos basamos en los datos de Rafael Ortega Paczka, quien establece 41 razas y acepta la posibilidad de que el número sea mayor.³²

Hay ejemplos significativos de las variantes que ofrece esta diversidad: por ejemplo, los maíces criollos de los alrededores de la cuenca de México tardan en madurar entre seis y ocho meses pues la planta genera estrategias para conservar energía y mantener la temperatura necesaria para su crecimiento; el color púrpura de las hojas de la planta evita que la quemem los rayos del sol; y la forma cónica de las mazorcas permite que se exponga menos superficie por

³¹ Bruce Benz, “Diversidad y distribución prehispánica del maíz mexicano” en *Arqueología Mexicana*, pp. 17 y 20.

³² Ortega Paczka, “El maíz como cultivo”, en *Sin maíz no hay país*. P. 131.

unidad de volumen y las hace más resistentes al frío mientras se desarrollan y maduran.

En cambio el maíz del sur del istmo de Tehuantepec madura en menos de 90 días y produce una o dos mazorcas pequeñas sobre una planta de muy poca altura. Quizá se buscó lograr una planta que se adaptara mejor a los vientos muy fuertes de la costa y a la escasez de agua de los suelos arenosos.³³

En la zona tropical puede haber distintas poblaciones de maíz en una misma milpa, lo que permite una producción escalonada. La principal puede ser tardía, pero se sembrarán al tiempo otras "más precoces, para disponer de elotes, maíz tierno y maíz maduro, tanto por gusto como por necesidad".³⁴

El maíz también se selecciona de acuerdo con la manera en que se le utiliza. México, como señala el propio Rafael Ortega, no sólo es centro de diversidad de formas biológicas de maíz, sino también de uso. Para hacer tortillas, pinole o palomitas, hay maíces especiales; otros sirven para hacer platillos específicos, como el pozole o los huachales, hechos con maíz rehidratado; otros más tienen usos ceremoniales, donde el color suele tener particular importancia (el atole agrio de Cuaresma, de color negro, de los mazahuas, sería un ejemplo; otro sería el atole rosa subido, elaborado con maíz ixtenqueño, que se prepara en San Juan Ixtenco el 24 de junio).

Para lograr esta diversificación es indispensable la sabiduría de los campesinos, pues ellos logran una selección precisa año con año. La propia comunidad reconoce a algunos que "se distinguen por el rigor de su selección, por ser curiosos en esta labor".³⁵ Los investigadores señalan, además, que "cuando se comparan colecciones de maíz recolectadas en la misma región con diferencias de 20 años o más", la colección más reciente tiende en promedio a "superar a las antiguas en rendimiento"³⁶ El proceso que se inició hace miles de años, continúa en nuestros días.

Los indios prehispánicos, acuciosos observadores de la naturaleza,

³³ Bruce Benz, "Diversidad y distribución prehispánica del maíz mexicano" en *Arqueología Mexicana*, pp. 17 y 20.

³⁴ Rafael Ortega Paczka, *id.*, p. 131.

³⁵ *Idem* p. 129

³⁶ *Idem* p. 152

supieron aprovechar todos los componentes de una misma planta. En el caso del maíz, además de los usos de la mazorca, desde entonces se han preparado medicamentos con la raíz; de la caña se obtiene miel y azúcares; de las hojas, envoltorios para cocer ciertos tamales, así como para empacar y conservar frescos otros alimentos; también se hace artesanía. La espiga es ingrediente de una variedad de tamales; con el olote o centro de la mazorca se tapan los guajes para llevar agua al campo; el rastrojo sirve de abono para las siguientes cosechas, y en algunas poblaciones se cocina el hongo que crece en el maíz, el cuitlacoche. A estos usos se han añadido otros de carácter industrial, que parten de los almidones, las mieles, la dextrosa, las materias solubles, el gluten y cascarilla y el germen. Servirán como componentes de adhesivos, lubricantes, pinturas, explosivos, hules de proceso frío, cápsulas, excipientes de medicamentos, etc. En la industria alimenticia se usarán por ejemplo en sopas, postres, salsas y aderezos, así como en cereales, confitería, sazonadores, polvos y harinas para alimentos preparados, jugos de frutas, pescados y encurtidos.

Con maíz se prepara el alimento básico: la tortilla. Para obtenerla, el maíz pasa por una técnica de cocimiento desarrollada por las culturas prehispánicas: las semillas de maíz se ablandan y precuecen con cal, tequesquite o ceniza, y se muelen. La masa que se obtiene es de fácil digestión, pues se ha retirado la cascarilla u hollejo que las recubre, y además, cuando se agrega cal, se enriquece al maíz con calcio y se fija la niacina, lo que impide enfermedades como la pelagra. Las semillas conservan todas sus propiedades nutritivas.

Y así como ocurre con el maíz, la tortilla también tiene un espacio sagrado que recoge diversos elementos de la cosmovisión indígena. Este ejemplo nos muestra hasta qué punto todo está relacionado entre sí y tiene un valor simbólico. De acuerdo con el investigador Sergio Carrasco (en un texto inédito):

Un ejemplo extraordinario de esta relacionalidad es la descripción de cómo la mujer organiza su espacio "para echar tortillas": primero el fogón, construido o armado con tres piedras; este es el sitio del fuego. Sobre las tres piedras se asienta el comal de barro impregnado de cal y que a su vez es una representación del disco solar o Tonatiuh; su

lugar es al costado derecho de donde el sol emerge por la mañana. Entre las piernas y al centro, el metate, al lado derecho, también el apaxtle con agua para mantener la masa húmeda. A la izquierda el "chiquihuite o tenate"; que es recipiente de las tortillas cocidas y calientes y está hecho tradicionalmente de carrizo. Este objeto es una representación del sol y las cuatro estaciones o puntas del mundo; en la parte baja es cuadrado y en la superior es redondo. En un intento por conocer la estructura de su diseño, se halló que su construcción obedece a una fascinante lógica matemática y geométrica, asociada a los símbolos del sol y la tierra.

A partir de la masa se preparan no sólo tortillas, sino infinidad de productos; entre otros, cerca de 300 variedades de tamales. Con las tortillas mismas se hacen diversos platillos. Con la semilla ya seca, además de masa nixtamalizada, se hace harina. Los antiguos mexicanos llamaron a las harinas pinole; el de maíz fue combinado con otras semillas molidas, como la de cacao y la chía, para hacer un producto altamente nutritivo y fácilmente transportable; fue alimento de soldados y mercaderes que tenían que recorrer grandes distancias. Ésta será otra de las características de la cocina mexicana: lograr, con los mismos elementos, una gran variedad de formas, texturas y sabores.

El maíz tiene tal importancia que se le atribuyen, además de su carácter sagrado, sensaciones y necesidades similares a las de una persona. Hay grupos étnicos en México, como los nahuas de Morelos, que aun cuando han perdido muchas de las ceremonias que antes le dedicaban, tienen otras muestras de respeto para esta semilla. No se vende en los expendios después de las siete "para no moverlo", ni se muele "porque tiene que dormir hasta las tres o cuatro de la mañana, cuando las campanas de las capillas despiertan a las mujeres para que preparen su nixtamal".³⁷

Desde el punto de vista alimenticio y cultural, en palabras de Marcos Sandoval, indígena triqui:

El maíz es una manera de ser y de vivir, que nos relaciona con nuestra Madre Tierra, con los dioses y con todos los demás, con los vivos y con los muertos. Nos relaciona con nuestros abuelos, con los que acumularon el saber del maíz a lo largo de miles de años.

³⁷ L. Miguel Morayta M. y otros, "Presencia nahuas en Morelos", p. 37.

Nos relaciona con nuestras familias y nuestros vecinos, como expresión profunda de nuestra forma de convivencia. Nos relaciona con el mundo al que regalamos el maíz, que salió de aquí para llegar al último rincón de la Tierra.³⁸

Frijol

Esta leguminosa (*Phaseolus vulgaris*) es, junto con el maíz, la principal fuente de proteínas en la dieta tradicional de los mexicanos. Tuvo su origen seguramente en el centro de México y en Guatemala; las evidencias más antiguas se localizaron en el Valle de Tehuacán y tienen una antigüedad de por lo menos 6 mil años.

Del frijol se utilizan las flores para hacer algunos guisos; los ejotes o vainas cuando están tiernos se aprovechan como verdura; con las semillas tiernas se hacen diversos tamales. La semilla seca es el producto más frecuente de esta planta. Se pueden cocer simplemente con un trozo de cebolla para luego sazonarlos con sal (frijoles de la olla), refreírse para servirlos como acompañamiento o utilizarlos como asiento para tortas y tostadas; con frijol molido se rellenan algunos tlatochos y tamales. Los mexicanos consumen frijoles de distintas variedades como alimento cotidiano. Los frijoles negros se identifican sobre todo con el altiplano y el sur; los bayos o claros con el centro y el norte.

Chile

Esta planta, de la familia *Capsicum*, también se cultiva desde la época prehispánica y ha sido el principal condimento de la cocina mexicana. Hoy se conocen no menos de 25 especies de chile y muchas variedades. Los estudios arqueobotánicos datan la aparición de chile cultivado entre 7 mil y 5 mil años a.C.

De acuerdo con la *Matrícula de Tributos* y otros documentos de la época

³⁸ Marcos Sandoval, "El maíz y los pueblos indios" en Sin maíz no hay país, p. 65.

prehispánica, el chile fue una contribución importante; se empacaba en fardos de petate en sus lugares de origen, y formaba parte de las provisiones que los tlatoanis guardaban en sus trojes. En el palacio de Nezahualcóyotl, según el fraile Juan de Torquemada, se consumían "tres mil y doscientas fanegas de chile, y tomate, que es la especia, con que guisaban la comida. Y otro chile más pequeño, y muy picante (que llaman chiltecpin), doscientas y cuarenta fanegas[...]"³⁹

Estos chiles, que formaban parte de diversos platillos de fiesta y del diario, servían además como bastimento para los mercaderes y guerreros. Entre las provisiones de viaje que se recolectaban para los soldados mexicas que participaban en la guerra, en la época de Moctezuma se contaban, escribe Alvarado Tezozómoc en su *Crónica mexicana*, el maíz para hacer bizcocho o tlacactutopochtli que hoy conocemos como totopos, el pinole, el chile molido, la chía y el frijol.⁴⁰

El chile seco y molido puede conservarse por largo tiempo; lo mismo ocurre con los totopos y con el pinole, la chía y el frijol, hechos también harina. Con estos ingredientes podían tener una alimentación equilibrada que les permitía disponer de energía suficiente en los traslados o la guerra. A Chicomecóatl, diosa de los mantenimientos, se le ofrendaban sartas de chile. Después de orar, a la medianoche tocaban flautas y caracoles

al son de las cuales, sacaban unas andas muy aderezadas de sartas de mazorca y de chiles y llenas de todo género de semillas, y ponían las a la puerta de la pieza donde la diosa estaba de bulto, la cual pieza, por de dentro y por de fuera, estaba toda aderezada y enramada, con muchas sartas de mazorcas y de ají [chile] y de calabazas y rosas [flores], y de todas semillas, que era cosa muy de ver y galana[...]⁴¹

Sahagún menciona en la *Historia general de las cosas de la Nueva España* que había una diosa del chile.

La continuidad cultural respecto del chile tanto fresco como ahumado, se

³⁹ Juan de Torquemada, *Monarquía Indiana*, t.I, cap. LIII, p. 167.

⁴⁰ Alvarado Tezozómoc, *Crónica mexicana*, cáp. XXXII, po. 329-330.

⁴¹ Durán, *Historia de las Indias de Nueva España*, p. 138.

hace evidente cuando sabemos que en la época prehispánica el grupo de los huastecos, al aceptar el dominio de los mexicas, ofrecieron tributarles, entre otros alimentos, chiltecpin y pocchile ahumado. Hoy en esta región ambos productos siguen siendo importantes. Desde entonces había diversos chiles, pues en las crónicas se refieren a "chile de todas maneras de esta Nueva España". José de Acosta menciona algunos de ellos:

verde, y colorado y amarillo; hay uno bravo que llaman caribe, que pica y muerde reciamente; otro hay manso y largo dulce que se come a bocados... lo que pica del ají es las venillas y pepita; lo demás no muerde. Cómese verde, seco, y molido y entero, y en la olla y en guisados. Es la principal salsa, y toda la especiería de Indias; comido con moderación ayuda al estómago para la digestión[...]⁴²

Desde la época prehispánica se utilizaron los chiles crudos, hervidos, asados, ahumados; y éstos a su vez enteros, picados y molidos, pues se trata de un condimento que permite las combinaciones más diversas al mezclarse con vegetales y animales. Esta especia tiene amplias posibilidades y cuando se somete al proceso de secado, o ahumado, adquiere nuevos aromas que multiplican las posibilidades de sazón para las comidas.

Bernardino de Sahagún describe a los que venden guisados; señala que "suelen mezclar axí [chile], pepitas, tomates y chiles verdes, y tomates grandes, y otras cosas que hacen los guisados muy sabrosos". Este mismo vendedor ofrecía a los compradores

chilmole de cualquier género que sea, y el mole de masa cocida o de masa de frijoles tostados o cocidos, y de los hongos y setas, y el mole de tomates gruesos o menudillos, y de las acederas, y de los bledos, y de los pescados, y de las ciruelas o de otras cosas acedas [agrias], y de los aguacates mezclados con chile que quema mucho, llamado chiltecpin.⁴³

También en la descripción que se hace de los platillos que se servían a Moctezuma encontramos buen número de moles o salsas. Asombra, pues, la

⁴² José de Acosta, *Historia natural y moral de la Indias*, pp. 177-178.

⁴³ Bernardino de Sahún, *Historia general de las cosas de la Nueva España*, libro décimo, cáp. XVIII, p. 614.

continuidad cultural que existe en relación con los usos del chile en la cocina.⁴⁴

A principios de siglo XIX, el fraile franciscano Juan Navarro menciona varios chiles, todos con su nombre en náhuatl: quauhchilli, chiltecpin, tliichilli, el tzanalchilli, chicoztli, tzonchilli y milchilli o chile de milpa.⁴⁵

Hoy México es el país del mundo que cultiva más variedades de chile. Destacan el verde o serrano, el jalapeño o cuaresmeño, el poblano, el de árbol, el mirasol, la chilaca, el habanero y el manzano. Estos a su vez pueden secarse; entre los de mayor demanda se encuentran el ancho y mulato que son el poblano_ya seco; el chilpocle y el morita, que provienen del jalapeño, y el de árbol, seco, que es muy apreciado. Más adelante veremos que hay muchos otros chiles, cada uno con sabor y aplicación peculiares.

Miguel Othón de Mendizábal considera que en la cocina mexicana todo lo que se come es en realidad complemento de las tortillas, de los esquites o de los atoles, pozoles y pozol; esto significa que el principal alimento es siempre el maíz.

En este contexto escribe, refiriéndose a mediados del siglo XX: "una sola cazuelita de mole, de chilmole (salsa de chile con tomate rojo o verde), o de frijoles con chile, bastará para que un grupo de cinco o seis personas pueda comer dos o tres kilos de tortillas de maíz". Cuando su consumo era diario y extendido a toda la población, por sus cualidades digestivas, el pulque era un acompañamiento ideal para este régimen alimenticio.⁴⁶

El chile es, pues, condimento; en este sentido se le asocia con la sal y por eso en la época prehispánica cuando se ayunaba no se comía carne, chile ni sal. Escribe Gerónimo de Mendieta en su *Historia eclesiástica indiana*, que los monauhxiuhzauque, una especie de monjes, ayunaban por un período de cuatro años "en los cuales se abstenían de carne y de pescado, de sal y de pimientos"⁴⁷ (chile); lo mismo ocurría entre los mayas. Los pochtecas del altiplano, que ayunaban antes de una travesía, debían tener por honra comer sin

⁴⁴ Bernardino de Sahún, Ob. cit., libro octavo, cáp. XIII.

⁴⁵ Véase AA.VV., *Historia natural o jardín americano*, p. 120.

⁴⁶ Miguel Othón de Mendizábal, "Los estimulantes en la comida indígena" en *Influencia de la sal en la distribución geográfica de los grupos indígenas de México*, p. 323-324.

⁴⁷ Gerónimo de Mendieta, *Historia eclesiástica indiana*, t. I, cáp. XVIII, p. 220.

chile y sin condimento de sal.

Así como el maíz, el chile es propio de las culturas donde se ha desarrollado la agricultura. Entre los nómadas y seminómadas sólo estarán presentes las variedades silvestres de chile, como el chiltecpín o chile piquín (que también puede ser cultivado).

A partir de esta triada de alimentos y de otros que se concentran en las milpas o cultivos de autoabasto familiar, surge un gran número de platillos que nos identifican. Desde el sur hasta el norte de México, hay presencias constantes. La tortilla sería una de ellas; los tamales y los atoles, otra. Con sus variantes regionales, las salsas que tienen como base el chile son otro elemento común, al igual que los caldillos elaborados con jitomate.

A LO LARGO DEL TIEMPO LAS COCINERAS MEXICANAS HAN LOGRADO DIVERSIFICAR LA ALIMENTACIÓN A PARTIR DE UN CONJUNTO DE PRODUCTOS, ESPECIALMENTE EL MAÍZ EN FORMA NIXTAMALIZADA, Y LOS DIVERSOS CHILES. A ESTOS ELEMENTOS SE LES HAN AGREGADO INGREDIENTES TAN VARIADOS COMO LO ES LA BIODIVERSIDAD DEL TERRITORIO NACIONAL. HA HABIDO TAMBIÉN GRAN CAPACIDAD PARA ASIMILAR INGREDIENTES VENIDOS DE OTROS LUGARES. SE HAN GENERADO, ADEMÁS, NUMEROSAS TÉCNICAS CULINARIAS. A PARTIR DE ESTAS CARACTERÍSTICAS, LA COCINA MEXICANA ESTÁ CONSIDERADA COMO UNA DE LAS MÁS RICAS Y VARIADAS DEL MUNDO

Es notorio que hay cuando menos 32 especies de flora cultivadas que se originaron en México, varias de ellas alimenticias. Si consideramos que un indicador importante para saber dónde fue domesticada una planta es la concentración de muchas variantes de esa especie en una región, los principales componentes de la dieta mexicana, maíz, frijol, calabaza y chile, aunque se cultivaban desde mucho antes del siglo XV, desde lo que hoy es Argentina hasta algunos lugares de los Estados Unidos, evidencian su origen mexicano.

La Dirección General de Culturas Populares e Indígenas del Conaculta, publicó en 1999 un mapa que muestra el mosaico de las cocinas regionales en la actualidad. Los pescados y mariscos de Baja California, el cabrito asado a la muy particular manera del norte, las muchas variedades de chile fresco y seco, la carne seca de los rarámuris, y los peneques, enchiladas y chalupas que recorren casi todo el territorio nacional aparecen ahí. Los platillos de fiesta: moles verdes y rojos, pipianes, chiles en nogada, barbacoa, birria, cochinita pibil; los pescados en tapescos y zarandeados; las bebidas con que se acompañan: atoles, aguas frescas, tequila, mezcal, tejuino, chocolate, tuba, charanda; y los postres: conservas, cajetas de frutas, alfeñiques, dulces de leche, figuras de pepita y palanquetas de variadas semillas.

Dos años más tarde, Ricardo Muñoz Zurita publicó el *Diccionario enciclopédico de la gastronomía mexicana*; en este muy completo trabajo se buscó "dejar un registro de las cosas que comemos y bebemos en el país, basado en datos históricos, pero sobre todo en la forma en que nuestros alimentos se preparan y consumen actualmente". Se utilizaron más de 500 fuentes bibliográficas y se hicieron más de mil entrevistas a cocineros y gastrónomos. El diccionario tiene más de 2 mil 300 entradas correspondientes, sobre todo, a ingredientes, platillos y técnicas culinarias, lo que muestra la riqueza y variedad de las cocinas regionales.

El manejo del maíz es una buena muestra de la creatividad de las cocineras mexicanas. A partir de sus granos se elaboran muchísimas preparaciones como el nixtamal para espesar la cuachala de Jalisco y el chilate de Guerrero; es base de los tamales barbones de Sinaloa, llamados así porque las "barbas" de los camarones sobresalen, pero también de las corundas, de los tamales de ceniza, de los uchepos michoacanos hechos de elote fresco y esquites de maíz tostado (que los huicholes preparan con tal ritualidad que salta a la vista su importancia).

De acuerdo con la región, como hemos visto, encontraremos las más diversas frutas: la pitahaya y la pitaya de las zonas semiáridas, que conviven con las tunas (cardonas, alicoques, cardenchas, duraznillos, camuesas, mansas,

chodronas, enchiladas, fafayucas, blancas, agrias o xoconostles, etc.); los capulines, guayabas y distintas moras son de los climas templados; los zapotes (guanábana, chirimoya, chicozapote, mamey, zapote negro, blanco, amarillo, papaya, caimito, ciricote, aguacate, etc.) de la tierra caliente y de las selvas tropicales. Algunas de estas frutas dieron lugar a ates y picones y, mezclados con leche y azúcar, a una variada dulcería.

Los cítricos se adoptaron muy pronto y hoy, en cocinas como la yucateca, la naranja agria es indispensable. Las zonas templadas con inviernos fríos son propicias para el cultivo de frutales que también se han integrado al paisaje mexicano desde la etapa virreinal: manzana, pera, durazno y chabacano, estarían entre las más apreciadas (muchas veces preparados en conserva con almíbar y cristalizadas).

Son productoras de estas frutas Zacatlán en Puebla y varias poblaciones de Chihuahua, entre otras. El ate, preparación que en el norte se llama cajeta, se hace con pulpa de fruta molida y azúcar; a veces se hace en marquetas y otras en hojas delgadas que pueden enrollarse alternando con dulce de leche. Los encontramos lo mismo en Durango, Nuevo León, Coahuila y Zacatecas, que en Jalisco, Michoacán, Guanajuato, Puebla y el Estado de México.

Son también numerosas las verduras: una gran variedad de quelites (malva, pápalo, quintonil, cenizo, chivitos, alaches, chipilines, lengua de vaca, las hojas del huauhzontle y las del amaranto, romeritos, verdolagas, pipicha, guías de calabaza y de chayote) y las pencas del nopal, cactácea muy difundida en la cocina mexicana.

Sorprende la variedad, menor en las ciudades, de plantas silvestres de uso culinario. Por ejemplo, "el total de especies vegetales diferentes que aparece en la dieta de los mixtecos [es] de más de 200, lo que contradice a quienes piensan que la dieta indígena es de poca variedad y siempre basada en los mismos alimentos."⁴⁸

Semillas. Aquí se incluyen maíz, frijol, amaranto, y pepitas de calabaza en sus

⁴⁸ Luis Alberto Vargas, en "Los mexicanos y las plantas" en *Lo que México dio al mundo*, p. 17.

distintas variedades, que se comen tostadas o fritas con sal, con cáscara o sin ella y molidas al natural, como en los pepianes y pascales. Los cacahuates también de origen mexicano, tienen usos culinarios similares. Las almendras de la semilla de capulín son una sabrosa golosina; con ellas se elaboran, además, delicados tamales. Las semillas de guaje se hacen en salsa.

Con la semilla del cacao se prepara el chocolate, bebida de importancia en México. Ultimamente se ha retomado, por su riqueza alimenticia, la semilla de la chía, que tuvo gran difusión en la época prehispánica; sus propiedades son semejantes a las de la semilla de linaza. Con semillas de girasol se elabora aceite comestible, y peladas y tostadas se han integrado a las dietas naturistas.

Muchas son las semillas llegadas de fuera que se han integrado a la cocina mexicana; destacan el trigo, el arroz y el ajonjolí. Con harina de trigo y con trigo martajado no sólo se hace pan, sino tortillas de harina de distintas clases, tanto en el norte como en el centro. El arroz, preparado a la oriental o a la española, forma parte integral de la dieta (tanto que hay un "arroz a la mexicana"). El ajonjolí tiene usos similares a los de la pepita de calabaza, y además es un sabroso adorno de moles y panes.

También se usan las habas, los chícharos y los arverjones, que se les da un uso semejante al del frijol; en distintas preparaciones están presentes el anís, la pimienta, el clavo, las almendras, las nueces, los piñones y las avellanas.

Raíces. Hay muchas raíces comestibles de origen mexicano. Destaca el camote con sus diferentes variedades que se come asado o cocido al natural, con sal, en cocidos y en dulce; desde la época virreinal fue muy apreciado como espesante de postres de frutas, por su sabor neutro y su riqueza en harinas. La raíz del chayote se come cocida al natural, y capeada o sin capear bañada en distintos caldillos. La yuca y la malanga están integradas, en los estados del Golfo de México, a diversas preparaciones; entre ellas, los cocidos, tono que comparten con el Caribe. El guacamote es otra raíz comestible; en algunas poblaciones se come el bulbo de la flor de jaguar (oceloxóchitl).

Hay papas de origen mexicano llamadas de monte en estados como

Zacatecas y San Luis Potosí; son comida de Cuaresma. La papa que se consume de manera cotidiana es de origen andino y, preparada de las más diversas maneras, está integrada desde hace siglos en todas las clases sociales. Francisco Hernández y Bernardino de Sahagún mencionan por lo menos cinco variedades de cebolla nativa; la que se conoce como xonácatl se consume todavía en zonas como el Totonacapan en Veracruz; la cebolla que llegó de Europa es condimento esencial en la cocina mexicana, así como el ajo, originario de Asia central, presente aún en los platillos que conservan su esencia prehispánica.

Se utilizan también: zanahorias, que al integrarse a la dieta mexicana toman tonos específicos (por ejemplo al encurtirse junto con chiles y verduras); rábanos, que acompañan el tradicional pozole; betabel, colinabo, nabo, y como condimentos el azafrancillo de origen mexicano, y el jengibre, que estuvo presente en la época virreinal por influencia del Oriente, que casi desapareció después y que hoy se reintegra con la presencia de las cocinas china, japonesa e India.

Flores. Se comen no menos de 20. Entre ellas las de colorín, de biznaga y de nopal en botón; las de calabaza, yuca, maguey (golumbos), de huauhzontle (que son una inflorescencia), las de maíz (en delicados tamales). La flor de frijol de los alaches (o malava del campo), así como las flores de nabo en botón, se aprovechan como verdura. Otras flores sirven para dar sabor, como el hueynacastle o la rosita del cacao.

Fauna

Mamíferos y Aves. En los bosques y pie de monte hay venado, jabalí de varias clases, tuza, armadillo; las aves silvestres comestibles son muchas: huilotas, tórtolas, agachonas, chichicuilotos, patos, codornices, faisanes, gallina silvestre y pavo. Entre los animales que se crían arraigaron la res, el cerdo, la cabra y el borrego.

Peces y otros animales acuáticos. En las costas del Pacífico se pescan chernas, pargos, meros, cornudas, cazones, tiburones, mantas, lizas, salmotes, atrenes, esmedregales, sardinas, bonitos, lenguados, camarones, langostas, ostiones, etc. En la costa del Golfo lisas, robalos, cazón, sierra, sardinas, lenguados, sierras, caballos, mojarra, pulpos, tollos y muchos otros.

Los lagos Pátzcuaro, Chapala, Cuitzeo, Zirahuén, cuenca del Lerma, Chalco, Zumpango, y lo que queda del de Texcoco, proveen especies de peces, como charales y pescado blanco; batracios, insectos y sus jebecillos; algas y minerales como el tequesquite. En un interesante estudio sincrónico acerca de la población de San Mateo Atenco, a orillas del Alto Lerma, Beatriz Albores menciona las siguientes especies comestibles que se han pescado con distintas técnicas y que se consumen desde la época prehispánica: acocil, ahuilote, ajolote, almeja, atepocate, carpa, cucaracha, charal, espejillo, habita, juil, mojarra, padrecito, pícaro, popochas, rana, salmiche, tábula y zacamiche. La recolección de estas especies identifica a las culturas lacustres en el aspecto culinario, pero también en cuanto a las artesanías que producen (por ejemplo las tejidas con tule).

Insectos. De acuerdo con Julieta Ramos Elórduy, en muchos casos su comercio es tan importante que existen verdaderos monopolios para su distribución con ganancias que triplican el precio a partir de su adquisición con el recolector; así ocurre con los jumiles en Cuautla, Morelos, el gusano rosado en Oaxaca, el ahauhltle (huevecillos del mosco axayácatl) en Texcoco, el gusano blanco, los escamoles (huevos de hormiga) y los gusanos de maguey en Hidalgo.

Otros insectos muy apreciados son las hormigas chicanas. En Veracruz y Chiapas, su recolección en el momento en que tiene alas se convierte en una verdadera fiesta para las familias. Los chapulines son muy apreciados en Oaxaca, las tantarrias en Querétaro y el gusano del nopal en los estados donde abunda esta planta.

Condimentos

Los condimentos más frecuentes son achiote, pimienta de Tabasco, hoja santa, epazote, distintos oréganos, choco (hoja un poco amarga muy utilizada en la zona alta de Veracruz) y en especial el chile fresco o seco: serrano, chiltepín, de árbol, mirasol, amarillo, bandeño, canario, costeño, ciruelo, cara, corazón, ixcatlic, tempichile, tornachile, jalapeño, morita, chilpocle, ancho, pasilla, chilaca, puya, cascabel, poblano etc. Muchos de ellos corresponden a regiones y aun a poblaciones específicas; sin duda cada uno aporta sabores distintos que enriquecen diferentes platillos y les dan sabores peculiares. Hay múltiples formas de prepararlos: cocido en un guiso, cocido y molido en molcajete con sus condimentos, picado en crudo, tostado y desvenado y luego molido, de una clase sola o varias combinadas, y frito. Estas variadas maneras de prepararlos desembocan en pipianes, succulentos moles (casi uno por familia) y salsas diversas.

La flor de vainilla perfumó el chocolate; hoy la esencia obtenida del ejote o vaina, ha dado la vuelta al mundo. A estos ingredientes nativos se han añadido los que llegaron de fuera: tomillo, mejorana, laurel, pimienta negra, clavo, comino, anís, y la canela, de la que México es el principal importador del mundo.

Técnicas culinarias

Mencionemos algunas de origen prehispánico: barbacoa, mixiote, pib, cocimiento al vapor, fritura en la propia grasa de los animales, asado. Hay que señalar que desde la época prehispánica se descubrió el reventado de los cereales. Entre las variedades de maíz una fue la de maíz palomero; sus semillas reventadas mediante calor fueron las palomitas de maíz, presentes en ofrendas a los dioses. Otra semilla a la que se le aplicó la misma técnica es el amaranto.

En conservación: harinas (de maíz, de chíá, de cacao, de cáscara de tuna); secados al sol y al viento como las vichicores del norte, que permiten tener calabaza durante varios meses del año; secado y ahumado como los chiles, y salado y/o secado como el pescado. En materia de fermentación se elaboran vinagres, pulque, colonche, tesgüino y tibicos, entre otros.

La barbacoa es una técnica de cocimiento que se identifica con varias áreas de lo que hoy es México; es común en la región Centro. Las carnes y muchas veces verduras se cocinan en su propio jugo, envueltas en pencas del maguey cuya savia contribuye a suavizar la carne y les da sabores muy especiales. Los mixiotes, preparación en la que se utiliza la cutícula del mismo maguey, es otra especialidad de esta región.

Preparaciones como el tamal, variadas por los distintos ingredientes que contienen, por las hojas que los envuelven y por los sabores de las salsas, son muestra del cocimiento al vapor. En Oaxaca, los mazatecos tienen más de diez tamales distintos: siete cueros, de yuca, de capa, de frijol tierno, el cabeza de jaguar. Entre los chinantecos de Usila son famosos los piltes y entre los zapotecos los pata de burro; los de camarón y los de cambray corresponden al Istmo.

La manera en que se obtiene la pasta de achiote, decantando el polvo que se encuentra en las semillas, es una técnica maya de gran refinamiento, como lo son la fermentación de los ejotes de vainilla y de las semillas de cacao, también de origen prehispánico y hoy ampliamente difundidas en el mundo.

Sal. Hay en México numerosas salinas tanto en los litorales como en tierra adentro. Pueden encontrarse técnicas de recolección que datan de la época prehispánica y se conservan ceremonias que deben tener el mismo origen. En el pozo de sal del Soconusco, que se ubica en una zona de sal somera que corresponde a la cuenca salina ubicada entre Veracruz y Tabasco, las jóvenes del lugar llenan latas de agua que luego cuelan en vasijas de mayor tamaño; esta agua se echa en cazuelas o tinas que se ponen al fuego. El agua se va consumiendo y la sal se asienta en el fondo; esta labor se realiza sin interrupción noche y día. La sal que resulta se adhiere a la cazuela y tiene consistencia de piedra; le llaman *samo* y dura mucho tiempo.

Cada vez que inician la explotación del pozo, las cocineras de la sal permanecen a su alrededor varios días; duermen en hamacas o en el suelo. El pozo se cubre con un techo de palma que otorga al pozo "la categoría de sitio

respetado... Nadie puede intentar penetrar al pozo porque sufrirá alucinaciones.”

Antes de empezar la tarea se sahúma el sitio, así como los participantes, “para que todo funcione bien”. Una vez que una cocinera concluye la explotación de la sal, “vuelve a sahumar el ámbito del pozo, rezando una oración católica”.⁴⁹

En diversas poblaciones con salineras, como Alahuiztlán, Tzicaputzalco, Oztuma y San Miguel Ixtapan, se conservan también técnicas seculares para beneficiar la sal. En esta última población del estado de México, la exploración arqueológica ha evidenciado que aquí se obtenía sal desde el período epiclásico (700-900 d.C.). Las actividades en los parajes salineros se relacionan con el calendario religioso católico, pues se inician en la Cuaresma. La Santa Cruz es la patrona del gremio de los salineros; se festeja el 3 de mayo, fecha que coincide con la última celebración de la temporada de secas en cuanto al ciclo agrícola; también es la última vinculada con la elaboración de la sal. Cada salinero invita a sus amigos al paraje que le corresponde. “Cuando llega la noche, las familias empiezan a descender, con lámparas en mano, por la cañada de Ixtapan, cargando sus ollas con comida y los recipientes para la ocasión.” Los familiares se acomodan en la orilla del río formando pequeños círculos, con al centro una lámpara de petróleo. “Se llevan suficientes platos para servir mole con pollo, tortillas y tamales [...que darán...]”⁵⁰ Preside la velada una cruz de madera, “la reina del paraje”, adornada con cadenas de flores aromáticas; la iluminan con cirios.

Platillos. Hay riqueza en los siete moles (negro, coloradito, colorado, amarillito, verde, chichilo y manchamanteles), presentes en las fiestas oaxaqueñas. El caldo de piedra muestra la permanencia de algunas preparaciones que se hicieron desde épocas ya lejanas en diversas regiones del país: se calientan piedras de tamaño mediano, al rojo vivo; en un recipiente se pone agua y la vianda que desee cocerse, en especial pescado; las piedras se colocan ahí y el calor cuece todo en su propio jugo.

Cada región tiene sus especialidades. En el Altiplano, por ejemplo, se

⁴⁹ Roberto Williams García, “La diosa de la sal: los ámbitos de la mitología y el simbolismo”, p. 370.

⁵⁰ Alberto Mata Alpuche, *Los salineros de San miguel Ixtapan. Una historia tradicional de hoy*, pp. 72-74.

consumen flor de calabaza y huahuzontles en distintas salsas, nopales con los que hay decenas de recetas, charales, pato y chichicuillote asado o frito en su propia grasa. Los michtlapiques son pescados envueltos en hojas de totemoxtle, con epazote y quelites, que se asan sobre el comal. Las verdolagas, quintoniles, malva y otros quelites se cuecen al vapor. Los hongos silvestres se cocinan de distintas maneras: en sopa, asados, o en salsas diversas. Es frecuente el uso de la masa en tortillas, tlatlaoyos, memelas, totopos, quesadillas, atoles, tamales, chileatoles. Los moles y los pipianes para día de fiesta tienen característica propias en cada lugar. Hay distintos atoles; el de cacahuate es muy de esta región. Los evangelizadores se sorprendieron del estado de salud de los antiguos mexicanos. En las relaciones geográficas, encuestas preparadas en distintos momentos de la etapa virreinal con el propósito de inventariar las riquezas y conocer el estado que guardaba esta extensión del reino español, a la pregunta expresa de cuándo comían mejor, se recibía de manera constante la respuesta de que antes de la Conquista.

Sin embargo, desde entonces se fue imponiendo un cierto concepto de prestigio que abarcaba la alimentación: había la comida de pobres, de indios, y la comida de los españoles y criollos.

LA DIETA MEXICANA TRADICIONAL CONTIENE LOS ELEMENTOS NECESARIOS PARA UNA BUENA NUTRICIÓN Y ES GARANTÍA DE SALUD PARA MILLONES DE PERSONAS

Las clases sociales, tan jerarquizadas en la Nueva España, se dividían nítidamente por lo que comían. Los mestizos tenían un lugar intermedio. Así, los españoles comían sobre todo pan; los indios, tortillas. Al llegar la Independencia hubo quienes se dedicaron a exaltar el pasado indígena y a los indios contemporáneos, pero aun los liberales con pasado indígena inmediato y con conciencia social se unieron al coro de voces que atribuía el “atraso” del país a la manera de comer de los campesinos y las clases bajas: se mantuvo la pugna entre la cultura del maíz y la cultura del trigo.

Sólo entrado el siglo XX, investigadores mexicanos y estadounidenses

empezaron a comprobar la bondad del maíz y la tortilla, que en lo que se refiere al contenido proteico y su asimilación, se potencia al combinarse con el frijol y el chile. Otro alimento mexicano, el amaranto, se ha propuesto como posible recurso contra el hambre en el mundo.

Precisa Eusebio Dávalos Hurtado, en 1946:

Los autores modernos al presentar sus datos juzgan, desgraciadamente, con criterio occidental, valorando la riqueza alimentaria de un pueblo por el consumo que el mismo realiza de ciertos productos tales como leche, huevos, carne, etc. Si el consumo de ellos es bajo, lo catalogan de inmediato como subalimentado y deducen de su pretendida subalimentación una serie de explicaciones en su conducta.⁵¹

Dávalos hace después un análisis de la dieta prehispánica. Se refiere a la cocina, a las cualidades del maíz, a los muchos productos de recolección, pesca y caza que complementaban la dieta. A quienes afirman que los antiguos mexicanos no incluían la proteína necesaria en su alimentación, les responde citando testimonios de época como los de Juan Bautista Pomar, Hernando Alvarado Tezozómoc y Alonso de Zorita, que describen la alimentación de los habitantes de las orillas de los lagos, la presencia del amaranto, y enlista los animales que comían. Dávalos Hurtado señala además lo que México ha aportado a la cocina internacional: cacao, vainilla, jitomate, aguacate y guajolote, entre otros productos.

Una de sus referencias contemporáneas son los estudios del biólogo René Cravioto Barrera (1913-1969), que contribuyó de manera importante a la revaloración de la dieta tradicional mexicana. Señala la calidad nutritiva del maíz, el frijol, el chile, los quelites y la almendra del capulín, que en conjunto aportan los elementos necesarios para una buena alimentación.

En 1943, cuando se creó la Comisión Nacional de Nutrición, se empezaron a sistematizar los estudios en torno a la alimentación en México. De la Comisión surgió el Instituto de Nutrición, que sería más tarde el Instituto Nacional de la Nutrición, sin duda la institución de mayor prestigio en México en esta materia. En el Instituto, Francisco de Paula Miranda coordinó estudios con investigadores de dentro y fuera del país, cuyos análisis demostraron mediante métodos

⁵¹ Eusebio Dávalos Hurtado, *Alimentos básicos e inventiva culinaria del mexicano*, pp. 5-6.

occidentales que el conjunto maíz, frijol, calabaza y quelites, que desde hace cientos de años crecen en la milpa, es suficiente para proporcionar una dieta con los nutrimentos necesarios para una buena alimentación.

Recientemente el historiador Jeffrey M. Pilcher se ocupó de varios aspectos en su libro *¡Vivan los tamales! La comida y la construcción de la identidad mexicana*. Ahí menciona estudios que confirman que el maíz representaba el 80% de las calorías que comía el promedio de los indios mexicanos. Este cereal se potencia con la presencia del frijol y del chile; provee, además de proteína, hidratos de carbono complejos; contiene tiamina, riboflavina, niacina, vitamina B6 y ácido fólico, y minerales como calcio, hierro, cobre, zinc, fósforo, potasio y magnesio. Su alto contenido de fibras solubles permite reducir los niveles de colesterol y las insolubles contribuyen a un mejor desalojo del intestino. El chile dota de vitaminas A, C, y B, además de potasio, fósforo, magnesio y calcio.

Las fuentes de proteína van más allá de la combinación maíz-frijol. Es importante recordar que son muchas las especies animales que se consumen en las distintas regiones del país. Los campesinos suelen cazar tuzas, ardillas, tlacuaches y otros animales que son una plaga para los agricultores. Hay numerosas aves silvestres que son comestibles: huilotas, palomas, codornices. Aunque son especies hoy protegidas, en la dieta de numerosos grupos han estado presentes la iguana, el armadillo y el cerdo de monte (pecarí y pizotl).

Una fuente importante de alimento son los insectos, que se comían desde la época prehispánica. La mayoría son estacionales; por ejemplo, los gusanos del pino seco que comen los rarámuris son de febrero, mayo y agosto. Se requiere de gran conocimiento de la naturaleza para su recolección, pues se consumen en distintos estadios de su metamorfosis. Así, el gusano del madroño, que también comen los rarámuris, vive en su capullo por siete meses antes de convertirse en mariposa; el tiempo en que puede comerse es durante los dos meses en que está estático y cuelga de su bolsita.

Estudios realizados por Julieta Ramos Elórduy y Héctor Bourges, muestran que de los 817 alimentos que se consumen en México, 33 tienen alto contenido en proteínas; de ellos, tres son insectos. En siete de los municipios del Valle del

Mezquital, una de las zonas más pobres de México, los 13 insectos que se consumen sobrepasan el contenido de aminoácidos que señala la FAO. Se trata sin duda de una alternativa importante para la alimentación, sobre todo en las regiones áridas y semiáridas del país. Si se observan las prácticas de consumo desde las culturas mismas, se podrá corroborar la afirmación de la investigadora Ramos Elórduy, en el sentido de que comer insectos no es producto del hambre, sino una elección en la que además está presente el gusto. Incluso algunos de estos insectos se han convertido en alimentos muy demandados, verdaderas delicadezas gastronómicas, como los ya referidos escamoles.

Hoy, cuando en los centros urbanos se recomienda el consumo de plantas verdes por su contenido en fibra y clorofila, entendemos mejor la sabiduría de la dieta indígena que las incluye. De acuerdo con la clasificación prehispánica de los mexicas, estas plantas se agrupan como quelites, plantas verdes comestibles. Ahí encontramos verdolagas, quelite cenizo, quintonil, malva, chipilín, lengua de vaca, brotes de nabo, pápalo quelite, etc. Un análisis de su contenido nutritivo y de las variadas formas en que pueden cocinarse, está expuesto en el libro *Los quelites. Un tesoro culinario*, publicado por la UNAM y el Instituto Nacional de la Nutrición.

Los investigadores modernos han demostrado que hasta una porción pequeña de frijoles puede asegurar una nutrición adecuada en una dieta basada en maíz, debido al efecto sinérgico que multiplica el valor nutritivo que cada uno de esos alimentos brinda por separado. La calabaza añadía minerales y agua, importantes beneficios en un clima árido. Los chiles, notablemente nutritivos, redondeaban la dieta básica.

Aportaban vitamina A, así como distintas formas de vitamina B, contribuían a la digestión, inhibían las enfermedades intestinales e incluso ayudaban a reducir la temperatura corporal porque provocaban sudor...⁵²

En resumen, cada nicho ecológico ofrece gran cantidad de alimentos: frutas, verduras, semillas, vainas, raíces, especies animales de mar y tierra. Sólo las culturas que viven cerca de la naturaleza y la conocen, los pueden

⁵² Véase Jeffrey M. Pilcher, ¡Vivan los tamales!

aprovechar.

COMO CENTROS SOCIALES Y DE INTERCAMBIO COMERCIAL DE ALIMENTOS Y OTROS PRODUCTOS, LOS MERCADOS SON ENTIDADES CULTURALES DE GRAN RIQUEZA

Entre los antiguos mexicanos el *tianquiztli* o lugar de mercado tuvo importancia no sólo económica sino también ritual. En cada uno de ellos se colocaban símbolos religiosos y había dioses específicos para su protección, a los que había que rendir culto. Este se realizaba cada cinco días y estaba reglamentado y vigilado.

Los cronistas vieron con asombro el número de personas que se reunían en estos mercados, y la gran cantidad y variedad de mercancías. Hay textos muy conocidos, entre los que destacan los de Hernán Cortés en las *Cartas de relación*, de Bernal Díaz del Castillo en la *Real y verdadera historia de la conquista de México*, y de Bernardino de Sahagún, el fraile franciscano que reunió el más valioso documento para conocer la historia del altiplano prehispánico, en *Historia verdadera de las cosas de la Nueva España*.

Diego de Durán, otro franciscano, escribe en su *Historia de las Indias de Nueva España*, que los mercados son "apetitosos y amables" para los habitantes, que acudían a ellos con "fruición". El entusiasmo que despertaban era tal, comenta el fraile, que:

Paréceme que si a una india tianguera, hecha a cursar los mercados, le dijese: Mira, hoy es tianguiz en tal parte, ¿cuál escogerías más aína, ir desde aquí al cielo, o ir al mercado?, sospecho que diría: Déjeme primero ver el mercado, que luego iré al cielo. Y se holgaría de perder aquel rato de gloria por ir al tianguiz y andarse por él paseando de aquí para allá, sin utilidad ni provechos ninguno, sólo por dar satisfecho a su apetito y golosina de ver el tianguiz.⁵³

Lugar de encuentro al que acuden mercaderes de las inmediaciones así como de lugares muy distantes, en los mercados se intercambian noticias, se adquiere lo necesario, se come pues hay puestos varios de comida, y se llenan los ojos de color y los oídos con los pregones de los marchantes. Así fue y así

⁵³ *Historia de las Indias de Nueva España e islas de Tierra Firme*, Tomo I, cap. XX p. 178.

es. Escribe el poeta chileno Pablo Neruda en su autobiografía, *Confieso que he vivido*:

México, con su nopal y su serpiente, México florido y espinudo, seco y huracanado, violento de dibujo y de color, violento de erupción y creación, me cubrió con su sortilegio y su luz sorpresiva. Lo recorrí por años enteros de mercado en mercado. Porque México está en los mercados. No está en las guturales canciones de las películas, ni en la falsa charrería de bigote y pistola. México es una tierra de pañolones color carmín y turquesa fosforescente. México es una tierra de vasijas y cántaros y de frutas partidas bajo un enjambre de insectos. México es un campo infinito de magueyes de tinte azul acero y corona de espinas amarillas. Todo esto lo dan los mercados más hermosos del mundo. La fruta y la lana, el barro y los telares, muestran el poderío asombroso de los dedos mexicanos fecundos y eternos[...] mercados donde la legumbre es presentada como una flor y donde la riqueza de colores y sabores llega al paroxismo.⁵⁴

Junto con los comerciantes más prósperos conviven las señoras que con su mercancía marcan las estaciones del año: las flores de calabaza de la época de lluvias, recolectadas casi en la madrugada, o los hongos silvestres de distintas clases (escobetilla, yema, pata de pájaro, clavito), y los distintos quelites, la verdura por excelencia, que nace cada año en la milpa o en el campo. En la multitud hay personas que venden cabezas de ajo o hierbas de olor; muchas mujeres completan el gasto familiar ofreciendo tamales y otros alimentos. La algarabía de los pregones invade el ambiente.

Se ha conservado la especialización en ciertos mercados urbanos. En la Ciudad de México, en el de Jamaica se venden flores y hortalizas, como ocurría cuando llegaban hasta ahí en canoa o en trajinera por los canales, desde Xochimilco. En el mercado de Sonora hay loza, molcajetes, animales vivos, hierbas medicinales y especias. Hay un mercado central dedicado a la venta de productos del mar. El mercado de San Juan, cerca del centro, es notable porque ahí pueden encontrarse los ingredientes necesarios para hacer no sólo la comida mexicana, sino la de cualquier parte del mundo.

⁵⁴ Pablo Neruda, *Confieso que he vivido*, pp. 213 y 214.

Y en todos estos mercados hay lugares para comer, mesas en torno a las cuales se agrupan personas, familias enteras que buscan una comida corrida por un precio módico, o unas quesadillas o semitas con queso, o nieve de pitaya, o tesgüino de maíz fermentado, o cochinita pibil, o tacos de barbacoa, según el lugar de que se trate.

En diversas poblaciones de México se conservan además mercados que se instalan en la calle un día determinado de la semana y que datan de la época prehispánica. Mencionemos como especialmente llamativos el de Juchitán, en Oaxaca, o el de Chilapa en Guerrero. En esta población, desde hace cientos de años se instala los domingos uno de los mercados más importantes del país. Desde muy lejos llegan las mercancías: pescado seco de la costa de Oaxaca, molinillos del estado de México, cazuelas de Michoacán y Puebla, que compiten con las de la cercana Atzacualoyan.

De los alrededores provienen maíz azul y rojo, variedades de chile y frijolo que no se consiguen en ninguna otra parte, jitomates de costilla que han desaparecido de los mercados urbanos, espuma de azúcar virgen de color ocre, ciruelas nativas que se venden por medida, tamales de todas clases, una calle llena de pan de dulce de las más variadas formas; otra en que sólo se venden ajos. En las frutas se refleja la biodiversidad de México. Muchos productos descritos por los cronistas pueden encontrarse aquí.

Hay además fechas señaladas en las que los mercados muestran el paso del tiempo, el ciclo de vida. Así en Morelos, en la población de Tepalzingo, una vez al año, el tercer viernes de Cuaresma, se pone un mercado que alineado mide kilómetros. Cada quien reconoce su lugar en aquella inmensidad; muchos llegan de lejos y dado el sentido comunitario de los mexicanos no es difícil que los vecinos del pueblo permitan a los tianguistas pasar la noche en el patio de su casa. Y ahí surgen compadrazgos, pues en reciprocidad, a los hospitalarios dueños se les pide que lleven al nuevo hijo a bautizar. Son redes que permanecen y que pasan inadvertidas para quienes viven en las ciudades y han roto el contacto con la naturaleza y con los valores de la vida en comunidad.

Quizá el momento culminante de los mercados es la venta cercana a los

Días de Muertos. Entonces el olor del copal se mezcla con el del cempasúchil, la creatividad de los panaderos se vuelve inagotable y las velas, los incensarios, las cazuelas y platos para poner la comida favorita del difunto tapizan los puestos; lo mismo los chiles secos que completan los que poco a poco se han adquirido de manera previsoramente para que el gasto no parezca tan fuerte, las hojas de maíz o de plátano para los tamales, y el tequelite si el mercado está en la Huasteca.

Para estas fechas las familias se reúnen; la madre o la abuela serán el eje en torno al cual se realicen las actividades: la tradición se perpetúa, se reafirma el grupo familiar y las relaciones sociales, pues en muchos casos casi cualquier visitante podrá asistir a las ofrendas y aun llevarse un tamal o tomarse un café con pan de dulce.

La importancia económica de los mercados los vuelve ejes en muchas regiones. En la Mixteca baja, por ejemplo, destaca el mercado semanal de Tlaxiaco. Ahí concurren a veces desde Puebla, Morelos y otros lugares, numerosos comerciantes. Llegan también los pequeños productores de los alrededores que aprovechan para vender unas cuantas mercancías que les permiten equilibrar el presupuesto familiar.

El mercado tiene un orden establecido, tal como en la época prehispánica. Los vendedores de distintos tipos de mercancía tienen adjudicados sus lugares de antemano. En un mismo punto podrá encontrarse por ejemplo comida, como barbacoa, y pulque; en otro, verduras, chile costeño y otros enseres; más allá se concentran quienes venden frutas, verduras o sarapes; en una calle específica se venden las gallinas vivas; haciendo zig-zag entre los puestos como una estrategia, se ve a los vendedores que tratan de colocar a buen precio las papas o los tomates que traen en una bolsa. Hay artículos que suelen vender sobre todo las mujeres; en otros casos hay indistintamente hombres y mujeres. El precio del maíz será determinante, pues al ser de primera necesidad, si el precio es alto, se venderán poco otros productos.

Como el día de mercado en Tlaxiaco es el sábado, desde el viernes se inician los preparativos y empieza a llegar la gente:

los comerciantes se dedican a sacar de sus cajas y fardos las mercancías recién llegadas, acomodándolas debidamente para que estén a la mano, listas a ser despachadas; los carniceros matan muchas más reses que de costumbre, unos preparan barbacoa, otros chicharrones, chorizos, longanizas, y otros finalmente arreglan las porciones de carne que serán despachadas al día siguiente.⁵⁵

Los que vienen de fuera dormirán en los portales que rodean el centro de la ciudad o en modestos hoteles o mesones. Es interesante observar qué y dónde comen los distintos actores en un mercado. Algunos comerciantes compran comida a mujeres que van ofreciéndola de puesto en puesto; la disfrutan sin abandonar sus actividades, entre venta y venta. Los indígenas trajeron posiblemente su itacate: tortillas, chile, sal y algunos guajes; también comen y atienden a sus clientes. Los compradores pueden acucillarse alrededor de los puestos donde se venden alimentos; otros se retiran a las calles aledañas para comer lo poco que han traído de su casa.

Sin duda los mercados tienen la función esencial de ser lugares de intercambio social. De acuerdo con Alejandro Marroquín:

[El] ritmo lento del mercado permite la expansión social; la gente acude a comprar o a vender, pero también a ver rostros conocidos, a saludar a los viejos amigos, a escuchar el relato de las novedades más importantes de la región y a aprender nuevos estilos de vida [...La] dispersión en que viven algunos pueblos e incluso barrios de Tlaxiaco, no permite el trato frecuente de sus habitantes, de manera que es el tianguis del sábado el lugar de concentración en donde semanalmente se encuentran y en donde pueden entregarse al placer del intercambio amistoso.⁵⁶

En los mercados puede verse la manera en que los mestizos imponen sus reglas a la población indígena, que, por el desconocimiento de la lengua imperante, el español, queda en desventaja; se observan también las prácticas abusivas de los acaparadores; el trueque, común en Mesoamérica; y los tipos de consumo (el necesario, el que se requiere para tener prestigio frente a la comunidad y el que implica derroche). México está en sus mercados.

ALGUNOS DE LOS PRODUCTOS QUE LOGRARON LOS CIENTÍFICOS MEXICANOS A PARTIR DE LA INVESTIGACIÓN Y LA TECNOLOGÍA, COMO

⁵⁵ Alejandro Marroquín, *La ciudad mercado*, Tlaxiaco, p. 177.

⁵⁶ Idem, pp. 218-219.

EL MAÍZ, EL CHILE, EL JITOMATE, EL CACAO Y LA VAINILLA, HAN ENRIQUECIDO LA DIETA DE OTROS PAÍSES DEL MUNDO. TAMBIÉN SE HAN DIFUNDIDO IMPORTANTES TÉCNICAS CULINARIAS COMO EL REVENTADO DE LOS CEREALES, LA FERMENTACIÓN DEL CACAO Y DE LA VAINILLA Y LA NIXTAMALIZACIÓN, ENTRE OTRAS

A partir del siglo XVI hubo importantes aportaciones de productos de origen mexicano en Europa, que se reflejaron en nuevas costumbres alimenticias; serían los más importantes: maíz, jitomate, chile y algunos tipos de frijol y calabaza; también cacahuate, camotes y cacao, que estarán, presentes en la comida cotidiana en diversas poblaciones europeas, asiáticas y africanas. De acuerdo con algunos autores, los cultivos originarios de América constituyeron para el resto del mundo un tesoro mayor que el oro y la plata americanos. En China, por ejemplo, los cultivos de este origen constituyen el 37% de los alimentos que se consumen.⁵⁷

El maíz

En Canarias, España, el golfo, platillo tradicional, se elabora con maíz; en Italia, desde el siglo XVIII este cereal se combina con leguminosas y verduras, y ha sido utilizado para elaborar pan, frituras, pizzas y polenta. Por más de dos siglos el maíz constituyó un elemento de mediación entre "pan blanco" y "pan negro". Ha dado origen a "numerosos platillos y preparaciones que permanecen en la memoria de la población y que con frecuencia son objeto de recuperación más o menos nostálgica".⁵⁸ La cultura del maíz se ha extendido a los lugares donde emigran los mexicanos: en Estados Unidos, se producen 10 millones de tortillas diarias, tan sólo en Nueva Jersey; numerosos estadounidenses las consumen, además de las personas de origen mexicano. De acuerdo con las estadísticas, hay cerca de 250 mil establecimientos que ofrecen comida mexicana en Estados Unidos: desde pequeñas taquerías hasta restaurantes de lujo.

El frijol

⁵⁷ Véase Herman J. Viola y Carolyn Margoles (eds), *Sedes of change*.

⁵⁸ Vito Teti, "América y los 'americanos' en el Mezzogiorno italiano" en *Ensayos sobre alimentación y culinaria*, p. 57.

El frijol también se ha incorporado a la comida de otros países. En Italia se utiliza para hacer pan, al igual que otras leguminosas como chícharos, lentejas y garbanzos. Son conocidos como la "carne de los pobres", porque aportan proteínas ahí donde faltan la carne y otras proteínas animales. En España hoy se cultivan cerca de 200 variedades de lo que ahí llaman alubias y judías. La mayor parte de ellas fueron llevadas a la península desde México y el Caribe. Están presentes en uno de los platos tradicionales ibéricos: los cocidos.

El jitomate

El jitomate tiene un lugar aparte. Fue cultivado en Europa como planta comestible desde el siglo XVI, y a fines del siglo XVIII y en los albores del XIX, ya se encuentra en los libros de cocina publicados en Nápoles. Un antecedente de lo que será la tradicional salsa de jitomate a la manera italiana, con la que se aderezarán tantos platos, aparece en el libro de Ippolito Cavalcanti, *Cocina casarinola en lengua napolitana* (1839). Los jitomates hervidos, molidos y colados, se sofríen en manteca de cerdo y aceite, y se sazonan con pimienta y sal.

De ese tiempo data la relación entre la pasta, la *pizza*, y el jitomate. Testimonios de la época se refieren a la sorprendente cantidad de jitomates que se encontraban en los mercados de la región meridional de Italia. Hoy el jitomate está asociado a la famosa "dieta mediterránea", que se ha popularizado en el mundo. De sus cualidades son testimonio la manera en que se conoce en algunas lenguas: *pomo d'oro* en italiano; *paradicsom* en húngaro, donde antes fue "manzana del paraíso".

El chile

Otro ingrediente que acompaña a las preparaciones mediterráneas es el pimiento, derivado del chile mexicano, que aparece en Europa en el siglo XVIII. Como vemos por su nombre, se asoció con la pimienta; en francés fue *poivron* y *peperone* en italiano.

Vito Teti ofrece datos importantes para la historia de la difusión de esta

planta en el mundo. El chile fue utilizado primero en Europa para conservar alimentos; también como medicina, y después como alimento. Ya a fines del siglo XVI el chile se utiliza para elaborar el "pan de especias", popular en el norte de Italia. A mediados del siglo XIX en poblaciones como Cilento y Puglia, "el alimento principal de las clases pobres es el agua-sal, un pan de trigo, duro, negro", que se mezcla con algarrobo, centeno, habas, papas, y "se come remojándolo en agua caliente que contiene un poco de sal, unas gotas de aceite y chile".⁵⁹

A diferencia del maíz, cuyo uso ha disminuido, el del chile como condimento se ha incrementado en el mediodía italiano. Desde el siglo XVIII, importantes cocineros utilizaban pimienta y chile en recetas dirigidas a la población de mayores recursos. Hoy casi no hay platillo ni embutido que no lleve chile: "tener al alcance de la mano un chile, fresco o en conserva, sobre todo en los meses invernales, es una práctica generalizada".⁶⁰

Este fruto (*Capsicum annum* y *Capsicum frutescens*) se ha arraigado de tal manera en dicha región de Italia, que hoy es signo de identidad entre los calabreses que han emigrado. Por su conducto ha vuelto a América, y quienes viven en Canadá lo cultivan en su casa y lo cuelgan en trenzas en la cocina, tal como hacían en Italia. Para ellos "el chile no representa sólo un retorno a los sabores y los olores del universo dejado atrás, sino también una especie de carta de identidad y cultura que debe presentarse y exhibirse".⁶¹ Además de tener relación con la identidad de una región, el chile tiene en diversos lugares de Italia una connotación simbólica que pocos productos de los que salieron de México han alcanzado.

Una conocida editorial alemana eligió para portada de su libro sobre especialidades húngaras un conjunto de chiles. El libro inicia con la *paprika* (chile molido), palabra cuyo equivalente en español es pimentón. Se considera el condimento típico de Hungría. El primer dato húngaro que documenta la presencia del chile data del siglo XVII; quizá llegó a través de los turcos, pero se

⁵⁹ *Ibid.*, p. 60.

⁶⁰ *Idem.*, p. 60.

⁶¹ *Idem.*, p. 65.

reconoce como originario de América. Ya a fines del siglo XVIII se encuentran recetas de platillos condimentados con *paprika*. El famoso cocinero francés Escoffier la conoció en Hungría y la propagó en Europa. Hoy podemos ver colgadas de los techos de las casas húngaras ristras de chiles secándose al sol. Hay poblaciones que se han especializado en su cultivo: por ejemplo Szeged, que se encuentra a orillas del río Tisza, y Kalocsa, en las márgenes del Danubio. Si el cultivo ha de ser cuidadoso, el secado y el molido requieren aún más cuidados.

A lo largo del tiempo se han logrado diversas variedades de chile y distintos tratamientos como quitarles las semillas y las venas, que dan lugar a calidades de *paprika*, como la especial de rojo encendido, fragante y dulce; la suave, poco picante de molido no muy fino; la picante que va del rojo marrón al amarillo, entre otras. El *gulasch*, platillo que se identifica con la cocina húngara, se condimenta con abundante *paprika*; lo mismo ocurre con preparaciones nacionales como el *porko/t*, el *paprikas* y el *tokány*.

Podríamos continuar el recorrido con la cocina china que utiliza una salsa hecha de una mezcla de chiles, sal y vinagre y tiene numerosos platillos con ese fruto, sobre todo en la provincia de Izechuán. En la India, tanto en el norte como en el sur, también se ha incorporado el chile como condimento; se usa en distintos *curries* y en algunas de las mezclas de especias que se conocen como *masala*, que, por cierto, guardan cierta similitud con los moles mexicanos y son tan variados como estas salsas mexicanas; cada región y casi cada familia tiene su propia receta. Las cocinas de Tailandia, Birmania e Indonesia utilizan diversas variedades de chile en las salsas llamadas *gulehs* o *kares*; los *sambals* son una mezcla de chile, que en ciertas regiones se combinan con pasta de camarón. Los chiles están presentes, además, como adorno en los platillos, y abundan en los mercados.

En platillos españoles como el bacalao a la vizcaína, interviene una variedad de chile dulce o pimiento. También encontramos el pimentón, equivalente al *paprika*. Este condimento es fundamental en la elaboración de los embutidos. También se usa en platillos regionales como la caldereta extremeña

o los pulpos a la gallega. Las guindillas, fruto del guindillo de Indias, otra variedad de *Capsicum*, acompañan con su especial sabor varios vegetales y carnes "al ajillo".

En Extremadura se cultivan un buen número de variedades de chile (*Capsicum annum*), con diferentes grados de picor; algunas se convertirán en pimentón. Hay lugares como Murcia, donde el pimentón se ha secado al sol, y otros en los que el pimentón se seca al humo. En las islas Baleares se recurre a procedimientos industriales en los que el secado se hace al vapor. En todos estos lugares, el trabajo en torno al pimentón tiene particular importancia económica.

Y desde luego, el chile se cultiva en grandes cantidades en Nuevo México, que fue antes territorio mexicano. En algunas poblaciones de ese estado, pueden verse colgando, en la época de cosecha, largas cuerdas con chiles que se asolean en los techos de las casas o en terrenos baldíos a la manera tradicional como en muchos pueblos de Sonora. Después el chile se "rescolda", esto es, se asa en hornos alimentados con gas.

El amaranto

Esta planta (*Amaranthus hypocondriacus* y *Amaranthus cruentus*), sagrada para los antiguos mexicanos, de gran consumo en la época prehispánica, originaria de México y Guatemala, se ha extendido por el mundo; se considera que la proteína de su semilla es casi perfecta, pues reúne en cantidades adecuadas los aminoácidos que se requieren para la nutrición humana.

Los españoles la llevaron a Europa desde el siglo XVI, donde se cultivó primero como planta de ornato. Su propagación fue tan amplia que en el siglo XVIII hay datos de su presencia en la India y Ceilán; en el siglo XIX un viajero escribía que las inflorescencias de la planta teñían "con llamas las desnudas laderas de la montaña". Pronto la India se convirtió en un segundo centro de diversificación del amaranto. En Decca, al norte del país, se encuentra un importante banco de germoplasma.

Es digno de mención que la semilla también tiene connotaciones sagradas

en la India. Se le conoce como *rejgira* o "semilla real" y como ramadaza o "semilla enviada por Dios". Los hindúes preparan con amaranto reventado un dulce similar a las alegrías mexicanas; su nombre es *ladoos*; también elaboran con ella una especie de atole. Se consume solamente en ciertas fiestas religiosas en las que se prohíbe comer otros cereales. Hay panes de harina de amaranto, los *patties*; las *chapattis* se hacen a veces con esta misma harina. Con las hojas de la planta y hojas tiernas de mostaza, cocinadas con arroz, elaboran un platillo llamado *phambra*.

En el Tibet se siembra amaranto desde hace más de cien años. De acuerdo con un testimonio de 1958, la golosina china llamada *tien-shu-ze* o "mijo del cielo", se hace con semillas de amaranto reventadas; se mezcla con una pasta de maltosa que se obtiene al fermentar arroz o mijo, y cuando se enfrían se cortan en rebanadas delgadas.

Hacia 1982 se extendió en China el cultivo de amaranto en suelos salinos y poco húmedos, con magníficos resultados. Con harina de la semilla se preparan panqués y fideos; las hojas se comen al vapor como verdura, y con la amarantina, color que proviene del follaje, se colorea la soya, eliminando así colores artificiales que pueden dañar al hombre; también se utiliza como forraje. China es, en el mundo, el país en el que se siembra el mayor número de hectáreas de amaranto. En varios países africanos como Kenia, Tanzania y Zimbawe, se ha experimentado con amaranto para enriquecer la dieta, tanto con las hojas como con harina y la semilla reventada (como cereal).

Los indios que habitaron lo que hoy es Estados Unidos conocieron el amaranto desde hace cientos de años. Desde hace tiempo hay numerosos proyectos que plantean que el amaranto puede ser una solución para el hambre en el mundo. En los años setenta se creó la *RodaJe Foundation* y el *RodaJe Research Center*, así como el *American Amaranth Institute* de Minnesota. En el estado de Iowa se ubica el banco más importante del mundo con germoplasma de esta semilla; las semillas que provienen de México son las que mayor cantidad de grano producen.⁶²

⁶² Véase Cristina Barros y Marco Buenrostro, *Amaranto*.

El Cacao

Con esta semilla, que desde la época prehispánica se procesa fermentándola, secándola y moliéndola, se elabora, también desde entonces, la bebida llamada chocolate. Quizá se conoció en España en 1544, durante la visita que hicieron unos nobles mayas kekchíes a Felipe II: se dice que entre otros presentes llevaron "recipientes de chocolate batido". La bebida fue adoptada en España y de ahí pasó a otros países de Europa. Fue uno de los principales productos que se exportaban desde México, pues tenía gran aceptación en las clases medias y altas que podían adquirirlo en forma de tablillas o en grano.

Hay testimonios que registran que todavía en 1870 los dulceros y farmacéuticos del sur de Francia hacían moler su chocolate en metates "*a la azteque*"; los especialistas eran, sobre todo, judíos españoles y portugueses que viajaban de casa en casa con este instrumento de origen mexicano. Las chocolaterías fueron centros de reunión y de discusión política en una época de gran efervescencia en la historia inglesa.

Si bien el cacao se molía para transportarlo en largas travesías y servir como alimento de los guerreros y los mercaderes (pochtecas), y también hacían pellas con pasta de cacao ya en la época prehispánica, la industrialización del chocolate en tablillas para comerse directamente, y de la cocoa para batir con leche, surgió en países europeos como Holanda, Inglaterra y Suiza. Después el cacao se industrializó en Estados Unidos. A partir del cacao de origen mexicano, se han establecido emporios millonarios como Suchards, Tobler o Hersheys.⁶³

La Vainilla

La vainilla es, junto con el chocolate, uno de los sabores que más se ha popularizado en el mundo. Se utiliza en la repostería y también en la fabricación de helados, refrescos y licores. La vainilla que se cultiva en el norte del estado de Veracruz, su lugar de origen, es la más apreciada. Llegó a España en el siglo XVI, donde se le utilizó como medicina. Después se agregó al chocolate y la

⁶³ Véase Martín González de la Vara, Historia del chocolate, y Sophie D. Coe y Michael D. Coe, *La verdadera historia del chocolate*.

demanda aumentó hacia el siglo XVIII. Nora Reyes Castilla y Martín González de la Vara ubican su uso en la repostería europea a mediados de ese siglo: es claro que fue uno de los cultivos más importantes en la Nueva España. Los mismos autores se refieren a documentos que permiten saber que a principios del siglo XIX salían para España 700 mil vainas o ejotes de vainilla al año, lo que significaba un costo de medio millón de pesos de entonces.⁶⁴

El botánico belga Charles Morren polenizó artificialmente la vainilla en 1836, por lo que se pudo cultivar en lugares ubicados en el trópico asiático y en África. Hoy la vainilla natural ha sido sustituida parcialmente por la vainillina, pero el sabor delicado de la auténtica vainilla sigue siendo apreciado por los conocedores y por los grandes reposteros.

Otros productos alimenticios vegetales originarios de México se han extendido en el mundo. Entre otros: achiote, aguacate, calabaza, camote, girasol, guayaba, jícama, nopal, y diversos frutos como chicozapote, mamey, papaya, zapote negro, guanábana y chirimoya.

El Guajolote

Esta ave fue domesticada por los indios mesoamericanos, que aprovecharon su carne para guisarla en salsa de chile, barbacoa y otros platillos. Los españoles lo llevaron hasta Perú y desde luego a España. Posiblemente llegó desde 1519 y de ahí se propagó por Europa. En la primera mitad del siglo XVI ya había guajolote en Alemania y en Francia. Los italianos lo conocieron como *gallus indicus* y lo apreciaron como alimento. En su libro *Tesoro de la salud* (h. 1580), Castore Durante dice que en “sabor, en bondad y en nutrimento no pierden los pollos de India ante los pollos nuestros”; su carne es “óptima y candidísima [blanquísima] y supera a todas las demás porque tiene un sabor grato y es sana, por lo que es fácil de digerir, de mejor alimento y de menor derroche”.

El guajolote también llegó a Inglaterra; los ingleses lo llamaron *turkey*, derivado de turco, pues así nombraban a todo lo que viniera de fuera o les parecía exótico. Años más tarde los colonizadores llegarían a Estados Unidos

⁶⁴ “Tlilxóchitl”, en *Arqueología Mexicana*.

con un guajolote bajo el brazo, pues consideraban que era un animal resistente y fácil de propagar. Se sorprendieron al encontrar cientos de estos animales que vivían de manera silvestre en los bosques. Hoy es el plato principal el Día de Acción de Gracias, fecha en que recuerdan su llegada a tierras americanas; también suelen comerlo en Nochebuena. Horneado así, aun en México, su lugar de origen, cambia el nombre de “guajolote” a “pavo”. El mole, que es comida de celebración, lleva como carne guajolote y también en otros países esta ave se ha convertido en comida de gala.

Las técnicas culinarias

Cuando los antiguos mexicanos generaron la técnica de reventar cereales como el amaranto y el maíz palomero, por medio del calor, dieron paso a la industria de los cereales procesados.

Para cocer tamales al vapor, los indios prehispánicos inventaron la vaporera o tecontamalli, que antecedió a la actual olla *express*. Se trata de una olla de barro en cuyo fondo se ponía un emparrillado de cañas, sobre el cual se colocaban los tamales; cuando se deseaba un cocimiento rápido, la olla podía taparse con un plato y sellarse con masa de maíz. El investigador Heriberto García Rivas se refiere al cocinero francés Antonin Careme, quien hizo un reconocimiento a los antiguos mexicanos como pioneros en el uso de la vaporera. En 1770, el científico mexicano José Antonio de Alzate, al presentar su memoria de ingreso en la Academia de Ciencias de París, mencionó a la olla para cocer tamales de los mexicanos como un procedimiento que conservaba los valores nutritivos de los alimentos. Hoy este método es de uso universal.⁶⁵

La nixtamalización del maíz, a la que nos hemos referido aquí, se extendió en distintos países de América. Los procedimientos para fermentar el cacao y la vainilla, son otras dos tecnologías aportadas por los antiguos mexicanos a la cocina internacional.

⁶⁵ Heriberto García Rivas, *Dádivas de México al mundo*, pp. 85-86.

LA TENDENCIA DEL PUEBLO MEXICANO A SUBRAYAR EL ASPECTO ESTÉTICO EN LAS DISTINTAS EXPRESIONES CULTURALES, INCLUIDA LA COMIDA, GENERA UNA MULTITUD DE OBJETOS ARTESANALES DE USO DIARIO EN LAS COCINAS Y MESAS MEXICANAS

No puede pensarse la cocina mexicana sin algunos elementos básicos para la preparación de los alimentos. Los fundamentales y más antiguos son el molcajete, el metate y el comal. Los metates y molcajetes se han hecho de piedra volcánica desde tiempo inmemorial. Persisten a pesar de los embates de la modernidad. Hay lugares que se han especializado en hacerlos; se trata de poblaciones que pueden abastecerse del material porque se encuentra en las cercanías. Entre los metates puede haberlos con tres o cuatro patas o sin ellas; en este último caso se llaman huililes y son característicos de ciertas zonas de la costa del Golfo y el Pacífico.

Son famosos los metates tallados en El Seco, estado de Puebla. Llamen la atención por sus decorados. Los molcajetes tienen tallada una cabeza de cerdo o un conjunto de flores (los hay con nombres propios que identificarán a la dueña). Otro lugar reconocido por este trabajo artesanal es Comonfort, en el estado de Guanajuato. El trabajo comienza con la selección de la piedra en antiguos depósitos. Vendrá después el debastado grueso, que se afinará poco o poco con unas cuantas herramientas muy sencillas pero eficaces. Algunos artesanos pueden lograr tallas que pasan de lo artesanal a lo artístico.

No todos los molcajetes son de piedra; los hay también de barro. Sorprende, por ejemplo, la similitud entre los que pueden verse en los mercados de la región del Totonacapan en Veracruz, y los restos arqueológicos que se encuentran en la zona. Se trata de unos recipientes de tres patas, cóncavos. En el interior se rayan para que la superficie rugosa permita moler chiles y jitomates, pues sobre todo se usan en la elaboración de salsas. Los hay pintados a mano con motivos florales.

Los comales de barro son otro implemento de uso diario. Se trata de una plancha en la que no sólo se cuecen las tortillas, sino que también se asan cierto tipo de preparaciones, como los mextlapiques que se envuelven en hoja de

maíz. El comal puede asentarse sobre las brasas y sobre él colocar las ollas para mitigar la fuerza del calor, cuando se requiere un cocimiento lento. Hay comales de los más diversos diámetros. Algunos de gran tamaño requieren de gran maestría para hacerlos, porque hay que extender el barro con cuidado y cocerlo sin que se rompa. Del grosor y de lo homogéneo del cocimiento dependerá la calidad del comal.

La alfarería se expresa también en ollas, cazuelas y jarros. Los hay para usos determinados. Una olla con boca estrecha será útil para cocer los frijoles, pues es necesario que el agua se consuma lentamente. La preparación de los moles requiere de cazuelas hondas. Las hay para hacer desde cinco hasta 20 kilos de este guiso. Sus paredes son gruesas para que el mole no se pegue, y llevan hasta cuatro asas para cargarlas mejor. En los jarros puede prepararse una infusión, chocolate o café; los pequeños sirven para beber.

Cada uno de estos elementos da pie a una gran creatividad por parte de los artesanos. Hay estados y poblaciones que se especializan en hacerlos. Cada lugar tiene su sello, sus peculiaridades. Oaxaca, por ejemplo, es famosa por el vidriado verde; Puebla por el vidriado negro con el que se logran atractivos dibujos abstractos; en Michoacán hay cazuelas que se puntean, como las de Capula; otras llevan flores pintadas sobre el barro, que luego se somete al vidriado. El barro al natural de tonos rojizos es típico de Atzacualoyan, Guerrero, donde con pocos elementos se hacen piezas de gran belleza. En Jalisco, Tonalá es reconocida por sus botellones para conservar el agua fresca.

Los instrumentos de madera (molinillos, cucharas, tortilladoras, cuchareros, tablas para colocar los trastes calientes o para picar, y las bateas), son otra especialidad. También destacan los textiles; las servilletas y manteles bordados y deshilados tienen infinitos diseños. Entre las bordadoras destacan las mujeres indígenas (purépechas, mazahuas, otomíes, nahuas, huastecas, mayas). El deshilado suele corresponder a poblaciones mestizas de Aguascalientes, Zacatecas, y el Estado de México entre otras. Una mujer que se respete envolverá sus tortillas llevando una servilleta limpia y bien bordada. De la misma manera cubrirá su jarro o su canasta si lleva algún producto para vender en el

mercado. Cazos, jarras y otros recipientes de cobre completan la lista. Algunos de ellos son piezas de arte.

La cestería es otra artesanía vinculada con la cocina. En chiquihuites hechos de otate, palma y otros materiales se guardan las tortillas y se presentan a la mesa; los de carrizo provienen, por ejemplo, de San Lucas Pío, en Michoacán. Las canastas se utilizan para trasladar la compra hecha en el mercado; se hacen con vara de sauce, entre otros materiales; las hay de distintos tamaños. Las semaneras, por ejemplo, tienen capacidad para guardar la compra de una semana. También hay poblaciones dedicadas a la elaboración de canastas. Es el caso de Tenancingo, en el Estado de México.

Con fibras como el tule se hacen pequeños petates en los que se arrodillan las mujeres para moler en el metate, y bolsas para la compra. Suelen elaborarse en poblaciones cercanas a las zonas lacustres, como serían los pueblos de Ichupio, Puácuaro y San Jerónimo en las orillas del lago de Pátzcuaro, y otros pueblos que se encuentran en las orillas del río Lerma en el Estado de México.

Es importante señalar que a partir de las artesanías aquí citadas se establecen amplias cadenas comerciales; son la base económica de familias enteras en las poblaciones que se especializan en hacerlas; incluyen a personas de todas las edades, pues participan los abuelos, los padres y los niños, que así continúan la tradición. Su quehacer los ubica e identifica social y culturalmente. La conservación de la materia prima con que trabajan es indispensable para que estas expresiones se mantengan.

Muchos de estos utensilios de cocina y trastes para servir la comida se convierten en adornos en las casas mexicanas. Las cazuelas aparecen colocadas en la pared hasta no dejar un hueco; los jarros, vasos, platos se distribuyen con armonía en los trasteros de madera; son el orgullo del ama de casa.

No sólo los utensilios expresan el sentido estético vinculado a la mesa y a la cocina de los mexicanos. Basta acercarse a un mercado para ver cómo las vendedoras y vendedores han colocado sus puños de semillas, de chiles, de frutas. Una ensalada de habas o nopales es casi irresistible: sus tonos verdes se

mezclan con el rojo del jitomate y el blanco de las rodajas de cebolla. La manera de preparar una torta o de servir un plato de enchiladas tiene siempre ese toque especial que va más allá de la simple nutrición y despierta el goce.

En la elaboración misma de los alimentos también está presente el sentido plástico. Así, en algunos pueblos de Guanajuato las tortillas de boda se hacen con maíz de diversos colores y se sellan con elementos como el olote del maíz o la estrella que forma el corte transversal de una cactácea, entre otros. Las "cuelgas", collares que se entregan a los visitantes o festejados en ocasiones señaladas, en los que las flores y diversos panes se alternan, son llamativas en su presentación. Todo ello para no hablar de la distribución de los alimentos, velas, vasos, flores y retratos en las ofrendas de muertos.

Podemos encontrar una variedad infinita de formas y adornos en el pan, en especial el dulce: grageas, coco rallado, chocolate, azúcar en grano grueso y fino, blanca o teñida de rojo, piloncillo rayado, además de los "bordados" que hacen los panaderos de poblaciones dedicadas especialmente a la panadería como Comala en Colima; San Juan Totolac y San Juan Huactzingo en Tlaxcala; Chilapa en Guerrero; Tingüindín en Michoacán; y Acámbaro en Guanajuato, señalado por la sobriedad de sus piezas.

La dulcería es otra fuente de sorpresas. Ahí el color y la forma, aunados a los sabores, colman los sentidos. En Puebla los escaparates de las dulcerías muestran picones, camotes decorados, tortitas de Santa Clara, figuritas de almendra y de pepita; con esta misma pasta hecha con las semillas de calabaza, en Villa Guerrero, estado de México, se hacen gallinitas, conejos, patitos, jarras, etc., para las ofrendas de Muertos. Para estas mismas fechas se hace "dulce vaciado" en San Luis Potosí y Oaxaca, figuras de alfeñique, herencia árabe, con azúcar y la savia de la orquídea *Bletia campanulata* de origen mexicano. Para Semana Santa, Zacatecas y Aguascalientes ofrecen charamuscas de colores bellamente decoradas. En Xochimilco, Distrito Federal, puede encontrarse una gran cantidad de dulces cubiertos, y también para Muertos, calaveras de azúcar que se adornan con creativas filigranas.

Cada pueblo, cada ciudad, cada familia productora, finca su identidad en

este quehacer y en conjunto caracterizan a México. Lo que sale de sus manos viaja incluso al extranjero, para que quienes viven lejos de su país de origen recuperen en estas formas y sabores algo de lo que, por diversas circunstancias, tuvieron que dejar atrás.

OTRAS MANIFESTACIONES CULTURALES COMO LA POESÍA, LA CANCIÓN POPULAR, EL REFRANERO Y LA PINTURA, HAN TENIDO COMO TEMA LA COCINA, SUS INGREDIENTES Y PLATILLOS

Desde la época prehispánica, poetas anónimos y conocidos se refirieron al alimento, al maíz o a alguna otra planta comestible. Durante el virreinato, diversos escritores elogiaron a través de la poesía la cocina mexicana. Los primeros fueron españoles que veían con asombro las nuevas tierras; poco después los criollos tomaron la pluma para alabar los productos y los alimentos de México. Muchos investigadores consideran que se trata de expresiones de afirmación de la identidad y la pertenencia: hijos de españoles expresando su orgullo hacia la tierra natal.

Durante el siglo XIX los escritores costumbristas dejaron importantes testimonios de la cocina de su tiempo. Obras de creación como *Los bandidos de Río Frío* de Manuel Payno y *Astucia* de Luis G. Inclán, tienen a la comida como elemento recurrente. En otros casos hay la clara intención de dejar constancia de lo que se ha vivido, y ahí esta tendencia es más abierta; nos referimos a *Memorias de mis tiempos* de Guillermo Prieto o a *El libro de mis recuerdos* de Antonio García Cubas. Los viajeros que descubrían a la nación recién independizada también dejaron testimonios del mayor interés. La comida que describen suele reunir elementos indígenas y españoles ya mestizados. La tendencia continuó durante el siglo XX: escritores como Salvador Novo y Alfonso Reyes dedicaron alguna de sus obras al tema específico de la comida; Novo reunió en su *Historia de la gastronomía* numerosos datos y reflexiones que han guiado a otros investigadores.

Algunos historiadores como Guadalupe Pérez San Vicente, adelantándose a las corrientes que empezaron a considerar la vida cotidiana y en particular la

alimentación como materia digna de pasar a la historia, volvieron los ojos hacia la cocina mexicana describiéndola y deteniéndose en la manera como se mezclaban los elementos de las distintas cocinas que la conforman.

Alrededor de 1920 apareció la influencia de las corrientes *folk*. En la antropología dio lugar a que especialistas incluyeran en sus estudios a la cocina y la alimentación como parte de los elementos culturales que identificaban a una población o etnia. Desde entonces se han multiplicado las investigaciones antropológicas que tienen como tema la cocina.

En la canción popular la alimentación es tan frecuente que en el año 2000 la Dirección General de Culturas Populares del Conaculta editó con el título de *El que come y canta...*, dos tomos que conforman una antología de canciones en las que aparecen reflejados temas como el campo y sus productos, diversos ingredientes de la cocina y platillos cotidianos y de fiesta. Numerosos refranes aluden también a esta materia.

En los murales de ciudades arqueológicas como Teotihuacan o Cacaxtla, en códices y en bajorrelieves, no es difícil encontrar alusiones a la comida. La presencia del maíz es recurrente; en la descripción pictórica del paraíso teotihuacano la abundancia de los "mantenimientos" es signo de bienestar y alegría. Hay pesca y están representadas plantas como el maíz, el cacao y el amaranto. Muchos topónimos indígenas incluyen plantas o animales comestibles: Nopala, Tenochtitlán, Ometochtli, Ometusco, Chiapas, Zapotlán, Chiltepec, Zentla... Las toponimias mestizas no se quedan atrás: Zacatlán de las Manzanas, Ixtapan de la Sal, Nogales, Parras, Playa Limón (en Tabasco), Chachalacas, etcétera.

Más tarde, los pintores españoles y criollos quisieron dar a conocer al mundo la realidad americana. En los cuadros de castas, muchas de las escenas familiares y costumbristas muestran a las mujeres moliendo maíz en sus metates, a los hombres obteniendo aguamiel de las plantas de maguey con el acocote, puestos de frutas pródigos, escenas en las que se bebe chocolate, las mujeres preparan buñuelos, los niños se llevan un taco o un pan a la boca: la comida es un tema constante.

Esta tendencia se conserva en el siglo XIX. Un cuadro anónimo de principios de siglo, tiene como tema una abundante mesa arreglada con primor; los especialistas en bodegones, como Agustín Arrieta, son valiosos testigos para reconstruir las costumbres alimenticias: panes, dulces, frutas, verduras, jarros, chocolateras, molinillos, ollas, recipientes de vidrio. Otros han plasmado a las mujeres que venden aguas frescas en grandes ollas de barro y se dirigen a los clientes con fina coquetería. Pintores nacionales y extranjeros como Pingret, vuelven los ojos hacia las cocinas como un espacio que informa de una época y distingue a una cultura.

Las litografías de ese tiempo muestran, a su vez, escenas tanto en las ciudades como en poblaciones apartadas, donde no es difícil ver a una molendera descubierta del torso, agachada sobre un metate. Estos temas se extendieron a la fotografía de intención artística y testimonial, que empezó a florecer hacia 1860. La manera de comer del mexicano es sin duda uno de los elementos que más nos identifica y que más atrae a propios y extraños.

A partir de la Revolución mexicana de 1910, un grupo de pintores notables reflejaron en su pintura, tanto mural como de caballete, escenas en las que la comida era elemento importante. En las litografías de artistas como los que formaron el Taller de Gráfica Popular, el maíz es un tema constante como símbolo del campo y del campesino, de la unión del hombre con la tierra, del alimento como producto del trabajo y, finalmente, como uno de los signos de identidad del mexicano.

Cabe mencionar aquí los murales de Diego Rivera en Palacio Nacional, donde a partir de documentos históricos se reconstruye el gran mercado de Tlatelolco; las grisallas que ahí mismo muestran la siembra del cacao y los pasos hasta que se convierte en chocolate. El proceso de obtención del maíz, y las mujeres moliendo el nixtamal, son otros elementos pictóricos. Rufino Tamayo, Nishizawa, Olga Costa, y algunos representantes de la escuela *naïf* tienen a la cocina y sus ingredientes como tema.

LA GRAN RIQUEZA CULTURAL EXPRESADA EN LA COCINA MEXICANA ES

UN IMPORTANTE ELEMENTO DE IDENTIDAD QUE SE INSERTA AL MISMO TIEMPO EN EL CONTEXTO INTERNACIONAL A PARTIR DE PROPUESTAS ORIGINALES. SU GRAN ACEPTACIÓN Y SU PRESENCIA CADA VEZ MAYOR EN EL MUNDO, SUMADAS AL MOVIMIENTO DE PRODUCTOS QUE GENERA, ABREN AMPLIAS POSIBILIDADES ECONÓMICAS Y COMERCIALES. LA COCINA TRADICIONAL ES UN FACTOR DE DESARROLLO PARA EL PAÍS

El movimiento económico que genera la producción y el consumo de alimentos es innegable. Lo mismo ocurre con los objetos artesanales que complementan las cocinas y las mesas. Las mismas celebraciones y fiestas, uno de cuyos ejes es la comida, propician la venta de alimentos preparados en mercados, fondas y restaurantes, dinamizando el intercambio económico.

En el caso de la producción, es importante destacar que la agricultura en pequeña escala, como la que se realiza en la milpa, es más productiva, tanto en términos económicos como ecológicos, que la que se practica en extensiones medianas o grandes. De acuerdo con un reporte del Departamento de Agricultura de Estados Unidos (1998),

la producción agrícola a pequeña escala mantiene la diversidad (biológica, paisajística, agrícola y cultural), genera numerosos beneficios ambientales (pues se tiende a realizar un manejo responsable del suelo, del agua y la vida silvestre), produce oportunidades económicas más justas, mantiene un manejo personalizado de los alimentos y en muchas regiones es vital para la economía regional.⁶⁶

El crecimiento que ha tenido la agricultura orgánica en los últimos años es alentador para las culturas que por tradición se han dedicado a las labores del campo. En México había 13 mil productores orgánicos en 1996; en el año 2000 se registraron 33 mil. También creció la superficie cultivada de esta manera, pues pasó de 23 mil hectáreas a más de 100 mil en el mismo lapso. Esta "reconversión de la producción agrícola hacia principios agroecológicos ha tenido como sus principales actores a los pueblos indios".⁶⁷ Esta producción implica un ingreso de millones de dólares para México y las familias campesinas.

⁶⁶ Heriberto García Rivas, *Dádivas de México al mundo*, pp. 85-56.

⁶⁷ Víctor M. Toledo, "Tomar café es tomar conciencia: la agroforestería indígena en Mesoamérica", p. 91.

Entre los cultivos que se llevan a cabo con estas técnicas hay algunas plantas nativas como la vainilla, y otras, como el café, que llegaron al país hace dos siglos; el café orgánico mexicano representa la quinta parte del volumen total de café que se produce; se exporta a Alemania, Holanda y Estados Unidos.⁶⁸ La cooperativa Tozopan Titaniske (Unidos Venceremos, en lengua náhuatl) funciona desde hace 25 años y ha obtenido premios a nivel nacional e internacional, como el Premio al Mérito Ecológico (2001) que otorga el gobierno de México. En esa misma cooperativa están agrupados 4 mil productores de pimienta de Tabasco que generan 30% de la producción nacional.

Las formas de cultivo orgánico son acordes con las que practicaron los indígenas prehispánicos: los indígenas actuales han conservado estos conocimientos y les es fácil actualizarlos. Los chinantecos de Oaxaca han respetado siempre el medio ambiente en el que se desarrolla su cultura. Desde 1975 empezaron a cultivar y a producir vainilla (*kuo li gm* en su lengua) de manera orgánica, respetando los ritmos de la naturaleza y a partir de la organización de las mismas comunidades. Su vainilla es de la mejor calidad; los productores obtuvieron el Premio Slow Food de Italia en el año 2000.

Los pescadores del lago de Pátzcuaro han trabajado en la recuperación del pescado blanco, especie que fue de la mayor importancia económica y culinaria desde la época prehispánica. También obtuvieron el Premio Slow Food.

La organización Alternativas, A. C. ha impulsado el cultivo de amaranto en el valle de Tehuacán; con su asesoría se han multiplicado las experiencias en otros lugares del país, como la cooperativa Centéotl, en Zimatlán, Oaxaca. Como esta planta soporta las sequías prolongadas, puede desarrollarse en las zonas semiáridas y es un apoyo importante para la alimentación de diversas comunidades. El amaranto que se obtiene se utiliza en la elaboración de alimentos; esto permite un ingreso para quienes lo cultivan y cosechan.

En las ciudades hay una demanda cada vez mayor de productos orgánicos y en general de productos tradicionales. Aires de campo, otra organización civil, promueve la venta de tortillas elaboradas con maíces criollos, de chocolate

⁶⁸ México es el quinto productor de café en el mundo. En el año 2000 se produjeron un total de 350,000 toneladas, de las cuales 47,500 fueron de origen orgánico. (Fuente: FAO Statistic).

artesanal, de mermeladas con frutas nativas como el tejocote y la ciruela, y otros productos más. Se busca que los productores reciban un pago justo por sus productos. Experiencias como éstas se multiplican y evidencian que pueden ser un apoyo importante para fortalecer el campo, evitando la emigración y conservando así las expresiones culturales de sus habitantes.

Los conceptos de turismo actuales, que proponen desarrollar esta actividad en armonía con el medio ambiente y con las culturas tradicionales, son acordes con las visitas y talleres que pueden llevarse a cabo en las distintas poblaciones de México para que los turistas tanto nacionales como extranjeros conozcan mejor la cocina tradicional. Esta es otra posible fuente de ingresos para las comunidades.

BIBLIOGRAFÍA

- Aa. Vv., *La cocina familiar en el Estado de...* Banco Nacional de Crédito Rural, México, 1988.
- Aa. Vv., *Nuestro maíz. Treinta monografías populares*, MNCP - Conaculta / Conafe / SEP, México, 1982.
- Albores Beatriz, *Tules y sirenas, El impacto ecológico y cultura de la industrialización del Alto Lerma*, El Colegio Mexiquense / Gobierno del Estado de México, México, 1995.
- Alvarado Tezozómoc Hernado, *Crónica mexicana*, 48 ed. Editorial Porrúa, México, 1987.
- Amparo Sevilla (Intro.), *Cuerpos de maíz. Danzas agrícolas de la Huasteca*, Ediciones del Programa de Desarrollo Cultural de la Huasteca, México, 2000.
- Ávila Dolores *et al*, *Atlas de gastronomía*, SEP, INAH / Planeta, México, 1988.
- Barros Cristina y Marco Buenrostro, *Amaranto. Fuente maravillosa de sabor y salud*, Ed. Grijalbo, México, 1997.
- Barros Cristina y Marco Buenrostro, *El maravilloso nopal*, Editorial Grijalbo, México, 1998.
- Broda Johanna y Félix Báez-Jorge (Coord.), *Cosmovisión, ritual e identidad de los pueblos indígenas de México*, Conaculta / FCE, México, 2001.
- Buenrostro Marco, y Cristina Barros, *Cocina prehispánica y colonial*, Dirección General de Publicaciones (Col. Tercer Milenio), Conaculta, México, 2001.
- Casas Alejandro, Juan Luis Viveros y Javier Caballero, *Etnobotánica mixteca (Presencias # 67)* DGP - Conaculta / INI, México, 1994.
- Castelló Teresa (Coord.), *Presencia de la comida prehispánica*, Fomento Cultural Banamex, A. C. México, 1987.
- Conaculta, *Atlas cultural de México*, Conaculta, México.

- Conaculta, *Cocina Indígena y Popular*, colección de 54 recetarios, Dirección General de Culturas Populares, Conaculta, México, 2000.
- D. Coe Sophie y Michael D. Coe, *La verdadera historia del chocolate*, FCE, México, 1999.
- Dávalos Hurtado Eusebio, *Alimentos básicos e inventiva culinaria de los mexicanos (Cuadernos de lectura popular #17)*, SEP, México, 1966.
- de los siglos #1*), Editorial Clío, Libros y Videos S. A. de C. V., México, 1996.
- Domínguez Aké Santiago, *La milpa en Muxupip*, DGCP - Conaculta, México, 1996.
- Durán, Diego de, *Historia de las Indias de Nueva España e Islas de la Tierra Firme (Biblioteca Porrúa #36 y 37)*, Editorial Porrúa, México, 1984.
- Eccardi Fulvio (Ed), *México, naturaleza viva*, Lunwerg Editores, Barcelona, 2003.
- Espinosa de la Mora, Dulce María, "Alimentación en Media Cuesta en la Huasteca hidalguense" (manuscrito).
- Esteva Gustavo y Catherine Marielle (Coord.), *Sin maíz no hay país*, DGCP - MNCP - Conaculta, México, 2003.
- Farga Amando, *Historia de la comida en México*, Litográfica México, S. A, México, 1980.
- Fernández Beatriz L., María Yani y Margarita Zafiro, *...y la comida se hizo*, ISSSTE, México, 1984.
- García Rivas, Heriberto, *Cocina prehispánica mexicana*, Editorial Panorama, México, 1988.
- Gergely Anikó, *Especialidades húngaras*, Könemann, Colonia, 1999.
- Gómez Martínez Arturo, *Tlanetokilli. La espiritualidad de los nahuas chicontepecanos*, Programa de Desarrollo Cultural de la Huasteca, México, 2002.
- González de la Vara Fernán, *Época prehispánica (La cocina mexicana a través de los siglos #11)*, Editorial Clío, Libros y Videos S. A. de C. V., México, 1996.
- Guillermo Bonfil Batalla, "Presentación", en AA VV, *El maíz, fundamento de la cultura popular mexicana*, DGCP - Conaculta / SEP / García Valadés editores, México, 1987.
- Guzmán de Vázquez Colmenares, Ana María, *Tradiciones gastronómicas oaxaqueñas*, Comité organizador del COL aniversario de Oaxaca, Oaxaca, 1982.
- Herman J., Viola y Carolyn Margolis (Eds.), *Seeds of change*, Smithsonian Institution Press, Washington, 1991.
- Hernández Francisco, *Historia natural de Nueva España*, UNAM, México, 1959.
- Kennedy Diana, *El arte de la cocina mexicana*, Editorial Diana, México, 1994.
- Lazos Elena y Luisa Paré, *Miradas indígenas sobre una naturaleza entristecida. Percepciones del deterioro ambiental entre los nahuas del sur de Veracruz*, Instituto de Investigaciones Sociales - UNAM / Plaza y Valdés, México, 2000.
- Linares Edelmira y Judith Aguirre (Eds.), *Los quelites, un tesoro culinario*, UNAM / Instituto Nacional de Nutrición Salvador Zubirán, México, 1992.

- Long-Solís Janet, *Capsicum y cultura: la historia del chilli*, FCE, 28 ed. Corregida y aumentada, México, 1998.
- Maldonado Benjamín, Mauricio Maldonado y León Javier Parrra, *Entre la abundancia y la desnutrición*, Anadegas del Sur Pacífico, A. C. / Centro de Apoyo al Movimiento Popular oaxaqueño / Grupo Mesófilo / Instituto de Investigaciones en Humanidades de la Universidad Autónoma Benito Juárez, Oaxaca, 1995.
- Marmolejo Miguel Ángel, *Fauna alimentaria de la península de Yucatán*, INI / PNUD, México, 2000.
- Marroquín Alejandro, *La ciudad mercado (Tlaxiaco)*, UNAM (Cultura Mexicana, #19), México, 1957.
- Mata Alpuche Alberto, *Los salineros de San Miguel Ixtapan. Una historia tradicional de hoy*, Instituto Mexiquense de Cultura, México, 1999.
- Mendieta, Gerónimo de, *Historia eclesiástica indiana*, Conaculta, México, 1997.
- Millán Saúl y Julieta Valle, (Coords.), *La comunidad sin límites. Estructura social y organización comunitaria en las regiones indígenas de México* (vol. 11), INAH, México, 2003.
- Mowe Rosalind (Ed.), *Especialidades del sudeste asiático*, Konemann, Colonia, 1998.
- Muñoz Zurita Ricardo, *Diccionario enciclopédico de la gastronomía mexicana*, Editorial Clío, Libros y Video, México, 2000.
- Musalem López Amira, *Colores, olores y sabores festivos de Juchitán*, Oaxaca, Conaculta, México, 2002.
- Navarro Juan, *Historia natural o Jardín americano*, edición facsimilar del manuscrito de 1801, UNAM / IMSS / ISSSTE, México, 1992.
- Novo Salvador, *Cocina mexicana o Historia gastronómica de la Ciudad de México*, Editorial Porrúa, S. A., México, 1967.
- Othón de Mendizábal Miguel, "Influencia de la sal en la distribución geográfica de los grupos indígenas de México", México, 1946, en *Obras completas* (Tomo 11).
- Padilla Cristina, "La frontera es una línea de aromas y sabores" en *Cuadernos de Patrimonio Cultural y Turismo* (#4), Coordinación de Patrimonio Cultural, Desarrollo y Turismo - Conaculta, México, 2003.
- Pilcher Jeffrey M., *¡Vivan los tamales!*, Ediciones de la Reina Roja / Ciesas / Conaculta, México, 2001.
- Ramos Elorduy Julieta, *Los insectos como fuente de proteínas en el futuro*, Editorial Limusa, México, 1982.
- Ramos Galicia Yolanda, *Así se come en Tlaxcala*, INAH / Gobierno del Estado de Tlaxcala, México, 1994.
- Rodríguez Rivera Virginia, *La comida en el México antiguo y moderno*, Editorial Pormac, México, 1965.

- Sabau, María Luisa (Ed.), *De México al mundo. Plantas*, México, 1992.
- Sahagún, Bernardino de, *Historia de las cosas de la Nueva España*, introducción, paleografía, glosario y notas de Alfredo López Austin y Josefina Quintana, México, Conaculta, 1989.
- Sugiura Yoko y Fernán González de la Vara, *México antiguo (La cocina mexicana a través*
- Tausend Marilyn, y Miguel Rábago, *Cocina de la familia*, Fireside / Simon and Schuster, Nueva York, 1997.
- Terán Silvia, Christian H. Rasmussen y Alivio Cauich, *Las plantas de la milpa entre los mayas*, Fundación Tun Ben Kin A. C., Mérida, 1998.
- Toledo, Victor M., *Ecología, espiritualidad y conocimiento. De la sociedad en riesgo a la sociedad sustentable*, PNUMA / Universidad Iberoamericana, México, 2003.
- Torquemada, Juan de, *Monarquía Indiana*, Editorial Porrúa (Biblioteca Porrúa #41, 42 y 43), México, 1986.
- Velásquez de León, Josefina (Coord.), *Platillos populares mexicanos*, Conasupo, México, 1971.

HEMEROGRAFÍA

- Barros Cristina y Marco Buenrostro (Selección y notas), *Arqueología Mexicana (especial #12, Cocina prehispánica)*, Editorial Raíces, México, 2002.
- Benz, Bruce F., "Diversidad y distribución prehispánica del maíz mexicano", en *El maíz. Arqueología Mexicana (vol. V, #25)*, Editorial Raíces, México, junio-julio 1997.
- Buenrostro Marco y Cristina Barros, "Itacate", artículos diversos en el diario *La Jornada*, sección Cultura, México, 1996-2004.
- McClung de Tapia, Emily, "La domesticación del maíz" en *Arqueología Mexicana (Vol. V, #25: El maíz)*, Editorial Raíces, México, junio-julio 1997.
- Reyes Castilla Nora y Martín González de la Vara, "Tlilxóchitl", en *Arqueología Mexicana (vol. 1, #5)*, Editorial Raíces, México, diciembre de 1993-enero de 1994.
- Teti Vito, "América y los 'americanos' en el Mezzogiorno italiano", en *Estudios sobre el hombre (#7: Ensayos sobre alimentación y culinaria)*, Universidad de Guadalajara, México, 1998.

EL MAÍZ, PADRE DE LA RAZA MEXICANA

Mario Riestra

El maíz y otros productos propios de la gastronomía mexicana tienen un origen mágico, forman un hilo conductor, nos transportan en un viaje a través de la vida de un pueblo, hacen del alimento su origen y destino.

México es un país de sólidas y profundas raíces culturales y sus hábitos alimentarios no sólo son base de identidad cultural, sino medio de vinculación permanente con una región o grupo.

La cocina mexicana es, sin lugar a dudas, una de las más ricas y variadas del mundo, con diferentes etapas de conformación; su valor cultural sólo puede ser analizado como exponente de los placeres de la mesa, representados por sabores, olores y texturas.

Los mexicanos, hechos de maíz, respetan profundamente su origen y al mezclar lo místico y lo profano se saben de origen divino.

Disfrutar de la cocina mexicana es adentrarse en el complejo y sólido tejido que conforma la identidad cultural de un pueblo que ha hecho de sus costumbres y tradiciones una forma de vida.

México es un país en el que convive su pasado indígena, lleno de belleza y color, de barro y de maíz, de algodón y chalchihuites, de bordados y estelas monumentales, con un mundo moderno, de concreto y acero, de fibras químicas, de motores, carreteras, telefonía e internet.

El mundo prehispánico se rigió por fechas relacionadas con los ciclos agrícolas y con la lluvia. En nuestro medio rural esto sigue siendo parte fundamental del desarrollo de sus vidas, ajeno al diario acontecer y a un mundo urbano cada vez más doblegado a circunstancias que lo despersonalizan y simplifican.

México aportó al mundo productos sin los cuales no sería posible entender a la gastronomía mundial. Entre otros el maíz, padre de la raza mexicana y rey de las materias primas de nuestra cocina, nacido en el valle de Tehuacán, Puebla, hace 7,000 años. Pero además, el frijol, el chile, el aguacate, la vainilla, el cacao, el tomate, la calabaza, el chayote, el zapote, el mamey, la papaya, la guayaba, el nopal, el tabaco, el algodón, el guajolote, etcétera.

Estos productos siguen siendo base del sistema alimentario de cuando menos 80% de los mexicanos que viven dentro y fuera de México como nuestros paisanos en Estados Unidos, cuyo vínculo de identidad se mantiene a través de nuestras fiestas y tradiciones, nuestra música y nuestro folclore, pero en forma muy importante a través de la cocina regional.

La mezcla de productos originarios de Mesoamérica y los traídos de Europa y Asia, dieron origen a la actual cocina mexicana.

Las fiestas y tradiciones mexicanas están ligadas a su cocina, y no podríamos entender los grandes acontecimientos del hombre y la mujer mexicanos sino en torno a un platillo que lo celebre: una boda, un bautizo, un cumpleaños.

La cocina mexicana es un patrimonio vivo que representa la esencia de lo mexicano y es un factor de cohesión social.

La identificación del hombre o el grupo ante patrones culturales ajenos va a determinar la permanencia de usos y costumbres y a anular las asechanzas que debiliten o vulneren nuestro patrimonio cultural.

Más que la propia lengua, que el vestido o que la música y las danzas, es la cocina la raíz común del mexicano.

Cuando uno piensa en cualquier ciudad de México inmediatamente lo asocia al platillo del lugar, no importa el motivo del viaje, ya sea negocios o placer: en Yucatán papadzules, queso relleno; en Veracruz huachinango a la veracruzana; en Oaxaca tlayudas o tasajo y quesillo; en Guerrero el pozole verde y sus mariscos en mil formas; en Hidalgo sus pastes; en San Luis Potosí sus enchiladas; en Michoacán sus corundas; en Jalisco la birria y el pozole rojo; en Durango y Nuevo León el cabrito; en Sinaloa el pescado al hoyo; en Sonora y Sinaloa la machaca; en Chihuahua los cortes de carne y en Puebla el mole, los pipianes, los chiles en nogada, el mole de caderas y cada mes un platillo.

Y ahora todos estos guisos los encontramos en Estados Unidos. 23 millones de mexicano-norteamericanos han desarrollado un

importante mercado de comida mexicana, que crece y crece como la migración misma. El llamado mercado de la nostalgia nació para satisfacer las necesidades de un pueblo con profundas raíces culturales, vinculadas a patrones de conducta y a una alimentación cuya raíz es el maíz. Las taquerías proliferan en Estados Unidos. Y en este mismo país, México es el principal proveedor de muchas verduras y vegetales. En todo lugar donde hay mexicanos en Estados Unidos se celebra el Día de Muertos. Las ofrendas se ponen en las casas tanto como en los lugares públicos.

Al designar a la cocina mexicana como parte del patrimonio oral e inmaterial de la humanidad, la UNESCO reconocerá la importancia que la cocina de nuestros pueblos tiene en la conformación de una identidad cultural y como vínculo de identificación y pertenencia.

Asimismo, propiciará que la cocina mexicana sea protegida junto con otros bienes culturales, pues de no hacerlo, existen serias amenazas que, a través de una mal entendida globalización, y por un excesivo culto al practicismo, nos lleve a la aceptación de la llamada comida rápida y a la sustitución de materias primas básicas, lo cual acabaría con una de las grandes fortalezas culturales de México.

Palabras iniciales

Sari Bermúdez

Me da mucho gusto compartir con ustedes esta ceremonia de presentación del expediente *Pueblo de maíz. La cocina ancestral de México. Ritos, ceremonias y prácticas culturales de la cocina de los mexicanos*, que hace unos cuantos días entregamos oficialmente a la UNESCO para que nuestra cocina tradicional sea inscrita en la Lista del Patrimonio Oral e Inmaterial de la Humanidad. Se trata de un caso muy singular. Esta es la primera vez que un país propone a la UNESCO que se considere a una comida nacional dentro de la categoría de bienes tradicionales con valor universal.

Para muchos la propuesta podrá parecer insólita y hasta audaz, pero, por ello mismo, hay que asumir el reto de hacerla prosperar, pues la cultura alimentaria de nuestro país constituye un verdadero sistema en torno al cual se conforma nuestra identidad, se configuran nuestras creencias, prosperan otras prácticas culturales, se fortalece nuestra cohesión social y familiar, y se perpetúan nuestras tradiciones y modos de vivir.

Creemos que es posible resaltar con ese reconocimiento internacional los méritos del patrimonio culinario de México porque, como la propia UNESCO lo establece, llena los requisitos de originalidad, de una prolongada continuidad histórica y de constituir uno de los fundamentos de nuestra cultura.

Por otra parte, cada vez es más evidente que, más allá de sus valores simbólicos y tradicionales, la cultura es un factor real de desarrollo, un medio para crear riqueza. Así lo ha confirmado la UNESCO; así lo muestra, en México, el estudio del investigador Ernesto Piedras, publicado por el Centro de Investigación y Docencia Económica, *¿Cuánto vale la cultura?*, según el cual las industrias culturales aportan más de 7% del Producto Interno Bruto del país.

Ese reconocimiento representaría, de por sí, un gran avance para entender que los contornos y criterios que definen al patrimonio intangible son tan amplios como la cultura misma y que pueden servir lo mismo de alimento espiritual que de alimento material para la continuidad de la vida.

Estamos conscientes de que la inclusión de nuestra cocina tradicional en la lista del patrimonio mundial, será al mismo tiempo causa de una enorme satisfacción y motivo de una inmensa responsabilidad para nosotros.

La cocina mexicana pasa por un periodo de expansión y creciente fama, pero no está exenta de serias amenazas en esta era de globalización en la que tenemos que hacer grandes esfuerzos para preservar los rasgos que nos hacen singulares en la diversidad del mundo, los rasgos de nuestra cultura.

Partiendo, pues, de la certeza de que la cocina tradicional es uno de nuestros más preciados patrimonios tenemos que asumir serios compromisos para promover, desde la perspectiva claramente cultural, una verdadera estrategia nacional que incluya:

- El diseño de políticas que nos permitan recuperar nuestros cultivos autóctonos y, a través de ellos, la autosuficiencia alimentaria.
- La preservación de las especies vegetales y animales originarias de México, con pleno respeto a la biodiversidad y al medio ambiente.
- El diseño de programas relacionados con la conservación de las cocinas indígenas y populares.
- La promoción de prácticas culinarias fieles a la tradición y al uso de productos propios, y la capacitación de quienes desempeñan tareas en las diferentes ramas de la cocina popular, así como de los oficios conexos tanto en el campo de la producción artesanal como en el de las industrias relacionadas con la cocina mexicana.
- La difusión, a partir de la educación, de una cultura para una nutrición adecuada, preservando las costumbres alimentarias propias.
- El diseño de programas que permitan, dentro y fuera del país, difundir el patrimonio culinario como una de las manifestaciones más vigorosas de nuestra cultura.
- El fomento del intercambio de saberes e información para fortalecer entre los emigrantes las cocinas regionales de México.
- La protección de los derechos de propiedad industrial y las denominaciones de origen para los productos mexicanos.
- La promoción y protección de la cocina tradicional, ante todo como un complejo de expresiones y manifestaciones de la cultura nacional.

Así será como, desde el sector público y desde el sector privado, habremos de responder al reconocimiento que nuestro patrimonio cultural reciba no sólo de la UNESCO, sino de toda la comunidad internacional.

Es a nosotros, los mexicanos, a quienes en primera instancia nos corresponde la custodia y la salvaguarda de nuestra cocina tradicional, y sabremos responder a esa responsabilidad histórica.

Esperamos que el buen éxito corone esta iniciativa.

PLAN DE SALVAGUARDIA DEL PATRIMONIO GASTRONÓMICO

COMUNIDADES PREVISTAS

Algunas comunidades ubicadas en los estados de Michoacán, Oaxaca y Puebla constituyen paradigmas de conservación de la cocina tradicional y de la cultura del maíz. En ese sentido destacan las regiones de la Meseta Purépecha en Michoacán, los Valles Centrales en Oaxaca y la Sierra Norte de Puebla.

Entre sus atributos principales destacan:

- La rica biodiversidad, la flora y la fauna variada compatible con un clima generoso en sol y con marcados períodos de lluvia.
- Las comunidades indígenas que habitan en esa región se han destacado por la domesticación de una gran variedad de granos de maíz.
- Las lenguas mixe, zapoteco, náhuatl y purépecha, la productividad

artesanal, así como las cocinas de estas zonas son factores que han dado un dinamismo particular a los intercambios culturales y comerciales de las comunidades.

- El patrimonio tangible de estas zonas posee una gran representatividad. En ellas se encuentran desde importantes sitios arqueológicos, templos y construcciones novohispanas, hasta santuarios de orden natural y ritual. A esta riqueza del patrimonio material corresponde un original acervo intangible. Ejemplo de ello son las prácticas culinarias tradicionales.
- La población de estos tres estados ha formado parte de los flujos migratorios transfronterizos. El significado polivalente de este hecho se caracteriza también por los lazos que se mantienen con el lugar de origen, el cual permea las costumbres y tradiciones practicadas en el espacio transnacional. Asimismo estos migrantes ligados a su tierra se han convertido en promotores de las prácticas culinarias ancestrales.
- El calendario de fiestas, ceremonias y prácticas rituales está asociado en primera instancia al ciclo agrícola así como a la liturgia sincrética del catolicismo local. En esas ocasiones los alimentos juegan un papel central. El Día de Muertos a través de ofrendas colectivas y domésticas; las fiestas patronales, donde se ofrece la primera cosecha al santo titular de la comunidad, y las danzas y ceremonias, son prácticas propiciatorias para homenajear los frutos de la tierra.

Las comunidades donde se aplicará el Plan de Acción derivado de esta candidatura tienen las siguientes características:

Los Valles Centrales se extienden sobre la porción central del estado de Oaxaca. La habitan principalmente los zapotecos, aunque en años recientes la zona recibió la migración de mixes que vivían en la sierra. El zapoteco pertenece a la familia lingüística zapotecana del grupo otomangue.

En la zona se elaboran diversos tipos de artesanías que se remontan a la época prehispánica y son motor fundamental de la compleja red de mercados regionales. Entre las artesanías destaca la producción ligada a las prácticas culinarias como la alfarería y el trabajo de madera, así como el tejido de fibras

duras para canastos y esteras útiles para el trabajo agrícola. Sobresalen también los textiles de lana y algodón. Hoy la producción se hace, en muchos casos, a destajo, lo que implica la pérdida de técnicas tradicionales y el manejo irracional de los recursos naturales. Actualmente, luego de miles de años de cultivo intensivo, queda poca vegetación original. La injerencia humana ha ocasionado variaciones climatológicas y la pérdida de humedad, la desertificación y la irregularidad del periodo de lluvias. Hay una fuerte deforestación debida al consumo regional de madera y a su demanda comercial.

La agricultura de milpa (maíz, chile, frijol y calabaza) sigue siendo el medio de subsistencia básico para los campesinos. Aparte de la milpa se da gran importancia al cultivo de hortalizas y frutales destinados al mercado local que, junto con los forrajes, son los principales productos que les permiten ingresos monetarios. Existen importantes núcleos de familias zapotecanas en la Ciudad de México y en diversos sitios de Estados Unidos, lugares a los que emigran en busca de mejores oportunidades. En el calendario ritual destacan festividades de la Cruz de Mitla el 10 de enero, la Candelaria, el Carnaval y la Virgen de la Soledad, patrona de la ciudad de Oaxaca.

La Meseta Purépecha se ubica en la altiplanicie oriental del estado de Michoacán. Tiene como su centro al lago de Pátzcuaro y en las regiones adyacentes destaca por su amplia productividad agrícola, culinaria y artesanal, el municipio de Uruapan.

Actualmente y desde la época prehispánica, en la zona habitan principalmente purépechas. Su lengua no tiene parentesco lingüístico cercano con ninguna de las lenguas originales que se hablan en México; los grupos otomíes y nahua que ocupan algunas comunidades llegaron en el siglo XIX.

Si bien los suelos de la meseta son muy porosos, en esta zona se generan diversos productos tanto agrícolas como lacustres y forestales. El cultivo de maíz, el chile, el frijol y la pesca son las actividades que proporcionan alimentos. Las artesanías de estos pueblos sobresalen por su variedad, imaginación y destreza, y por su relación con la cocina tradicional: cobre

martillado, alfarería bruñida, vidriada y de alta temperatura. También se elabora hierro forjado a martillo y fragua, hilados y tejidos en telares de cintura, petates, canastos, joyería, muebles, y piezas decoradas con laca o maque. La mayoría de estas artesanías tienen origen en las técnicas prehispánicas, enriquecidas con las traídas de Europa durante la Colonia.

Su gastronomía, mezcla de granos y frutas de la región, ha dado origen a platillos como los uchepos (tamales de elote), toqueras (tortillas de maíz tierno), corundas, chapatas, sopa tarasca, olla podrida, atapacua (variante de pozole), churipo (mole de olla), pescado blanco, caldo michi (caldo de pescado con tuna agria), y, en la costa, langostinos y pescado a la talla.

Las festividades más representativas son: el Calvario, Semana Santa y Noche de Muertos. Las danzas del ciclo de cosecha y de siembra son las de los Viejitos, los Huacaleros, los Jóvenes y los Negritos. El ciclo se cierra con las danzas del Carnaval.

La Sierra Norte del estado de Puebla se conforma por un relieve accidentado, con altas montañas y acantilados. Ahí habitan desde hace siglos nahuas, totonacos, otomíes y tepehuas. La región forma parte del antiguo Totonacapan, asiento de una de las más importantes culturas de Mesoamérica.

En la zona se elaboran objetos para actividades rituales y ceremoniales en su mayoría vinculadas con el ciclo agrícola: máscaras para las danzas, ceras ricamente decoradas, indumentaria de danzantes e instrumentos musicales, sahumerios y adornos elaborados con flores naturales. Destacan los textiles de algodón coyuchi, cultivado por las propias comunidades de tono café, con el que se tejen huipiles y enredos de la indumentaria femenina tradicional.

En esta zona se produce maíz, frijol, haba, chícharos y frutales. La ganadería representa una fuerte competencia sobre las áreas sembradas y es fuente de conflictos sociales por la tierra. En esta zona la población sufre procesos de asimilación cultural muy intensos, motivados por la introducción del café y el tabaco como prácticas agrícolas que han desplazado a las milpas.

La pérdida de bosques y la expansión de la ganadería ocasionan en muchos casos el empobrecimiento de los grupos campesinos. Estas crisis de los

medios de subsistencia han intensificado los procesos migratorios hacia áreas urbanas del estado e inclusive hacia Nueva York, en los Estados Unidos, en donde se ubica una de las más grandes colonias de poblanos.

En la Sierra aún se conservan muchas prácticas religiosas producto del sincretismo originado durante la Conquista. Estas prácticas se restringen a rituales de carácter doméstico y privado, y son dirigidas por especialistas religiosos: éste es el caso de las mayordomías, que se vinculan con el ciclo agrícola del maíz.

PLAN DE MANEJO

Se plantea que la organización responsable para la salvaguarda y preservación de la expresión cultural: sea el Consejo Nacional para la Cultura y las Artes (Conaculta).

Fuentes de financiamiento

- Recursos presupuestales del gobierno federal de los Estados Unidos Mexicanos.
- Recursos presupuestales de los gobiernos de las entidades federativas de Michoacán, Puebla y Oaxaca.
- Aportaciones financieras de organismos privados.
- Asociaciones y cámaras empresariales vinculadas con la cocina tradicional mexicana.
- Organizaciones no gubernamentales.

Medidas que han sido tomadas para revitalizar la expresión cultural

a) Normativas

- Programa Nacional de Cultura 2001-2006.
- Creación de la Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas.
- Ley para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas del estado de Michoacán.
- Legislación especial de atención a las comunidades indígenas del estado de

Oaxaca.

b) Operativas

- Congresos anuales sobre Patrimonio Gastronómico y Turismo Cultural
- Encuentro de cocineras tradicionales del estado de Michoacán.
- Participación mexicana en los Congresos sobre Patrimonio Gastronómico en Colombia, Argentina y Perú.
- Iniciativa mexicana para la organización de la Red de Ciudades con Patrimonio Gastronómico, de la que hoy forman parte ciudades de Argentina, Colombia, Perú y México.
- Publicación de las memorias de los Congresos sobre Patrimonio Gastronómico (6 *Cuadernos de Patrimonio Cultural*).
- Publicación de 52 Monografías sobre las cocinas indígenas mexicanas.
- Publicación del *Atlas Etnográfico de los Pueblos Indígenas de México* (INAH).
- Proyecto Cartografía de Recursos Culturales de México (Conaculta)

PLAN DE ACCIÓN

La Coordinación de Patrimonio Cultural, Desarrollo y Turismo del Conaculta tiene a su cargo el Plan de Acción para la salvaguardia, protección, y revitalización del patrimonio de la cocina tradicional desde el ámbito de la cultura, según las iniciativas previstas en el propio plan. Desde el punto de vista de las prácticas culturales relacionadas con la cocina tradicional de las comunidades, dicho plan comprende varios proyectos que ya están en vías de ejecución o serán puestos en marcha en el transcurso de un período de cinco años. Las regiones identificadas para la aplicación de los proyectos han sido elegidas por el grado de preservación de las costumbres, así como por la gravedad de las amenazas a las que están expuestas. En esas regiones, ubicadas en los estados de Oaxaca, Puebla y Michoacán, se proponen los siguientes programas (de rescate y preservación, de apoyo, de educación y difusión, y de investigación), esbozados en los cuadros siguientes:

PROGRAMAS DE RESCATE Y PRESERVACIÓN

	Nombre del Proyecto	Instituciones Asociadas	Modalidad de Acción	Comunidades Participantes
1	Rescate y preservación de prácticas y recetas de la culinaria tradicional indígena y rural	Conaculta, INAH, UNAM, Institutos y secretarías de Cultura de Oaxaca, Puebla y Michoacán	<ul style="list-style-type: none"> • Recopilar información • Publicaciones, materiales audiovisuales • Cursos de capacitación 	Regiones lacustres de la costa y oriente del estado de Michoacán, Sierra Norte y región centro del estado de Puebla, Valles Centrales del estado de Oaxaca
2	Preservación y reforzamiento de las costumbres culinarias en fiestas y celebraciones tradicionales	INAH, secretarías de Cultura, secretarías de Desarrollo Social, autoridades municipales y de vinculación cultural de Oaxaca, Puebla y Michoacán	<ul style="list-style-type: none"> • Apoyos financieros y asesoría a las comunidades para el mantenimiento de las fiestas 	Proyectos con organizadores y promotores de Oaxaca, Puebla y Michoacán
3	Programa de reconocimientos y distintivos a fin de reactivar los mercados populares para la venta de producción local y de alimentos elaborados, según la tradición	Conaculta, Secretaría de Salud, CANIRAC, Secretaría de Turismo y GRUMA	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboración de normas y patrones de calidad • Preparación de concursos con estímulos directos 	Programa con repercusión nacional
4	Rescate del patrimonio edificado de los mercados populares con valor histórico en zonas rurales y urbanas	INAH, autoridades municipales, Conaculta, institutos de Cultura	<ul style="list-style-type: none"> • Imagen, remodelación y restauración de mobiliario, y equipamiento 	Regiones lacustres de la costa y oriente del estado de Michoacán, Sierra Norte y región centro del estado de Puebla, Valles centrales del estado de Oaxaca

PROGRAMAS DE APOYO				
	Nombre del Proyecto	Instituciones Asociadas	Modalidad de Acción	Comunidades Participantes
5.	Apoyo e incentivos a favor del uso de productos agrícolas locales de calidad, de cultivos orgánicos y de la nixtamalización	Universidad de Chapingo, UNAM, Bioplaneta	<ul style="list-style-type: none"> • Premios a investigación • Reuniones de divulgación 	Comunidades indígenas y mestizas del estado de Oaxaca
6	Apoyo al establecimiento de pequeños negocios de comida en comunidades rurales y en espacios significativos para el turismo cultural	Secretarías de Desarrollo Social, de Turismo, Grupo Centeótl, secretarías de Economía a nivel federal y estatal	<ul style="list-style-type: none"> • Capacitación para la administración y gestión de pequeños comercios y empresas gastronómicas 	Comunidades rurales indígenas y mestizas de las regiones lacustres, oriente y la costa del estado de Michoacán
7	Estímulos a emparadoras y agroindustrias a pequeña escala para la fabricación artesanal de alimentos	Fundación para el Desarrollo Rural, Conabio, Aires del Campo, Secretarías de Desarrollo Social, Fundación Herdez, cámaras de Comercio y de Industria vinculados a la alimentación, secretarías de Economía	<ul style="list-style-type: none"> • Cursos y talleres de capacitación • Búsqueda de fuentes de financiación • Elaboración de un proyecto piloto 	Comunidades de los tres estados: Oaxaca, Puebla y Michoacán

8	Campañas de información sobre los valores culturales y nutricionales de la alimentación tradicional en comunidades definidas y en todo el país	Conaculta, Radio Educación, Canal 11, Canal 22, prensa especializada, ILCE, Edusat	<ul style="list-style-type: none"> Series de programas de radio y T.V., Radio comunitaria indígena y TV Educativa 	Los materiales se difundirán a través de la televisión educativa con 34 000 sitios
---	--	--	--	--

PROGRAMAS DE EDUCACIÓN Y DIFUSIÓN				
	Nombre del Proyecto	Instituciones Asociadas	Modalidad de Acción	Comunidades Participantes
9	Inclusión en planes educativos formales y en las localidades respectivas de cursos de apreciación y preparación de la comida tradicional	Conaculta, UNAM, SEP y Secretarías de Educación, Instituto Nacional de Nutrición	<ul style="list-style-type: none"> Elaboración de textos y estudios Talleres prácticos Materiales para docentes 	Las acciones están dirigidas a escuelas y grupos organizados formalmente de los estados de Michoacán, Oaxaca y Puebla
10	Creación de un museo interactivo en torno a la cocina tradicional	Conaculta, INAH, autoridades municipales, cámaras y fundaciones relacionadas con la cocina y el desarrollo social	<ul style="list-style-type: none"> Investigación, diseño arquitectónico y museológico Guión museográfico 	Ubicado en la ciudad de México para dar apoyo y difusión a la cocina tradicional indígena y mestiza

PROGRAMAS DE INVESTIGACIÓN				
	Nombre del Proyecto	Instituciones Asociadas	Modalidad de Acción	Comunidades Participantes
11	Estudios cuantitativos y cualitativos en la cultura de la comida	MUND Américas, Conaculta	<ul style="list-style-type: none"> Investigación por medio de encuentros y grupos de enfoque 	Localidades del estado de michoacán (Morelia, Uruapan, Lázaro Cárdenas, Zamora y Zitácuaro)

En los estados de Oaxaca, Michoacán y Puebla, las comunidades que se distinguen por lo genuino de sus prácticas culinarias deben ser asociadas de manera creciente para participar en actividades y proyectos con miras a la preservación del sistema alimentario.

Por ello, el plan de acción previsto en la candidatura incluye incentivos para que las cocineras se inspiren en modelos de desarrollo de la cocina tradicional

semejantes al implantado en Uruapan, Michoacán.⁶⁹ Dicho modelo busca el intercambio de experiencias entre mujeres indígenas, cocineras de las comunidades, que hacen sus recetas y las presentan a concurso; organizan su venta y, además, reciben cursos de capacitación en varias ramas de los conocimientos prácticos y empíricos, de tal modo que puedan aplicarlos en el ámbito doméstico o en el ámbito de la explotación comercial.

Los encuentros de Uruapan se hacen en colaboración con otras áreas del desarrollo social y habrán de extenderse a otras localidades donde las comunidades necesitan apoyo técnico para preservar sus prácticas y también para lograr su inserción en circuitos amplios del desarrollo económico y social.

La Coordinación de Patrimonio Cultural, Desarrollo y Turismo del Conaculta es el principal mecanismo oficial para el manejo de los proyectos incluidos en el expediente. Además de la Coordinación, asumirá la supervisión y seguimiento del plan de acción derivado de la candidatura una Comisión integrada por instituciones gubernamentales y no gubernamentales con responsabilidades en el desarrollo social, así como un grupo de personalidades destacadas del mundo académico y empresarial. Todos estos actores se preparan ya para la promoción y ejecución de los diferentes proyectos. Todos ellos y la opinión pública en general se han expresado de modo enfático en apoyo al expediente a través de los medios de comunicación.

En la actualidad las instancias del gobierno federal, comenzando por Conaculta y su Coordinación de Patrimonio Cultural, Desarrollo y Turismo, y otras dependencias del gobierno, han invertido ya importantes recursos para la ejecución de proyectos relacionados con las tradiciones culinarias del país. El Congreso Anual de Patrimonio Gastronómico de Puebla representa una de las más importantes aportaciones de esta institución cultural a favor de la preservación de la cocina tradicional y del maíz. El Congreso anual de Puebla reúne a especialistas de todas las ramas de los saberes culinarios, con el objetivo principal de convertirse en laboratorio de ideas y conocimientos sobre la cocina tradicional de las comunidades. De Puebla surgió la iniciativa de formular el

⁶⁹ Véase el programa del Encuentro de Cocineras Tradicionales de Michoacán (2004), que se llevó a cabo los días 6 y 7 de noviembre en Uruapan, Michoacán.

expediente para la UNESCO, con la solidez teórica y los suficientes argumentos culturales que le permitan figurar como paradigma del patrimonio inmaterial de este país.

A partir del Congreso de Puebla existe toda una red de instituciones que se proponen contribuir al financiamiento y ejecución del plan de acción derivado del expediente. En primera instancia el Conaculta, la Secretaría de Desarrollo Social, la Secretaría de Medio Ambiente, la Secretaría de Turismo y los gobiernos de los estados donde se aplicará el plan: Oaxaca, Puebla y Michoacán; fundaciones y empresas privadas como Maseca, Herdez, Fundación Cultural Televisa, entre otras. Todas esas instituciones habrán de colaborar también con recursos humanos y con expertos para impulsar las acciones previstas en el Plan de Acción. En ese sentido seguirán colaborando expertos, cuyas especialidades permiten completar un equipo interdisciplinario de probada autoridad y con experiencia en la preparación de cursos, estudios y diplomados de cocina popular mexicana y de temas relacionados con el patrimonio cultural.

En lo referente a las oportunidades de capacitación dentro del plan de salvaguardia, en México existen instituciones académicas y gremiales de gran relevancia que han apoyado la formulación del expediente. Entre ellas, la Universidad Nacional Autónoma de México y la Universidad de Chapingo con varias de sus facultades, institutos y programas. Así como otras instituciones académicas y gremiales en todo el país.

La estrategia del plan de acción se propone como meta primordial la preservación del patrimonio tradicional culinario, sobre todo el basado en el maíz y en los productos de la milpa. En particular se habrá de trabajar en las regiones con mayor riqueza tradicional, pero también con mayor fragilidad dentro de territorios y comunidades en riesgo. Entre otras tareas se prevé reforzar las manifestaciones del calendario ritual y ceremonial, los métodos de transmisión de conocimientos por tradición oral y por prácticas, así como la capacitación en circuitos de educación formal e informal. Las comunidades implicadas en Oaxaca, Puebla y Michoacán serán las principales participantes, receptoras y beneficiarias del plan de acción, de acuerdo con los proyectos y actividades

descritos en el cuadro “Programas de rescate y preservación”.

El plan de acción se desprende de los criterios que vertebran la justificación del expediente y que tienen como base los usos del maíz. Dichos usos hacen de la cocina mexicana un caso único, particularmente en regiones comprendidas en la parte central y en el sureste del territorio nacional, donde destacan Oaxaca, Puebla y Michoacán.

Las características de originalidad y diversidad natural en esa área requieren un especial cuidado porque influyen directamente en la diversidad cultural que confiere a esas regiones rasgos irrepetibles. El hecho de comer sigue estrechamente vinculado a las concepciones cosmogónicas integrales de la vida de la comunidad. De ahí que tanto en el ámbito doméstico como en el público, en ocasiones ceremoniales y rituales, la comida forme parte intrínseca de un mundo teñido de sacralidad que también es preciso salvaguardar.

Un cuadro comparativo de las diferentes culturas culinarias muestra claramente cómo en otros ámbitos geoculturales del mundo las cocinas locales siguen siendo grandes resortes de creatividad, pero a menudo carecen de esa dimensión sagrada que conservan numerosas regiones de México, particularmente en Oaxaca, Puebla y Michoacán.

Por otro lado, se ha preparado una estrategia para promover una declaratoria nacional de patrimonio intangible que, junto con el Comité de apoyo, también contribuirá al reconocimiento del valor patrimonial de la cocina tradicional.

Pueblo de maíz. Entre la memoria y la modernidad

Jesús Puente Leyva

Decimos Pueblo de maíz y decimos México, invocando a los dioses que subyacen en lo profundo de estas tierras que fueron lacustres; invocamos a Quetzalcoatl, Dios de la sabiduría que descubrió el maíz y lo puso en la boca de los primeros hombres elegidos para que poblaran el mundo y “se hicieran fuertes”. En el maíz saludamos milenios de cultura, de mitos realistas, y de renovada tradición.

En la presentación del Expediente Técnico que propone al maíz y a la tradición alimentaria de México como Patrimonio Inmaterial y Oral de la Humanidad, se afirma que “la cocina mexicana es un tronco vivo vigente [...de]

un país prodigiosamente diverso en lo natural y en lo cultural”. Cabe añadir —recurso de la obviedad— que este formidable tronco cultural tiene, en el maíz, una raíz profunda que sostiene y alimenta a los mexicanos, pueblo mestizo por excelencia. Ciertamente, la cocina mexicana es diversidad enorme cuyo referente común —santo y seña de identidad— es el maíz. Con absoluta razón, se puede afirmar que la cocina tradicional mexicana “es fuente rectora y referencia cosmogónica que ordena la vida espiritual y material” de nuestro pueblo; pero antes que nada, y desde siempre —cabe insistir—, la imaginería y las costumbres alimentarias de México están presididas por el maíz.

Eric Wolf afirma que en Mesoamérica 75% de la energía que sostiene cotidianamente a la población procede del maíz.⁷⁰ En nuestra propia instancia, la tortilla aporta casi la mitad (47%) de las calorías que nutren a más de 100 millones de mexicanos; en los estratos de más bajos ingresos, el maíz aporta más de 70% de las calorías que consumen dos terceras partes de la población del país. Específicamente, la base alimentaria de México corresponde a un consumo promedio de tortilla que equivale —estimativamente— a 105 kilos anuales per cápita, esto es: un consumo nacional de once millones de toneladas anuales.⁷¹

Una consideración socioeconómica relevante: con el maíz, la población de México cubre su alimentación básica a un costo bajísimo: a precios de mercado, el valor de las tortillas a que corresponde dicho consumo equivale solamente a 1% del PIB. Ciertamente es difícil imaginar, en cualquier parte del mundo, un costo tan bajo para sostener la alimentación básica de un país de importante dimensión demográfica.

El maíz es referente histórico del México rural en el que todavía reside 25% de la población, generando (apenas) 4% del PIB. David Barkin nos recuerda que con muy bajo rendimiento, la mitad de las tierras cultivadas del país se dedican al maíz, y que el valor de la cosecha maicera representa solamente 18% de la producción agrícola total.⁷² Dicho sea de paso, cabe señalar que los rendimientos del maíz en México figuran entre los más bajos del mundo: poco más de 2

Jesús Puente Leyva es economista.

⁷⁰ Eric Wolf, *Pueblos y Culturas de Mesoamérica*, Era, México, 1980, pp. 54-137.

⁷¹ Datos de la Cámara Nacional de Maíz Industrializado. Desde luego, se sabe que el consumo *per cápita* en el sector rural excede al del sector urbano: la información disponible permitiría concluir que el primero supera entre 60 y 100% al segundo. Sin embargo, el diferencial alto parecería involucrar alguna sobreestimación, pues lo que se considera como autoconsumo en dicho sector correspondería —en algún margen— a consumo ya captado en el renglón de gasto familiar en efectivo a través de las encuestas que hace periódicamente el INEGI. El consumo de tortilla de maíz en México se ha estimado a partir del consumo aparente —producción nacional más importaciones— de maíz blanco, y con información de ingreso y gasto familiar, con ajustes que consideran el autoconsumo en el sector rural; de igual manera, hasta el año 2000 se registró la asignación del subsidio en especie (ya desaparecido) correspondiente a los llamados “tortibonos” (básicamente en las áreas urbanas del país). Cabe señalar que la tortilla se elabora con maíz blanco de producción nacional, permitiendo satisfacer el grueso de la demanda interna. En consecuencia, los datos disponibles deben considerarse como órdenes de magnitud, ya que la producción y las estimaciones de autoconsumo de maíz blanco son de difícil conciliación entre diversas fuentes (oficiales y no oficiales). Con esta reserva, en los años recientes el consumo comercial aparente de maíz blanco fluctúa entre 7 y 8 millones de toneladas anuales; de este volumen, el grueso (entre 85 y 90%) corresponde a producción nacional y el resto a importación (entre 300 mil y 700 mil toneladas anuales).

⁷² Véase David Barkin, “El Maíz y la Economía”, en Gustavo Esteva y Catherine Marielle (coords.), *Sin Maíz no hay País*, CONACULTA - Museo Nacional de Culturas Populares, México, 2003, pp. 155-176. En el curso de los últimos años, el consumo aparente de granos básicos en México (producción nacional más importaciones, orden de magnitud) fluctúa alrededor de 25 millones de toneladas anuales; de este total, entre 55 y 60 % se cubre con producción nacional. Del citado consumo total aparente de granos básicos, entre 7 y 8 millones de toneladas —como ya se mencionó— corresponden a maíz blanco, producido básicamente en el país, el cual es utilizado sobre todo para la producción comercial de tortillas; el resto, incluido el maíz amarillo, son granos forrajeros y de uso industrial.

toneladas por hectárea, en promedio, frente a 8 o 10 toneladas en los países industrializados.

Económica y socialmente, el carácter del maíz es complejo: en su cultivo se ocupan 2.5 millones de campesinos que representan a 40% de la población trabajadora del campo, pero el grueso de esa mano de obra —probablemente 3 de cada 4 campesinos maiceros— corresponde a minifundistas que cultivan tierras de temporal con rendimientos de una tonelada o menos por hectárea; a precios de mercado, esto significa que un campesino tradicional con dos o tres hectáreas de cultivo genera ingresos anuales que van de 3,000 a 4,500 pesos, equivalentes —en promedio— a un dólar o dólar y medio por día. Este enorme contingente humano produce básicamente para el autoconsumo, con ayuda de cultivos complementarios en la propia milpa —frijol, chile y calabaza, principalmente— ocupándose, además, en actividades accesorias de muy bajos ingresos.

Virtudes contradictorias del maíz: el cultivo minifundista del grano, para autoconsumo, ha evitado que la migración del campo a la ciudad fuera más abrumadora y conflictiva de la que se ha registrado en el curso de las últimas décadas. Al mismo tiempo, el éxodo de mano de obra a Estados Unidos ha permitido que los trabajadores migrantes contribuyan a mejorar el nivel de vida de sus familias, y esto no es de poca monta: las remesas de efectivo que hacen anualmente a México los citados trabajadores (entre 14,000 y 16,000 millones de dólares) representan 40% del valor total de la producción agropecuaria del país.⁷³ Los alcances e implicaciones de esto no se pueden ignorar: en primer lugar, amén de lo que significan para el equilibrio de la balanza de pagos, las citadas remesas evitan —también— un mayor éxodo del campo a las ciudades, en donde la población migrante no puede encontrar empleo ni solución a sus más elementales problemas de sobrevivencia. Con esta mínima consideración, es un hecho que el cultivo del maíz y la alimentación tradicional —por muy diversos caminos— “impactan de manera importante el desarrollo del país”. En estos términos, el documento que presenta México ante la UNESCO no exagera cuando expresa la

⁷³ Véase David Borkin, *Op. Cit.*

necesidad de que se pongan en práctica “políticas claras” del gobierno, para enfrentar asechanzas económicas y culturales que agreden a la tradición alimentaria del maíz y “la amenazan como sistema vital”, considerando que esa tradición es “base del sustento material y espiritual de la nación”.

De hecho, el citado documento compromete a quienes en México “elaboran las políticas públicas referentes al medio ambiente, a la agricultura, a la economía, a medidas alimentarias, educativas, de comunicación masiva y de acción cultural para que conserven y promuevan [nuestro] patrimonio gastronómico”.

En el centro y en la base de ese compromiso están la producción y el consumo del maíz. Con todo, algunos analistas de gran credibilidad técnica consideran que la agricultura tradicional es evidencia desfavorable de premodernidad. Sin embargo, no podrían negar que el maíz sigue siendo el alimento de más alto beneficio en su relación costo/nutrición y que, en el ámbito rural, la milpa maicera se mantiene como base de la alimentación cotidiana y como confiable despensa de la comunidad.

Por ello preocupa que, desde hace años, nuestros gobiernos hayan disminuido —hasta desaparecer actualmente— el apoyo alimentario elemental para las familias más pobres del país, eliminando subsidios a la tortilla adquirida por el consumidor final. Esto parecería absurdo pues dicho subsidio, que hasta hace pocos años beneficiaba todavía con un kilo diario de tortilla a 2 millones de familias (al costo de tres pesos diarios por familia), representaba un ínfimo gasto público global de 2,200 millones de pesos anuales, equivalentes —cifra minúscula— a la tercera parte de una milésima del PIB.

Es importante señalar que, con mermados subsidios, y protegido el precio interno del maíz, en el curso de los últimos cinco años los costos de producción y el precio de la tortilla se elevaron al doble,⁷⁴ y al mismo tiempo se ha mantenido prácticamente estable el precio del pan, producido con trigo de importación subsidiado por los países de origen. En ese breve lapso, el consumo *per cápita* de tortilla en México se habría reducido 26%,⁷⁵ cediendo espacio al trigo... y, de

⁷⁴ Estimaciones de la Cámara Nacional del Maíz Industrializado.

⁷⁵ *Idem*.

paso, a los alimentos “modernizantes” y poco nutritivos, “comida rápida” y “alimentos chatarra” que han invadido el mercado en los últimos lustros. En estos términos, el extremo de las paradojas sería que los bajos precios internacionales del maíz, y el menor costo de otros insumos en el exterior (la energía y el transporte, sobre todo) hicieran competitiva y recomendable la producción de harina de maíz fuera de México, para satisfacer el consumo nacional de tortilla.

Abundemos al respecto: en México, el maíz y sus productos derivados enfrentan una doble problemática: por una parte —con argumentos atendibles— la producción del grano está protegida en el mercado interno, con precios crecientes que se trasladan al consumidor final; de hecho, en los últimos seis años el precio del maíz blanco, arbitrado por el gobierno, ha aumentado 65% (41% entre 2001 y 2004, comparado con una inflación general de 11.3%).⁷⁶ El precio doméstico del maíz, por encima del internacional, se propone favorecer al productor mexicano; sin embargo, quienes se benefician son los medianos y grandes productores que cultivan tierras irrigadas y de buena calidad en tanto que a los campesinos de tierras pobres, que producen básicamente para el autoconsumo, no les aprovechan los precios del maíz por elevados que sean.

En estas condiciones, amén del minifundio, los problemas económicos y sociales vinculados con el maíz no son esencialmente de precio sino de productividad y de costos; se trata de uno de los más graves problemas que enfrenta el país, cuya solución requiere algo más que transferencias para aliviar la pobreza rural en términos asistenciales de corto plazo. El problema demanda una urgente y sustantiva recuperación del gasto público en el campo, no sólo en infraestructura sino también en organización, en investigación y asistencia técnica, además de los tradicionales apoyos a la cosecha. Algunos datos permiten identificar la baja prioridad que se le viene asignando en México al sector agropecuario: en años recientes, la participación del sector en la acumulación bruta de capital fijo representó solamente 1% del total en el país. De igual manera, su participación en la inversión pública federal —incluida la pesca— representó,

⁷⁶ *Idem.*

apenas, 2.4% del total; en años recientes (1994-2002) el crédito aportado al sector agropecuario por las instituciones bancarias, públicas y privadas, se redujo casi 80% en términos reales.⁷⁷

En este entorno se plantean interrogantes que conciernen a la llamada seguridad alimentaria, la cual, estratégicamente, en el curso de la última década se ha identificado con el concepto y prioridades de “acceso” y no — propiamente— con las de “producción” agrícola (destacadamente en lo que concierne a los alimentos).⁷⁸

El tema es complejo porque a los problemas internos del sector tradicional se suma la competencia internacional de muy alta productividad y bajos costos. Al respecto, cabe señalar que si bien la abundante producción mundial de alimentos —ahora, y eventualmente en el futuro— permite su adquisición a bajos precios, queda por resolver el bajo poder adquisitivo de nuestra población sobre todo en el ámbito rural, problema que se debe encarar en perspectiva de mediano y largo plazos con utilitario criterio económico, pero también con responsable sentido social, superando el expediente casuístico para enfrentar las contingencias de cada ciclo agrícola (en última instancia, cabe considerar que los alimentos más caros son aquellos que, a ningún precio, podría adquirir la población más pobre del país).

Resulta paradójico hablar en estos términos porque México es cuna originaria del maíz; igualmente, es pionero de la “revolución verde”, y de otros avances significativos que inclusive, en coyunturas críticas, han salvado de la hambruna a grandes grupos humanos en diversas partes del mundo.

Frente a estas consideraciones —diría Guillermo Bonfil—, los economistas pragmáticos pretenden “desligar al maíz de su contexto histórico y cultural, para manejarlo exclusivamente en términos de mercancía”.⁷⁹ Argumentan que producir maíz en la milpa tradicional es “mal negocio” y que, técnica y económicamente, es

⁷⁷ AA VV., *Anuario Estadístico de los Estados Unidos Mexicanos*, INEGI, México, 2003 (consúltense los cuadros 11.11, 18.10, 18.11 y 19.11, páginas 314, 547, 548 y 599, respectivamente).

⁷⁸ Véase Kirsten Appendini, *De la milpa a los tortibonos. La reestructuración de la política alimentaria en México*, Colmex / ONU, México, 2001, pp. 243-254.

⁷⁹ Véase, AA. VV., *El Maíz, Fundamento de la Cultura Popular Mexicana*, Conaculta - Museo de Culturas Populares, México, 1982, p. 5.

irracional que esta práctica de trabajo y producción sobreviva en México. Sin embargo, las oportunidades de producción y empleo, fuera de sus parcelas, están negadas para los millones de agricultores minifundistas, pobres y de bajo nivel educativo, que —dejados de la mano de Dios, y con respaldos disminuidos del gobierno— llegaron tarde al banquete del desarrollo modernizante. Corolario objetivo y concluyente: en nuestro tiempo, la capacidad de absorción de mano de obra no calificada en el sector urbano del país es prácticamente nula; nos hemos quedado con el recurso del empleo marginal por cuenta propia, y con el desahogo de la migración masiva a Estados Unidos, la cual tiene límites manifiestos sobre los cuales no es necesario abundar (la reflexión se detiene en la agresividad xenofóbica de las patrullas fronterizas, con saldos mortales bien conocidos, y en las indignantes “balas de goma” que asedian y humillan a nuestros compatriotas en las tierras inhóspitas del norte).

En este entorno, preservar la producción y el consumo del maíz es compromiso que desborda argumentos de tradición y cultura: en sus más amplios alcances y con indiscutible vigencia, el maíz se mantiene como base de la seguridad alimentaria, y como garantía de estabilidad social y política del país; este es, objetivamente, el denominador de la relación costo-beneficio que pretende ignorar la evaluación económica convencional.

El panorama del presente y del futuro inmediato es conflictivo. La globalidad no perdona e impone condiciones: antes de que concluya esta década, la agricultura mexicana enfrentará la competencia abierta del exterior al amparo del Tratado de Libre Comercio del América del Norte. En ese lapso —afirmó hace poco un alto funcionario público—, los agricultores mexicanos deberán “hacerse eficientes y competitivos”, o “mejor [será] que se dediquen a otra cosa”.⁸⁰ Esta aseveración de realismo cruel y de autoridad concluyente vale para los grandes productores de buenas tierras, pero no para los campesinos minifundistas; para ellos —traicionando el poema— se proyecta un México cuya superficie ya no será la del maíz, anticipándoles —diría Hugo Gutiérrez Vega— “el tufo de las flores en

⁸⁰ Véase Armando Bartra, “Del Teocintle a los popcorns”, en Gustavo Esteva y Catherine Mariello (Coords.), *Sin Maíz no hay País*, México, CONACULTA/Museo de Culturas Populares, 2003, p. 229.

desgracia”. La única manera de enfrentar el problema es trabajar, desde ahora y en las vísperas, mirando hacia adelante dos o tres generaciones sin escatimar apoyos masivos (subsidios y no subsidios), sobre todo en infraestructura, crédito y asistencia técnica que reclama el campo mexicano... convencidos de que a la seguridad alimentaria y a la estabilidad social y política se les debe reconocer la más alta prioridad nacional.

Por lo demás —entre la tradición y la modernidad—, vale la pena recordar que desde hace varias décadas el desarrollo tecnológico y la producción industrializada lograron que el nixtamal se transformara en harina y de esa manera, con la tortilla, se pudiera trasladar el gusto alimentario de México a otras latitudes y a otras culturas. Con esto, una paradoja más: mientras en México el aprovechamiento del maíz para consumo humano tiende a estancarse y aún a reducirse, en perjuicio de nuestra salud y bienestar, en otros países aumenta. Significativamente, al amparo de la migración mexicana, en Estados Unidos el consumo de tortilla viene aumentando a tasas anuales de dos dígitos, en un mercado que ya representa 2,500 millones de dólares anuales. Éste es, sin duda, un aspecto más —sano, estimulante y apetitoso— de la “reconquista silenciosa” que llevan a cabo nuestros migrantes en tierras del norte.⁸¹ Consideración auspiciosa y utilitaria: más allá del folklorismo, cargar con nuestro *itacate* cruzando fronteras hace evidente que la mexicanidad es buen producto de exportación.

Convencidos —diría Alfonso Reyes— de que para ser más universales hay que ser cada día más mexicanos, sin movernos volvemos al pasado: al abrazo recurrente de la historia, a nuestro rescatable destino agrícola, y a nuestro gusto gastronómico ancestral... porque —reveladoramente— dijo el profeta: para ver al futuro debemos mirar hacia atrás. Este día, con legítima iniciativa y con argumentación profunda, solicitamos que el mundo reconozca al maíz y a nuestra tradición alimentaria como patrimonio de la humanidad... invocación —al mismo tiempo poética y pragmática— de mexicanos afirmados en sus raíces y orgullosos de su mestiza identidad.

⁸¹ Fuentes oficiales y estudios autorizados permiten estimar que actualmente 25 millones de mexicanos habitan en Estados Unidos; de ellos, 9 millones corresponderían a quienes mantienen su nacionalidad mexicana (documentados o no para residir en el país vecino); el resto son descendientes de mexicanos en segunda o tercera generación.

