



BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA

Facultad de Filosofía y Letras

Colegio de Historia

**LOS ALIMENTOS EN LA COCINA MEXICANA, LOS USOS Y
COSTUMBRES DEL CHOCOLATE, EL AZÚCAR Y OTROS: UN
ACERCAMIENTO A SU HISTORIA**

Tesis

que para obtener el título de Licenciada en Historia

Presenta:

M^a del Pilar Sánchez Pacio

Asesor:

Marco A. Velázquez Albo

Puebla, Puebla

Marzo de 2007

Presentación

En una casa a la cocina se le asigna, físicamente un espacio regularmente pequeño pero como tema de estudio es muy amplio, pues puede abordarse en materias como gastronomía, aristología, según Mariano Carcer es el arte de comer bien (1953, p. 230), en pintura, en arquitectura, en los juegos de niños, etc.

Por lo anterior, se decidió acotar el presente trabajo en el estudio de los dulces típicos y el chocolate en México, esto porque ambos han tenido mucha influencia en la sociedad. Un ejemplo, es el caso de los dulces, los cuales en su mayoría son una creación conventual, fueron hechos no sólo para solventar los gastos de la comunidad, sino para recordar todos aquellos placeres ofrecidos por la vida a cambio del servicio a Dios. El chocolate, también fue utilizado en los conventos, tuvo mayor desarrollo fuera de éstos pues desde la llegada de los españoles a América, fue utilizado casi para todo: en el almuerzo, antes de decir la misa, después de la comida, en la cena, etc. Asimismo era común su uso como remedio de algunas enfermedades y en cada una de ellas se preparaba una receta diferente, sin embargo, quienes más lo tomaron fueron los sacerdotes y monjas de los monasterios, por esta razón, durante el siglo XVII fue ilícito beberlo, por romper el ayuno eclesiástico, además de hacer florecer en los hombres las pasiones.

Mucho se ha escrito acerca de estos temas por separado pero en este trabajo hablaremos de ambos porque se consideran muy importantes en el desarrollo gastronómico de nuestro país, además, los dulces se han convertido en una característica de un estado o región de nuestro país, como es el caso de Puebla, un lugar donde se ha desarrollado una larga tradición debido a la gran variedad de dulces preparados en esta ciudad (tortitas y camotes de Santa Clara, los macarrones, etc.).

Frente a los dulces, el chocolate ha perdido mucho terreno, porque mientras los dulces siguen teniendo vigencia, éste ha pasado de ser la bebida por excelencia de los aristócratas y religiosos (as) a una simple golosina para los niños, al menos así es como ha quedado en el centro de nuestro país. En lugares como Oaxaca, Tabasco, Chipas, los mayores productores y en zonas como Campeche y Yucatán aún se tienen muy enraizada una cultura del chocolate, con respecto al café, es más consumido, lo toman con avena, toman pozol, etc.

Por otra parte, este tema de investigación tiene sus orígenes, desde mi infancia, he tenido la influencia de mi familia, quienes se han dedicado por muchos años a la elaboración de chocolates y a la venta de dulces de caramelo. Posteriormente, en mis estudios de Licenciatura en Historia, en el curso de Temática de Revolución Mexicana, durante las clases se presentó un interés por las cuestiones de los dulces y en particular del chocolate. Así mismo, al inscribirme en el seminario de Historia Cultural I y II concluí que la comida es muy importante en la formación de las culturas, pues ésta es un medio por el cual los integrantes de una sociedad se manifiestan y conviven entre sí. Además de acuerdo con lo ya investigado, este es una cuestión en pocas ocasiones considerada por los investigadores, quienes no ven a los alimentos como un objeto de estudio.

De esta manera, al trabajar una cuestión como la de los dulces y el chocolate, también se debía abordar acerca de aquellos alimentos que culturalmente hablando influyeron mucho en la formación de algunos grupos sociales, tal es el caso de civilizaciones como la del arroz, el trigo y el maíz. Además de otros como el frijol, la mandioca, la papa, el pescado, los cuales, al combinarse con los ya mencionados no sólo los enriquecen sino también hacen a la comida más balanceada y nutritiva. Al mismo tiempo es importante hacer referencia de los endulzantes, sin ellos sería imposible la elaboración de aquellas golosinas.

Las investigaciones encontradas tenían como objeto de estudio la comida no en cuanto a repostería sino a los platillos tradicionales de cada región, país. A su

vez, los enfoques se pueden dividir en gastronómicos, históricos y antropológicos. Ejemplo de ellos, tenemos el trabajo de Adriana Guerrero Ferrer (2000) de nuestra Facultad realizó desde un enfoque antropológico un estudio de la dulcería en Puebla. A nivel nacional podemos mencionar a Heriberto García Rivas, quien en su trabajo *Cocina prehispánica mexicana, la comida de los antiguos mexicanos (1991)* aborda desde un punto de vista histórico acerca de la comida de los indígenas de México antes de la llegada de los españoles y con respecto al tema de los dulces sólo menciona sus componentes, es decir, del azúcar, el piloncillo, las mieles. Entre otros.

El interés de trabajar con estas golosinas, es que tras la comida, los dulces y el chocolate hay un trasfondo social, histórico y cultural, pues mediante la utilización de los alimentos es como se va creando una cultura de la alimentación.

Para finalizar, el tipo de referencia que se utiliza en esta investigación es la forma ISO 690 de 1987, que en nuestro país fue traducido como UNE 50-104- 94, en la cual sólo se pone el apellido del autor y el año de edición de la obra. Para ello fue utilizado el manual llamado "Normas de presentación de originales para la edición. Originales de autoría y originales de traducción", de Silvia Senz Bueno, editado en el año 2001.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	7
--------------	---

CAPITULO 1 COMIDA Y CIVILIZACIÓN

1.1 Mitos de la cocción de los alimentos	17
1.2 La comida para los dioses	23
1.3 De la cacería a la agricultura y la alfarería	27
1.4 La comida, una norma calendárica	31

CAPITULO 2 LOS ALIMENTOS, BASE DE LA CIVILIZACIÓN

2.1 La semilla de la abundancia: el arroz	39
2.2 Al pan, pan: el trigo	44
2.3 El pan de los mexicanos: el maíz	50
2.4 El café, la semilla que da vida	57
2. 5 Los amigos del hambriento	62
2. 6 El tubérculo andino y la mandioca	64
2. 7 El oro blanco: el azúcar	69
2.8 Las mieles	79

CAPITULO 3 LOS DULCES Y EL CHOCOLATE

3.1 Los dulces	85
3. 2 La base del chocolate: el cacao	98
3.2. 1 Sus características	104

3.3 El chocolate para el mundo	107
3.4 El chocolate de los mexicanos	121

CAPITULO 4 MÉXICO Y SU GASTRONOMÍA

4.1 Los alimentos desde el México prehispánico	134
4. 1. 1 Una opción cuaresmal	143
4. 2 Para comer bien	147
4. 3 Las reuniones	153
4. 4 Los libros de cocina y sobre cocina	156
4. 5 Los alimentos en la medicina	164
4. 6 De los mercados a los mesones y los restaurantes	166

CONCLUSIONES	172
--------------	-----

FUENTES Y BIBLIOGRAFÍA	178
------------------------	-----

ANEXOS	188
--------	-----

Anexo 1 El tiempo del chocolate	189
Anexo 2 Algunas recetas	193
Anexo 3 Entrevistas	199
Anexo 4 Imágenes	210

Introducción

¿Cuál es la relación que tienen la historia y la cocina? ¿Qué interés tiene estudiar el chocolate y los dulces? El deseo de trabajar con estas golosinas es que en ellas existe un trasfondo cultural, esto porque mediante la utilización de los alimentos es como se va creando una cultura de la alimentación, además, en la actualidad, tenemos una crisis alimenticia en la cual los hábitos han cambiado. Por otra parte, la comida siempre ha estado presente en el desarrollo de las civilizaciones, pues los alimentos en ella utilizados, han servido para fines religiosos, mitológicos, mágicos, artísticos, etc.

Las golosinas, por lo general son consideradas una comida que satisface un antojo, el cual puede no siempre ser dulce, sino picoso, salado, etc. Siempre es realizado entre comidas y no necesariamente debe ser nutritivo, pero los alimentos si nutren al organismo.

En tiempos antiguos, cuando el hombre apenas había aparecido sobre la faz de este planeta comenzó a formar grupos sociales. Al principio eran nómadas y vivían de lo cazado y lo recolectado por las mujeres, pero con el tiempo, se dieron cuenta que todos los frutos y vegetales cosechados sólo podían obtenerlos en un periodo del año específico. Ésta fue una de las razones por las cuales el hombre conoció la agricultura; ésta, le sirvió para mantenerse en grupos y establecerse en un lugar determinado, creándose con esto las denominadas comunidades sedentarias. Sin embargo, la agricultura no fue el único factor por el cual los hombres se establecieron en un solo lugar, también elementos como el fuego o el agua fueron muy importantes.

Con todo esto, los hombres crearon a sus dioses: de la comida, del sol, del fuego, del agua, a quienes rendían culto con el objetivo de ser provistos de los alimentos diarios, además, cabe hacer mención que en un primer momento todo

cuanto comían y les presentaban estaba cruda, hasta el descubrimiento del fuego. Sobre esto, existen muchos mitos como los presentados por Claude Levi-Strauss en su libro mitologías I *Lo crudo y lo cocido* (1982), nos presenta algunos mitos acerca de cómo los hombres obtuvieron este elemento. En este documento sólo, se mencionan dos: en el primero, se narra acerca de cómo los hombres obtuvieron el fuego por medio de un jaguar. En el segundo, una anciana lo adquiría de un ave y cuando los hombres se dieron cuenta de eso, se lo quitaron.

A partir del momento en que el fuego fue descubierto, todos los hombres aprendieron a cocer los alimentos, además comenzaron a fabricar instrumentos útiles en la preparación de éstos, es decir, hicieron ollas donde calentar agua, cajetes y jarros para beberla y almacenarla.

Ahora bien, cuestiones como las del clima, la vegetación y los animales van a ser muy importantes en el desarrollo de cada civilización, pues estas definirán su alimentación y sus costumbres. Para esto, la humanidad en su evolución creó los calendarios, con ellos pudieron contar el tiempo de las siembras y las cosechas, así como la organización de sus actividades, principalmente en el caso de las fiestas a sus dioses, pues las ofrendas se formaban de acuerdo a la deidad que se honrara.

Además, un alimento como el maíz, con mucha facilidad se adapta a las condiciones más adversas del clima, no necesita de muchos cuidados, pues sólo se le debe tener cuidado de las plagas y tenerlo lo suficientemente hidratado con la finalidad de que no se seque o se ahogue. Este grano identificó a muchos de los pueblos de América. Según las crónicas de conquistadores como Hernán Cortes, Bernal Díaz del Castillo y Diego de Landa, entre otros. El maíz era, en América, como el trigo en Europa, lo utilizaban en todo y para todo. El arroz, fue una de las primeras semillas traídas por los españoles a América y, a diferencia del maíz es un cultivo en el cual el agua se necesita en mayor cantidad, es menester estarlo vigilando con mucha frecuencia. Por ello, los cultivos y sus cuidados influyen mucho en las costumbres de los pueblos.

A consecuencia del descubrimiento del Nuevo continente, los europeos conocieron alimentos como la papa, originaria de las tierras andinas. Desde los tiempos prehispánicos era sembrada por los cultivadores de la quinua (un alimento sagrado endémico de estos lugares). Las primeras referencias acerca de ellas son las de Pedro de Valdivia quien decía que los indios se alimentaban con estos tubérculos y las iban a recoger a las colinas. En 1670 Diego de Rosales menciona en sus manuscritos a las papas como su principal mantenimiento.

Por otra parte, el tema central de esta tesis es acerca de los dulces y el chocolate. Estos ya existían desde tiempos antiguos (Lavín, 2001, vol. 1, p. 8), un ejemplo es el *ponte duro*, este se preparaba con harina de maíz y miel. Asimismo está el chocolate o *xocolatl*, una bebida que en un principio no se tomaba dulce, sino amargo, se mezclaba con chile, pimienta, masa, achiote, vainilla y otras especias utilizadas por los indígenas. A los conquistadores no les gustó mucho, pero poco a poco se acostumbraron a ella y la combinaron con el azúcar.

Durante los siglos XVI al XVIII, el chocolate llegó a ser el alimento más importante de la comida, la gente y en especial los religiosos lo tomaban tantas veces, que llegó a considerarse ocasión de pecado y fue prohibido su consumo, esto debido a causa de romper el ayuno eclesiástico a componentes energéticos tales como la cafeína y la teobromina. Sólo era permitido tomarlo a aquellos respetuosos de las leyes de la iglesia y a los enfermos, siempre y cuando no fuera en los días indicados por la religión. Además, combinado con otros ingredientes ayudaba al mejoramiento de la salud de los enfermos en cuanto a su temperamento, problemas del bazo, la dificultad de orinar, calmas los malos humores, etc. (Coe, 2000, p. 36)

Ahora bien, para la elaboración de los dulces, el ingrediente principal es el azúcar o las mieles, las cuales pueden ser extraídas de diferentes plantas como la caña de azúcar, la remolacha, de las frutas, del nopal, de la caña del maíz, o de las abejas, las principales productoras de miel. La azúcar fue el principal motor de la

fabricación de dulces en los conventos. Muchos de ellos se elaboraban con recetas de las monjas originarias de Europa. Pero la gama de productos se amplió cuando conocieron las frutas y alimentos de origen americano.

La cocina conventual fue más creativa y se prepararon nuevos dulces como los virreyes, las charamuscas, y a otros se les agregaron ingredientes indígenas o europeos como es el caso de los dulces preparados con frutas como la pitajaya. Todo esto contribuyó mucho a que los dulces se convirtieran en una característica en los conventos y en las ciudades en donde se hacían (Guerrero Ferrer, 2000, p. 43; Lavín, 2001, vol. 1).

Después de la independencia y entre las muchas guerras acontecidas en el siglo XIX, la nación quedó hecha trizas, tenía una gran inestabilidad política, económica y sobre todo, la sociedad no tenía idea de si era mexicano o novohispano. Ante esta situación, los caudillos y nuevos dirigentes de México crearon varios mecanismos para hacer sentir a la gente parte de la nueva patria, una de las alternativas fue la de producir un tipo de comida más “mexicana”, para ello, el nuevo estado mandó publicar recetarios como *El cocinero Mejicano* de 1831, *El Almanaque de México*, de Mariano Galván, *El manual culinario*, de Manuel Murguía, etc. todos estos tenían el fin de difundir una comida que promoviera su raíz mexicana en cuanto a gastronomía y, además fuera económica (Pilcher, 2001; Long, 1997, p. 462).

Por todo lo ya antes mencionado, es importante decir que un factor indispensable del desarrollo de la comida mexicana son los mercados, estos son lugares en donde no sólo se conseguían los alimentos y utensilios para la preparación de la comida. En ellos, la gente interactuaba y se mantenía informado de todo lo acontecido en la comunidad. El más grande en la historia de nuestro país es el de *Tlatelolco*, en se podía encontrar todo lo concerniente a la elaboración de los víveres y el hogar, además de la herramienta necesaria en el trabajo de los hombres. Pero existían algunos mercados en los cuales sólo se encontraban cosas

específicas, como en el Acolma, ahí se vendían las mejores carnes y el de Texcoco, se hacían vasijas (Pilcher, 2001, p. 40, 42).

Para la elaboración de este trabajo, utilizamos en la primera etapa la metodología de tipo documental: se consultaron, libros, revistas, documentos y películas relacionadas con el tema, tal es el caso de autores como: Sophie y Michel D. Coe (2000), quienes en su libro *La verdadera historia del chocolate*, que con un enfoque histórico nos mencionan acerca de cómo fue que los indígenas tenían a las semillas de cacao en alta estima, pues las utilizaban como alimento, medicina y moneda, y después de varios siglos lograron convertir estos amargos granos en la bebida más apreciada por los nobles mayas, mexicas o aztecas, etc. Asimismo, tras la llegada de los españoles, se llevaron a Europa este líquido, al principio, fue exclusivo de los reyes y clérigos, y posteriormente se volvió popular.

Otra obra de gran ayuda es la de José García Payón, titulado *Amoxocolatl o Libro del chocolate* (1936), en donde de manera clara y un enfoque socio- histórico, nos señala no sólo la importancia del chocolate en la sociedad novohispana y europea de los siglos XVII y XVIII, sino también la influencia que tuvo, pues durante estos siglos se realizaron varios tratados, poemas, disertaciones, estudios, recetas, etc. acerca de este producto.

Por otro lado, el facsímil de la obra de Antonio De León Pinelo *Question moral si el chocolate quebranta el ayuno eclesiástico*, en la cual el autor desde un enfoque religioso nos detalla que el cacao no sólo era el principal ingrediente de la bebida llamada chocolate. Además de ser muy apreciada por la población, era causa de pecado, pues debido a la adicción de los sacerdotes y las monjas de los conventos, así como el resto de los habitantes tenían la costumbre de tomarlo todos los días por la mañana, se discutió si rompía de ayuno o no.

Otro texto importante en la elaboración de esta tesis es el libro de Jeffrey Pilcher, titulado *¡Vivan los tamales! La comida y la construcción de la identidad*

mexicana (2001), el cual desde un enfoque antropológico, nos hace un análisis acerca de la historia del maíz en nuestro país, pues narra acerca del uso que los indígenas le daban desde los años anteriores a la conquista y de cómo el gusto por este grano persiste hasta nuestros días, a pesar de los intentos por suprimirlo de la dieta de los indígenas y hacerlos comer el trigo. Al mismo tiempo, el libro de Fernando del Paso, *La Cocina Mexicana* (2003), quien desde un punto de vista histórico hace mención de varios de los alimentos consumidos en este país y de cómo muchos de ellos pasaron al viejo continente con gran éxito y viceversa, pues llegaron a ser de gran valía, principalmente en los años de malas cosechas, tal es el caso de los frijoles y las papas, el chocolate, el arroz, el azúcar, algunas especias, entre otros.

Cabe mencionar la importancia de las cinco primeras revistas de la colección *La cocina mexicana a través de los siglos* (1996-1997), las cuales, con un enfoque histórico nos explican acerca de los cambios sufridos por la comida de nuestro país a través de los siglos. En la primera, llamada *México antiguo*, se nos narra sobre la comida durante el México antiguo, esto es, la forma por la cual los habitantes de las tierras de mesoamérica obtenían y preparaban sus alimentos (caza, agricultura, alfarería). En la segunda, titulada *Época prehispánica*, hace referencia a las costumbres de los indígenas una vez establecidos en un territorio. La tercera, *Mestizaje culinario*, en ella se explica como los ingredientes europeos y Americanos se unieron para formar una cocina que hasta nuestros días es única en el mundo. La cuarta, *La nueva España*, hace alusión a la alimentación durante el virreinato y cuales eran sus costumbres. Y, la quinta, *Tiempos de guerra*, nos da un panorama acerca de la preparación de la comida durante el siglo XIX. También, fueron útiles libros como los de Jacques Legoff, Norbert Elias, Fernand Braudel, entre otros los cuales explican cómo la humanidad ha modificado sus costumbres en la mesa, en la sociedad y en la preparación de la comida, etc.

También es importante señalar la consulta de lugares como el Archivo General de la Nación (AGN) y el Archivo General Municipal de Puebla (AGM), así como el archivo de la familia Sánchez López donde se encontró información acerca de los establecimientos, los usos del chocolate y los dulces. De manera alterna fueron utilizados algunos periódicos, principalmente de reciente impresión, en ellos se pudieron encontrar datos acerca de la comida de otros lugares de México. Así mismo fue importante la realización de algunas entrevistas a gente relacionada con la materia, en las cuales sólo se mencionan recetas acerca de la preparación de dulces. Debido a la petición de no usar la grabadora, las entrevistas sólo son comentadas. Por otra parte, las entrevistas son referidas de la siguiente manera: EMP, ECHO1, ED1, etc., esto con la intención de proteger la identidad de mis informantes.

La presente tesis está dividida en cuatro capítulos. En el primero expone cómo el hombre desde su aparición en el mundo, comienza a formar sociedades y después de la obtención del fuego y de conocer sus usos, inventa un mecanismo en el cual se prepara para realizar sus actividades cotidianas y no cotidianas, también se organiza en las cuestiones de la obtención de los alimentos que lo sustentaran.

En el segundo capítulo, se habla acerca de pueblos como el del arroz, uno de los cereales más consumidos en el mundo, también se hace referencia del trigo cuyos orígenes están en tierras del norte de África, para ser exactos en Egipto. De aquí fue llevado a España por los Moros en el momento de la conquista de este país alrededor del año 700 d. c. y posteriormente, se propagó por Italia. Se menciona a civilizaciones como la del maíz y del frijol, los cuales son los más ingeridos por el pueblo mexicano.

En este mismo capítulo, se habla acerca de una de las más grandes aportaciones de la naturaleza: el azúcar. Se mencionan ejemplos como el azúcar de remolacha, la fructuosa, la sacarosa, etc. pues estos tienen mucho que ver con la fabricación de los dulces, sin ellos, simplemente, no existirían.

En el tercer capítulo se trata acerca de los dulces y el chocolate. De los primeros, son considerados una golosina, sin embargo son muy importantes en la historia de nuestro país, esto gracias a que se han convertido en una característica de una región, y de ellos existen una gran variedad las cuales se pueden encontrar en diferentes lugares de nuestro país. Con respecto al segundo, se tocan aspectos como el origen del cacao, sus características, su influencia en la sociedad, de él se escribieron canciones, odas, y fue muy peleado por muchos países, además alcanzó un desarrollo muy importante durante los siglos XIX y XX, pues dejó de ser una bebida y comenzó a fabricarse en tabletas.

En el cuarto y último capítulo, abordamos el caso de México y su gastronomía. En particular se hará mención del pescado como un alimento de importancia, pues común de los días cuaresmales. Asimismo se señala la trascendencia de los mercados, aquellos lugares en donde se compran los víveres para preparar la comida, también de las fiestas, en la cual de acuerdo con el tipo de celebración, va a ser la comida ofrecida a los invitados. Es importante hacer referencia a la función médica de los alimentos, pues además evitan el contagio de enfermedades

La comida juega un papel importante en la vida cotidiana de los seres humanos, pues desde la antigüedad, antes del descubrimiento del fuego, los hombres ya tenían métodos por los cuales conservar y comer sus alimentos. Sin embargo, su descubrimiento marcó la historia humana, con él, los pueblos nómadas dieron un paso hacia la civilización, la cual se confirmó con el desarrollo de la agricultura, y con esto se dio pauta para que estos se volvieran sedentarios.

Por medio de la agricultura, los seres humanos aprendieron a cultivar diferentes frutos, semillas, plantas, etc. lo cual terminó en el desarrollo de otras actividades como la alfarería y la caza. Asimismo, todo esto los llevó a crear formas de comportamiento propio el cual los caracterizaba y daban esencia a los grupos sociales.

Con el cambio al sedentarismo, y de acuerdo con la región donde se ubicaron los grupos, estos se especializaron en diferentes cultivos, tales como el arroz, el trigo, el maíz, entre otros, en los cuales basaron toda su alimentación. Esto nos hace pensar que los platos diarios son una creación milenaria en constante evolución, por lo tanto su importancia en la sociedad es fundamental. Después de todo, la comida, es la mezcla no sólo de ingredientes, sino también es el resultado de la convivencia entre las personas, de ahí pues, el valor de su estudio, objeto central de esta tesis.

Para finalizar, el estudio de la comida como un elemento imprescindible en el proceso civilizatorio, es importante, porque mediante ellos podemos determinar la cultura alimenticia de los pueblos, clanes o tribus del planeta, esto es, todo lo cotidianamente consumido.

CAPITULO 1

COMIDA Y CIVILIZACIÓN

A lo largo de toda la historia de la humanidad, los seres humanos siempre han tenido la necesidad de convivir con gente que tenga sus mismas afinidades, es así como se empezaron a formar las primeras civilizaciones (Elías, 1987), las cuales fueron nómadas y tenían como principal fuente de sustento la caza, y la recolección de algunos de los frutos silvestres encontrados a su paso encontraban. Posteriormente cuando mediante la domesticación de las plantas y con el establecimiento en un territorio descubrieron la agricultura, convirtiéndose así en sedentarios.

Por lo anterior, cuando abordamos temas relacionados con la civilización de los hombres, debemos tener en cuenta a la cultura de quien estemos hablando. En el caso los griegos, por ejemplo, todos los pueblos fuera de sus parámetros de comportamiento, eran llamados bárbaros. Esto nos ha llevado a decir que, en los tiempos antiguos, los primeros habitantes eran incivilizados. Sin embargo con el paso de los años, la mayoría de los grupos o clanes, fueron refinando su comportamiento de acuerdo con el medio en el cual se desarrollaban, esto es, cuando los pueblos primitivos se formaron, lo hicieron con base en sus necesidades y creencias, es decir, todos los hombres comenzaron a organizarse con la finalidad de salir a cazar y las mujeres se unían para recoger las cosechas en cada temporada. Esto los convirtió en seres de costumbres donde la convivencia entre unos y otros era indispensable en la obtención de la comida diaria (Mckenna, 1993, p. 42).

Por otra parte, los alimentos son el medio por el cual podemos hacer la comida, para entender un poco sobre esto, nos hemos apegado a la explicación que José Carlos Capel (1987, p. 9) indica acerca del significado de esta palabra:

El pan es un eslabón que une a la arqueología con la gastronomía, además, también aclara que el vocablo pan es del latín “panis”, que probablemente deriva del griego pan, que quiere decir “todo” y este a su vez del sánscrito pa, que significa “alimenta

Con lo anterior, tenemos al pan como el alimento diariamente consumido. En cada sociedad hay una manera distinta de hacerlo, esto en función de las materias primas para su elaboración, por ejemplo, en toda América se conocía el maíz, pero en México, el principal pan eran la tortilla o *tlaycalli* y los frijoles. En lugares como Chile, Perú, Ecuador, aunque tenían conocimiento de esta planta, el alimento más común era la papa, mientras, en Europa, lo más usual eran las comidas con trigo, centeno, etc. Pero en el caso de las civilizaciones antiguas, las cuales carecían del fuego, desarrollaron una forma diferente de preparar la comida diaria.

1.1 Mitos de la cocción de los alimentos

Al principio de los tiempos, el hombre primitivo comía todo aquello que obtenía de la caza y de las cosechas, sin embargo, todo eso estaba crudo y le costaba trabajo conservar sus alimentos para después comerlos, por esta razón buscó métodos con la finalidad de mantener en buen estado sus víveres, al principio los ponían a secar en el sol y posteriormente se encontró con elementos como la miel, el azúcar y la sal, de quienes nos ocuparemos en el apartado 2.5.

El verdadero cambio en los hábitos de alimentación humana fue cuando se descubrió el fuego pues con él se transformó de manera decisiva la preparación de los alimentos porque se pudo entonces cocer la comida, y con esto se mejoró el proceso digestivo (Levi-Strauss, 1982, p. 71).

Con lo anterior, cada uno de los pueblos del mundo creó una versión acerca de cómo encontraron el fuego y sus beneficios. Claude Levi-Strauss en su libro *Mitológicas 1. Lo crudo y lo cocido* (1982, p. 73- 74) aporta interesantes ejemplos de

ello. Tal es el caso del mito de la tribu Bororo. En él, el autor nos menciona que un jaguar dio a los hombres el fuego:

Un indio fue con su joven cuñado a cazar unas crías de guacamayos y al llegar al nido hizo trepar a su cuñado para que viera que había; el joven solo vio unas piedras y dijo que había unos huevos y ante la insistencia de su cuñado, los aventó, pero en el momento de caer, se convirtieron en piedras y lastimaron al cuñado adulto, este con el dolor que le provocaron el golpe de las rocas, se enojó y dejó abandonado al joven en una roca, cerca del nido de los guacamayos. Pasaron algunos días y el joven estaba hambriento, sediento, sucio y hasta llegó a comer el excremento de las aves.

Un día pasó un jaguar y el muchacho al verlo sintió miedo y se escondió, el animal al ver su sombra trató de atraparla pero no pudo, entonces miró arriba y dijo al joven que bajara, el cual se negó por miedo de que se lo comiera por lo que el jaguar le prometió que no haría tal cosa. Confiando en su palabra el joven bajó y fue con él hasta su cueva, en donde le dio de comer, de beber y lo limpió, y dijo a su mujer que lo tratara como si fuera su hijo, porque había decidido adoptarlo. Pero a la mujer no le gustó que el joven estuviera ahí y no le daba de comer bien, siempre le daba la peor carne y cuando se quejaba, lo amenazaba con sus garras y sus gruñidos.

Un día el jaguar le dio un arco y una flecha y le enseñó como usarlos y le dijo que si era necesario lo usara si su madre adoptiva lo agredía. Un día el joven mató a la mujer del jaguar y huyó a su pueblo con las armas, un poco de carne y un poco del fuego para alumbrarse el camino y corrió y corrió hasta que llegó a su pueblo y se presentó primero con su hermana y después esta lo llevó con su madre que lo creía muerto y contó su aventura y los demás hombres de su aldea y todos decidieron robar el fuego.

Estando en la cueva del jaguar, los hombres robaron el fuego y la carne que estaba preparándose y al poco tiempo, cuando el jaguar llegó a su cueva, vio que se habían robado el fuego y la carne, entonces se enojó con todos los animales, especialmente con los hombres y juró que no volvería a comer carne asada, dijo que sólo la comería cruda y que no volvería a usar el fuego y desde entonces sólo caza con sus colmillos y no con las armas que mostró al joven

Ahora bien, todos los mitos presentados, tienen pequeñas diferencias, por ejemplo, en el primer mito, el jaguar era un animal compasivo, por haber ofrecido su casa y comida al muchacho, en el segundo, el de la tribu Apinayé, varía en que: *el jaguar era un animal comprensivo y que no se enojó con los humanos* (Levi-Strauss, 1982, p. 74). No obstante, otros mitos como el de los Timbirá en el cual, “la mujer del jaguar fue herida por los humanos y por ello no los pudo seguir” (Levi-Strauss, 1982,

p. 74). Y, de acuerdo con una variante del mito Bororo, *fue un mono el que descubrió el fuego frotando dos varas secas*, en fin; todos tienen algo en común, el jaguar, por medio de él, los humanos conocieron el fuego.

Por otra parte, en nuestro contexto inmediato, en los mitos del maya Quiché se refiere lo siguiente: “¡Bueno! ¿Querrán dar su pecho y su sobaco? ¿Quieren sus corazones que yo, Tohil los estreche entre mis brazos? Pero si así no lo desean, tampoco les daré el fuego [...]” (Popol Vuh, 2000). A razón de esto, los hombres no lo pensaron y aceptaron lo ofrecido por la deidad, con lo cual podemos darnos cuenta de la importancia que para las civilizaciones este elemento representaba.

Para los griegos y romanos, el fuego era concedido por la diosa Vesta o Hestia, quien siempre estaba vestida con una larga túnica y una lámpara o una antorcha en su mano. Sus sacerdotisas tenían la misión de mantener encendido el fuego y, cuando este se apagaba, todas las actividades públicas, los negocios y se esperaban las mayores desgracias. La tranquilidad volvía cuando los sacerdotes de nuevo encendían el fuego por medio de los rayos del sol, el golpe de un rayo o un taladro que se hacía girar a gran velocidad en el hoyo de un pedazo de madera (Humbert, 1986, p. 26).

Asimismo, Robert Graves (1989, p. 89), menciona lo siguiente:

Es la diosa del hogar y en todas las viviendas particulares y casas municipales protege a los suplicantes que acuden a ella en busca de protección. Hestia es objeto de una veneración universal, no sólo por ser la deidad más benigna, recta y caritativa de todas las olímpicas, sino también por haber inventado el arte de la construcción de casa; su fuego es tan sagrado que si se enfría un hogar, ya sea por accidente o en señal de duelo, se reavivan las llamas con la ayuda de una rueda de encender.

Todo lo anterior, se presenta con la intención de dar a conocer que, en todos los casos, los mitos aseguran la práctica de las creencias religiosas, estos, se pueden realizar por medio de los sacerdotes, los reyes, los templos, los animales,

algunos objetos, etc. Para los primeros hombres, todo podía ser sagrado o no serlo (Caillois, 1992, p. 412). Ejemplo de ello, es el fuego, el cual muy pronto se convirtió en un elemento indispensable de los hogares primitivos, con él, pudieron cocer sus alimentos¹, se resguardaban del frío en el invierno y de las fieras.

Así también, en casi todas las antiguas civilizaciones el fuego jugó un papel muy importante en la celebración de los ritos (consultar: Frazer, 1994), es alrededor de él donde se realizaban y se hacía la comida, por ejemplo, en el caso de las cultura mesoamericanas, el fuego se encontraba en el centro de las casas y se le conocía con el nombre de *tlecui*² y estaba custodiado por tres rocas³ que representan a las tres deidades de la cocina y protectoras del hogar: *Mixcoatl*, el fuego; *Tozpan*, la vía láctea y *Ihuatl*, el cielo y además nunca se debía apagar, salvo en las ceremonias del fuego nuevo cada 52 años.

Por otra parte, James Frazer (1994, p. 47) nos hace alusión del alto valor del fuego. Por ejemplo, comenta, que los huicholes salen cada año, durante 43 días en busca de un cacto, el cual, al comerlo los hace estar en éxtasis. Quienes lo buscan en los campos son los hombres y deben hacerlo con calma y sin correr, pues con esto encontrarán salud, suerte y vida, y con una buena conducta podían obtener beneficios como abundantes lluvias, buenas cosechas, etc. Durante esos días a ninguno de los jóvenes se les permitía lavarse, sólo lo hacían en ocasiones especiales, pero el agua debía ser del lugar de donde era originaria esta planta y aquellos desobedientes, serían castigados con enfermedades.

¹ Con el fuego, los hombres crearon diversos aromas, texturas y combinaciones que dieron sentido a la actividad de ingerir los alimentos (Esquivel, 2002, p. 115).

² También conocido como fogón, en algunas regiones de España y sobre él estaba una especie de chimenea a la que llamaban hogar, que con el tiempo a causa de que todos se sentaban a comer alrededor de este, se convirtió en sinónimo de domicilio y de convivencia familiar (Carcer, 1953, p. 230)

³ Que en muchos pueblos de nuestro país se les conoce como tenamastle, en las cuales se coloca una olla, el comal, etc. para cocinar o cocer. En Tabasco son una especie de tubos cilíndricos de barro quemado, resistentes, como de treinta centímetros de altura (Santamaría, 1959, p. 2026)

Este cacto era considerado como la calabaza del dios del fuego, y por lo tanto, el fuego no podía beneficiar a los impuros, en consecuencia, durante el tiempo de la búsqueda, las mujeres confesaban a este elemento todos sus amores pasados, sin olvidarse de ninguno, porque entonces, el joven o el esposo no encontraría ningún cacto. Como una manera de tener fresca la memoria y no olvidar a ninguno, hacían en una cuerda varios nudos, esto para recordar a cada uno de sus amantes, cuando esta era terminada aventaba la cuerda a la lumbre y una vez consumida, sus faltas quedaban olvidadas.

Otro de los mitos acerca del origen de las cosas nos lo proporciona Ramón A. Gutiérrez (1999, p. 13-14). Él nos menciona el nacimiento de dos hermanas en *Shipapu*. La mujer pensamiento (*Tsichtinako*, en el idioma del pueblo Acoma), se encargó de cuidarlas. Cuando ya eran grandes y estaban listas para subir al mundo le dio a cada quien una cesta, enviada por su padre, *Uchtsiti*, con granos y fetiches de las plantas y animales que las acompañarían en la tierra. Dentro de las cestillas había unas semillas de pino, la mujer pensamiento les pidió sembrarlas y, cuando germinaran pudieran salir a la superficie, así lo hicieron las muchachas. Después de haber sembrado las simientes, una de ellas brotó y creció hasta hacer un hoyo en la tierra, entonces pudieron subir. Pero antes de hacer esto, la mujer pensamiento les enseñó dar gracias al sol todos los días por haberlas dejado conocer el mundo, y le debían entregar una ofrenda de harina de maíz y polen.

Cuando por fin salieron, vieron la tierra esponjosa, blanda y tierna, decidieron esperar la aparición del sol y cuando este dio sus primeros rayos, ellas conocieron todos los rumbos del cosmos, los cuatro puntos cardinales, la tierra y los cielos; y las hermanas dieron gracias al astro rey. Después de esto, la mujer pensamiento llamó a una de ellas y la llamó *Latiku* y la hizo madre del maíz. Luego pidió acercarse a la

otra, le dio por nombre *Nautsiti*, la nombró madre de la estirpe del sol, además les dijo el designio de su padre, dar origen a todo lo que había de habitar en el mundo⁴.

Al siguiente día, *Tsichtinako*, la mujer pensamiento, les enseñó a sembrar el maíz, agarró algunas de las semillas de las cestas, con un palo hizo un hoyo en la tierra y en ella puso algunos granos, los tapó, cuando estas germinaron y crecieron hasta estar maduras, les enseñó a cosecharlas⁵. Entonces tomó una mazorca, le quitó las hojas, la desgranó y les mostró como hacer harina y recoger el polen para hacer su ofrenda al sol. En esa misma noche cayó del cielo un rayo de luz y, al tocar el suelo, se prendió, ellas preguntaron a la mujer pensamiento acerca de lo sucedido y esta les contestó que su padre les había mandado el fuego con la finalidad de preparar y calentar sus alimentos, además, les pidió siempre mantener el fuego vivo con las ramas del pino con el cual habían subido.

James Frazer (1994) también nos hace mención acerca de esta temática: en la isla Timor, durante los tiempos de guerra, el sacerdote no podía salir del templo. Los alimentos le eran llevados a este lugar y allí los cocinaba. Tenía la obligación de tener vivo el fuego, si se apagaba habría un desastre en los hogares, además, otro de sus deberes era que mientras el ejército estuviera fuera, él tomaba agua caliente, si tomaba agua fresca el ánimo de los soldados se enfriaría y esto daría a sus enemigos la oportunidad de vencerlos.

En las islas *Kei*, cuando los hombres iban a la guerra, las mujeres engrasaban y colocaba en un tablón piedras con fruta y decían: “OH señor sol, señora luna permitid que las balas resbalen sobre nuestro maridos, novios, hermanos o familiares exactamente como las gotas resbalan sobre estos objetos que han sido untados con aceite” (1994, p. 50). Esto se realizaba con la finalidad de que sus familiares fueran

⁴ Los mitos del maya quiche, que Tepeu y Gucumatz crearon el mundo, separaron la tierra del agua, el día y la noche, hicieron crecer las montañas, crearon a los animales y a los hombres (Popol vuh, 2000, p. 26). De manera similar tenemos en los dos primeros capítulos del Génesis que Dios fue quien creó el cielo, la tierra, el día y la noche, separó los océanos, etc.

⁵ A este respecto, Ceres, la diosa griega de los cereales y las cosechas, enseñó a Triptolemo, el hijo de Celeo, rey de Eleusis, la agricultura, a sembrar el trigo y a hacer el pan (Humbert, 1986, p. 39).

bendecidos por el sol, pues este era la fuerza más grande del mundo y podía mantenerlos lejos del peligro. Es como si pidiéramos protección a alguno de los santos de nuestra comunidad.

Frazer citando al historiador árabe Makrizi, describe una forma de hacer cesar la lluvia, él se refiere a la tribu del Hadramanth, llamada Alqamar: *cortaban la rama de un árbol y le prendían fuego y cuando este ardía, le rociaban agua y así dejaba de llover*. Otro pueblo, los Ojebonays, creían que durante los eclipses el sol se estaba extinguiendo, en consecuencia lanzaban flechas encendidas con la idea de hacer revivir al sol.

Finalmente, los hombres son seres formados a base de hábitos, los cuales cambian paulatinamente, lo que hace de la práctica de dar comida a los dioses una tradición que actualmente permanece.

1.2 La comida para los dioses

Los hombres siempre habían considerado a los alimentos como un don de los dioses, además, estaban conscientes de manifestar su agradecimiento y así obtener de ellos algunos favores, con esa intención daban de comer a sus dioses. Cada dios tenía su alimento en particular, por ejemplo: cuando se hacían ofrendas a el dios de la lluvia *Tlaloc*, se preparaban un par de niños a quienes se les hacia llorar mucho, mientras más lloraran, más abundantes serían las lluvias durante ese año (González de la Vara, vol. 2, p. 1996).

Según Ramón A. Gutiérrez (1999) en los mitos de los pueblos Acoma, después de haber terminado de dar vida a todos los animales y plantas de la tierra, en un descuido de ellas, se cayó un fetiche con la forma de una serpiente, la cual cobró vida por si misma, su nombre era *Pishuni*. Este causó muchos problemas entre las hermanas, un día *Pishuni* dijo a *Nautsiti* que para no sentirse sola debería

procrearse y ella no tardó en pensarlo, quedó de verse con él cerca de un arco iris y al llegar al lugar acordado, *Nautsiti* se acostó boca arriba. Unas gotas de agua penetraron en su cuerpo y poco tiempo después nacieron un par de gemelos varones. Cuando ambos estaban ya grandes las hermanas se separaron, *Nautsiti* se fue con su hijo favorito al este y *Laticu* se quedó con *Tiamuni*, el otro hijo de *Nautsiti*. Con el tiempo esto dos se casaron y tuvieron varias hijas las cuales representaban al cielo, el agua, el fuego y el maíz.

Posteriormente, cuando su padre, *Uchtsiti*, se enteró de lo sucedido, llamó a la mujer pensamiento y las dejó solas. Después de esto, *Latiku* formó a los espíritus de las estaciones, *Shakako*, el invierno; *Morityema*, la primavera; *Maiyochina*, el verano; *Shruisthia*, el otoño. También creó a los *Katsina*, los espíritus-nubes, ellos habitarían en la tierra y les dijo que ellos les darían el alimento de su mundo y, por su parte, los hombres harían lo mismo. Es aquí donde encontramos un acuerdo entre los dioses y los hombres, ellos daban a los dioses comida, y estos en compensación daban a los humanos los frutos y animales para comer, este intercambio de bienes puede variar según el dios al cual se solicite el favor⁶ (Gutiérrez, 1999, p. 37).

En la mayoría de las culturas antiguas, los alimentos brindados a los dioses eran diferentes, cada ofrenda variaba de acuerdo con el dios, por ejemplo: en la cultura mexicana, a los dioses de la lluvia (*tlaloques*), todo se les daba en cuatro, es decir, cuatro tamales, cuatro vasijas de pulque, etc. A ellos también se les ofrecían piedras preciosas y también se sacrificaban a niños y muchos hombres se aventaban a las lagunas y a los remolinos. A las deidades de la agricultura se les ofrecían elementos relacionados con la agricultura, por ejemplo: a *Xipetotec*, se le daban tamales, manojos de cañas del maíz, frutas y flores; a *Centeotl* se le ofrecían los manojos de cañas de maíz algunas palmas de *soyate* en las cuales se ponían mazorcas de maíz, frijoles, chíá, etc. A *Xilonen* (dios del maíz) se le ofrecían los

⁶ En el caso de los ofrecimientos, Roger Caillois (1996), se refiere a esto como un pacto entre los dioses y el hombre, pues cuando este tiene alguna petición que hacer, se adelanta a ellos y con su ofrenda, obliga al dios a concederle su deseo.

primeros elotes de las milpas En la mayoría de los pueblos del México prehispánico, los indígenas tenían la costumbre de hacer con harina las figuras de dioses como *huitzilopochtli* y después lo rompían en trozos y lo comían, las figuras podían estar hechas de maíz o de amaranto (González De la Vara, 1996, vol. 2, p. 20; Merlo, 1996, p. 9). A los cerros y montañas, pues se le consideraba proveedoras del agua tan benéfica para las plantas y cosechas. A estos les ofrendaban niños, pues ellos son la personificación de los *tlaloques*, ayudantes de *tlaloc* dios del agua (Broda, 1997, p. 68).

Una muestra de esto, es la presentada por Marco Buenrostro y Cristina Barros (2001, p. 10). Ellos refieren que para la ceremonia del dios *Bolonzacab*, este era sahumado con 49 granos de maíz molido con incienso. La gente tomaba una bebida llamada *piculakakla*, hecha con 415 granos tostados en una masa de harina y amaranto. Por otro lado, la ofrenda dispuesta por el *brahman*, por la mañana en honor al sol, llamado *Ipalmohuani*, que quiere decir: “aquel por quien todos viven”. Como él era el dador de la vida en la tierra, los hombres tenían la obligación de mantenerlo, para ello, le daba corazones humanos y de animales (Frazer, 1994, p. 8).

Según James Frazer (1994, p. 558), en Arica, una provincia romana, hacían un pan llamado *mania*, este era el nombre de la abuela de los espíritus. Era celebrada en al fiesta de Compitalia, una fiesta rural en la que se elaboraban figuras de hombres y mujeres de lana con la finalidad de que los espíritus errantes, se llevaran la efigies de la puerta y no a las personas de la casa. Se ponían una por cada hombre soltero y otra por cada esclavo.

Los habitantes tibetanos poseen a la diosa *Khön-ma*, ella tiene bajo su autoridad a los demonios de la tierra, ellos los comen con la intención de no hospedarlos en sus casas, asimismo, fijan en la puerta una lámpara con un cráneo de morueco y un batiburro de objetos preciosos tales como hojuelas de oro, plata y turquesas, ponen alimentos secos como arroz, trigo, habas, lentejas, etc. Por último

imágenes o pinturas de un hombre, una mujer y una casa. Cuando todo está listo, el sacerdote reza a la diosa *Khön.-ma* para que ella cierre las puertas de la tierra a los demonios y ya no hagan daño a los hombres.

Al final de todo esto, en todos los casos, los pueblos escogen las mejores y primeras semillas de sus cultivos, a las primeras crías de los animales e incluso a sus hijos como ofrenda a sus dioses. Para ejemplificar mejor esta idea presentaremos el siguiente pasaje bíblico: “No tardarás en ofrecerme de tu abundancia y de tus jugos. “Me darás el primogénito de tus hijos, lo mismo has de hacer con el de tus vacas y ovejas, siete días estará con su madre y al octavo me lo darás” (éxodo, 22, 28-29). El mejor ejemplo de esto, es el de la inmolación de Isaac, hijo de Abraham (Génesis, 22, 9-18). A esto Roger Caillois nos explica que, con la llegada al mundo del primogénito hay un trastorno, y sólo se restablece con la consagración de este a la divinidad, además de asegurar la libre existencia de sus hermanos y los hace propiedad de sus padres.

La divinidad, como ser superior a los hombres, exigió al principio de los tiempos se le diera algo para compensar los dones otorgados a los mortales, pero con el paso de los años, los hombres, se dieron cuenta que si tenían alguna petición a los dioses, debían adelantarse en el ofrecimiento de las cosas, así ellos se veían obligados a conceder su deseo.

Sin embargo, para la realización de los ritos así como el almacenamiento de los alimentos para su supervivencia, los hombres tuvieron que recolectar y cazar la comida, por ello crearon recipientes en los cuales depositar las pitanzas en vasijas, *chiquihutes*, etc.

1.3 De la cacería a la agricultura y la alfarería

Los hombres para facilitar su supervivencia, trabajaron en la elaboración de instrumentos útiles en la preparación de los alimentos. La cacería, la agricultura y la alfarería, siempre han sido los principales oficios a los cuales el hombre se ha dedicado. En la primera, con ayuda de los arcos y las flechas, los cazadores atrapaban a sus presas. El cuchillo (pedernal) o navaja, el hacha, etc. le fueron dados con el fin de conseguir de los campos el sustento para alimentar a la familia. En la primera, lo que más cazaban era patos, conejos, tlacuaches, venados, estos últimos, eran un lujo que pocos podían pagar, sólo nobles los consumían. La segunda fue perfeccionándose cuando el hombre se convirtió a la vida sedentaria. Con la tercera preparaban y almacenaban sus alimentos. (González De la Vara, 1996, vol. 2, p. 27).

De acuerdo con Catherine Milton (1981), los seres humanos pertenecemos a un grupo clasificado como omnívoros. De ellos podemos desprender dos variantes: los herbívoros puros como los bovinos, y los carnívoros puros como los felinos. En el primero de los grupos, los rumiantes adquieren todos sus nutrientes de las hojas, plantas que de la tierra obtienen. En cambio, los carnívoros, necesitan de los tejidos animales ricos en proteínas, pues no tienen la capacidad intestinal de los bovinos para sintetizarlas.

Pero el ser humano, no es un rumiante puro, ni un carnívoro puro⁷, pues su estómago tiene un ácido simple, un pequeño *cecum* en el apéndice y muchas vellosidades en el colon. Por esta razón, los humanos, deben consumir una buena cantidad de proteínas, vitaminas, aminoácidos, etc. las cuales obtenemos de la carne de otros animales y las plantas de la tierra (Milton, 1981). Es por ello, que

⁷ Con este término, nos referimos a que los hombres no se alimentan únicamente de carne o de hierbas, sino de ambas cosas

generalmente los pobladores salían a los campos donde encontraban animales como los chapulines, las hormigas, los caracoles, etc. Del mismo modo son una rica fuente de proteínas. Por otra parte, son una forma de mantener un equilibrio en el medio ambiente, pues la alta población de estos insectos provocaría la pérdida de los cultivos. También comían animales acuáticos como los charales, estos eran cazados en los meses de febrero a mayo, para atraparlos utilizaban unas redes muy finas y los vendían frescos, secos, salados o tatemados, esto es, en hojas de maíz. Igualmente cazaban la tortuga y sus huevos el camarón café y los ostiones (García Rivas, 1991, p. 87; Del Paso, 2003)

Asimismo, Levi-Strauss (1982) nos menciona la existencia de mitos acerca del origen de la agricultura, tal es el caso de la tribu *Mondurucú*, en él se nos refiere que cuando aun no existían las plantas ni los jardines, había una anciana atosigada por su sobrino, quien tenía hambre y le exigía los alimentos agrícolas. Para solucionar esto, ella hizo quemar un rincón del bosque e instruyó a los hombres acerca de las plantas a cultivar en ese lugar: el maíz, la batata, la caña de azúcar, los plátanos, la mandioca dulce, la cara y la *macaxeira*, los melones, los frijoles, etc. Además les dijo cuando y como habían recolectarla, cocerla y sazónarla; pero les advirtió acerca del timbo (el veneno de pescar), este, era dañino y no lo podían comer. Para poder obtenerlo, los hombres debían arrancarlo, machacarlo en agua e invitar a todo el pueblo a comer los peces muertos (1982, p.264).

Cabe mencionar que la tribu *Tukuna* tiene una historia acerca de esta planta en la cual se narra acerca de una virgen fecundada con la raíz de esta y tuvo un niño a quien con sólo meterlo en el agua los peces morían, sin embargo, los animales podían ser comidos por los habitantes del pueblo (Levi-Strauss, 1982, p. 260). Con esto podemos suponer que este es el surgimiento de la cocina.

En el caso de la agricultura, muchas de las plantas existentes fueron aclimatadas o domesticadas. Una gran ventaja que hubo cuando los españoles

llegaron a las tierras del México antiguo, fue la introducción de la yunta y el arado de punta metálica, las bestias de tiro, nuevas técnicas de riego las cuales aumentaron la producción agrícola; pues las técnicas de los naturales de estas tierras eran muy rudimentarias. Además, las verduras, las legumbres y hortalizas traídas y sembradas, presentaron un pequeño cambio en su sabor, esto debido a los climas tan variados. Dos ejemplos diferentes son las manzanas⁸ y los cítricos; las primeras fueron enviadas durante el siglo XVI, eran uno de los frutos mas difíciles de obtener pues al principio eran pequeñas y ácidas y con ellas pronto se empezó a hacer la sidra. Los cítricos por el contrario, pegaron con mayor facilidad (Brokman, 1996, vol. 3, p. 28). Pero así como la producción agrícola aumentó, también surgieron problemas de erosión y de fertilidad de la tierra.

Sin embargo, el hombre, en su proceso evolutivo, creó sus propios utensilios útiles en la preparación de sus alimentos, entonces fabricaron cestos, ollas, comales, platos, vasos y muchos otros como los metates, los platos, vasijas, etc. Todos estaban hechos de piedra o de barro. Con el pedernal se podían hacer cuchillos con los que cortaban los alimentos o a los animales cazados. Con la piedra se hacían instrumentos de molienda como el metate y el molcajete. El primero tiene forma rectangular sostenido por tres patas, con la ayuda del metlapil o mano del metate, molían las semillas. El segundo tiene la forma de un mortero, con su tejolote también se trituraban los alimentos. Estos instrumentos se siguieron utilizando durante el virreinato, pero hoy ya han sido sustituidos por los molinos y la licuadora (González De la Vara, 1996 vol. 2, p. 40).

El oficio de alfarero, era muy difícil pues, cada pieza se elaboraba de diferente manera, primero se prepara y selecciona el barro, esto es como preparar la masa para hacer pan, cada traste tiene su propia “receta”, aunque algunos comparten la

⁸ Estos frutos fueron plantados por orden del virrey Antonio de Mendoza, quien encomendó a un hombre llamado Martín Cortés (sin ningún parentesco con el conquistador) que sembrara 100 000 árboles manzanos, perales, melocotoneros, etc. en la región de Huejotzingo y San Martín Texmelucan primeramente y, posteriormente su cultivo se extendió a Tlaxcala, Cholula y Atlixco. Así mismo, este virrey fomentó el cultivo de otros frutos como la mora, la granada, y la producción de seda, entre otros (Mercado, 1991, p. 17).

misma, en ciertos casos debe ser diferente y para poder tener la elasticidad y consistencia adecuada, era necesario mezclar varios tipos de arcilla o arena con paja y flor de tule, etc. Después de esto se amasaba la mezcla y se dejaba reposar y al último se hacían las piezas, se dejan secar y antes de ser horneados son curados con agua de nixtamal, se dejan secar de nuevo y después se hornean (González De la Vara, 1996 vol., p. 40, 42).

Por lo anterior, el hombre no se pudo quedar en donde estaba, su cerebro fue capaz de asimilar todo lo proporcionado por la naturaleza, por lo que comenzó a fabricar los utensilios y así facilitar su consumo. Además, en muchas comunidades, los hombres producían alimentos y hacían diferentes utensilios no sólo para el auto consumo, sino también en la compra-venta en los mercados.

Así vemos, con el descubrimiento del fuego, se crearon mitos, ritos en los cuales se narra como los hombres lo encontraron, sin embargo, también se le relacionó con el sol y hasta se llegaron a formar religiones que veneraban al astro rey. Por ejemplo, el pueblo egipcio honraba a Ra, los pueblos nahuas, tenían un dios llamado *Tonatiuh*, quien era el mayor premio de los guerreros muertos y de las mujeres muertas en el parto. En muchas civilizaciones de la antigüedad, el sol se convirtió en un símbolo de bienestar, pues permitía la germinación de las plantas y, en consecuencia, dieran sus frutos, con este astro, los pueblos primitivos encontraron una manera de cambiar su forma de vivir, con él, la comida podía ser preparada de diferentes formas y protegerse de los peligros. En él se basaron muchos para crear la forma de fraccionar el tiempo. En una palabra, el sol era todo para ellos. Surge así, otro factor importante en la relación alimento- hombre: el tiempo

1.4 La comida, una norma calendárica

Un aspecto importante del desarrollo humano es su natural curiosidad de explicarse todo cuanto sucede a su alrededor, por esta razón, siempre ha hecho uso de su imaginación, la cual será impulsada por la observación de todas las cosas existentes en su entorno, para explicarse todos aquellos fenómenos difíciles de entender, comenzó a erigirse formas semejantes a él, esto resultó en el surgimiento de mitos, ritos y costumbres culturales que lo distinguieron de otros grupos sociales (Elías, 1994: 11). Cuando hablamos de una civilización es preciso saber del pueblo o comunidad al cual nos estamos refiriendo. Si comparamos a las comunidades indígenas de América con los pueblos europeos, observaremos muchas diferencias en sus costumbres civiles y alimenticias.

Hasta nuestros días, es frecuente leer a cronistas y conquistadores como Hernán Cortés, Bernal Díaz, Diego de Landa, etc. que mencionan a los pueblos americanos como unos bárbaros, por comer animales como los insectos o por practicar los sacrificios humanos, etc.

Como podemos ver, desde el inicio de los tiempos, los humanos sentían la necesidad de organizar sus actividades. Por esta razón inventaron un sistema para contar los días con el fin no sólo de honrar a sus dioses, sino también de separar las temporadas de siembra y cosecha mismas que están determinadas por los cambios en el clima. Los calendarios fueron organizados de acuerdo con los astros, los cuales eran útiles en la orientación de los viajeros.

Al hacer referencia a la forma de organizar la cuenta de los días con respecto a la comida, nos estamos refiriendo a que para todo hay tiempo. Lo hay en la siembra y la cosecha, al preparar el campo para la próxima labranza, realizar la caza, el culto a los dioses. La diferencia se puede ver en la forma de distribuirlo, esto es,

de acuerdo con el cambio de los climas se podrá determinar el calendario agrícola, las fiestas de los dioses y las actividades de las comunidades. Además, en todas las civilizaciones de la antigüedad, había una forma diferente de contar los días. Los calendarios podían ser lunares o solares. Los primeros anuarios utilizados por los hombres, fueron lunares, esto debido a la facilidad de observación del ciclo lunar, pues se efectúa cada veintiocho días, mientras el del sol es más difícil.

Uno de los calendarios vigentes hasta la actualidad y es diferente con el actual, es el chino, el cual está basado en el ciclo de la luna. Fue dividido en 6 meses de 29 días y 6 de 30, esto es, consta de 354 días. Cada mes comienza en luna nueva y su año nuevo se determina por la segunda luna nueva después del solsticio, que ocurre entre los meses de enero y febrero, del calendario gregoriano.

Por otro lado, los indígenas mesoamericanos, llamaban a su calendario *ihuitl*, lo tenían dividido en 18 meses, a los que llamaban: *atalcahualo* “dejan las aguas”, *tlacaxipehualiztli* “desollamiento”, *tzoztontli*, “pequeña vigilia”, *uey tozoztli* “gran vigilia”, *toxcatl* “cosa seca”, *etzalqualiztli* “comida de maíz y frijol”, *tecuilhutontli* “pequeña fiesta de señores”, *uey tecuilhuitl* “gran fiesta de señores”, *tlaxochimaco* “fiestas de la guerra”, *xocotl huetzi* “izamiento de tronco”, *ochpaniztli* “barrimiento”, *teotleco* “lavatorio de pies”, *tepeilhutil* “fiesta a los montes”, *quecholli* “flamenco”, *panquetzaliztli* “levantamiento de banderas”, *atemoztli* “baja de agua”, *tititl* “encogido”, *izcalla* “casa blanca” (Díaz Infante, 2001, p. 90- 104).

Cada uno de estos meses estaba en formado de 20 días o signos, que fueron llamados: lagarto, viento, casa, lagartija, serpiente, muerte, venado, conejo, agua, perro, mono, hierba, caña, tigre, águila, zopilote rey temblor pedernal, lluvia, flor. Más aparte, cinco días nefastos llamados *nemontemis* o “días baldíos”. En estos últimos la costumbre era no hacer ninguna actividad y tampoco se narraba nada de ellos (Caso, 2000, p. 86; Díaz Infante, 2001, p. 104).

Todos los pueblos nahuas, totonacos, huastecos, mayas, zapotecos, etc. tenían dos tipos de calendarios, el anual de 18 meses y el *tonalpohualli*, que quiere decir “papel o libro de los días” y está formado por los 20 signos anteriormente mencionados y de una serie de números desde el 1 al 13. Estos se mezclan en orden y sin repetirse hasta haber transcurrido 260 días. De este modo los días comenzaban en 1 lagarto, 2 viento, 3 casa, hasta llegar al 13 caña, y se proseguía con el siguiente, 1 tigre, 2 águila y así hasta el 7 flor y se empezaba de nuevo con el 8 lagarto. Ahora bien, cuando un niño nacía, se le ponía el nombre de acuerdo al día de su nacimiento, además, con este calendario, los sacerdotes podían prevenir y evitar la mala suerte (Caso, 2000, p. 87- 88).

Actualmente, el calendario actual de actividades civiles es el llamado gregoriano, fue formado a causa de un error de 11 minutos y 14 segundos en cada año del calendario Juliano. Fue corregido en 1582 por una comisión nombrada por el Papa Gregorio XIII, con lo cual, la Pascua de Resurrección siguiera coincidiendo con el inicio de la primavera. Este nuevo sistema de contar, aumentaba 10 días al juliano y suprimía 3 años bisiestos cada 4 siglos. Debido a esto, en ese año, el papa decretó al día siguiente del 4 de octubre, fiesta de San Francisco, sería 15 del mismo. Esto con la intención de lograr que la siguiente primavera fuera el 21 de marzo. Y, además, sólo se llamarían bisiestos a los años cuyo número de centenas fueran divisibles entre 4.

Así como estos, hay otras formas de contar, pero, la intención de este subtema es hacer ver que los calendarios, son importantes para la vida de los seres humanos, pues mediante ellos es como se establecen los días de fiesta, las jornadas religiosas, las fechas de los cambios de estación, los tiempos de siembra y cosecha, las actividades comerciales, etc. todo esto tiene relación con el consumo de los alimentos, de esta manera, la comida está regida por los almanaques inventados por los hombres.

Por otro lado, los calendarios rituales y agrarios están relacionados entre sí, ejemplo de ello son los carnavales, pues ellos evocan a la fertilidad, la muerte o la primavera, así como rituales agrarios. En lugares como Alemania, España, Francia e Italia, estas fiestas comenzaban en enero y terminaban a finales de diciembre (Muir, 2001, p. 100).

Por ejemplo, el carnaval de venencia consistía en cazar doce cerdos y un toro. Estos animales tenían que ser atrapados por los verdugos, los cuales podían ser herreros, etc. se celebraba con fuegos artificiales y exhibiciones acrobáticas. Sin embargo, esto puede tener dos sentidos, el primero, sólo persigue la carne de los animales y, el segundo, el deseo sexual (Muir, 2001, p. 103).

Con esto, vemos al tiempo como una constante en el desarrollo de los hombres, la infancia, ese lapso entre ella y la edad adulta, el periodo de los cambios de las temporadas, la duración de cualquier actividad, etc. pero para eso, el hombre tuvo que darse cuenta de fenómenos como la salida del sol, cuando se ocultaba y el inicio de otro día.

Sin embargo, esto no hubiera sido posible, sin los astrónomos, quienes mediante el estudio del firmamento, se dieron cuenta que en determinados momentos y lugares del mundo se veían diversas constelaciones, o las mismas pero en momentos diferentes, por ello fueron creados los calendarios. Esto como una forma de delimitar la duración de las actividades civiles y religiosas, por esta razón, en un día de fiesta se salía de las actividades cotidianas y al otro, se regresaba a la normalidad.

De esta manera, las sociedades de la antigüedad, establecieron un horario entre comidas. Por lo general realizaban tres: el desayuno, la primera comida del día, comida, se realizaba aproximadamente a la una o dos de la tarde y la cena, la última comida del día. Ellos comían sólo lo necesario, pues la ingesta de alimentos variaba de acuerdo con lo cazado y recolectado. Asimismo era muy común que en los

pueblos antiguos, los calendarios fueran Agrícolas, por lo cual, muchas de sus fiestas, mitos y ritos tenían mucha relación con los dioses de la agricultura. Los cuales eran fundamentales en la vida de los hombres, pues estos daban las semillas para su alimentación. Por esta razón, la gente elaboraba sus ofrendas, las cuales, básicamente estaban hechas con frutas, tortillas, bebidas hechas con maíz y otros alimentos, también fabricaban figuras de sus dioses con materiales como el amaranto y la masa del maíz y las comían con mucho respeto, al mismo tiempo, después de la cosecha, también ofrecían las primicias⁹.

Finalmente, la comida es un acto natural y cultural de todos los seres humanos, pues desde antes de la aparición del fuego, los hombres ya tenían sus métodos de conservación y preparación de los alimentos. Su descubrimiento marcó la evolución cambiando muchos aspectos de sus costumbres, pues, dejaron de comer las cosas crudas por las cocidas, crearon recipientes para ayudarse a calentar la comida, mientras otros les servían de contenedores. Asimismo, esto influyó de manera decisiva en la agrupación social de los seres humanos en relación con el curso de la naturaleza, estableciendo así los ciclos agrícolas, con esto surgió la agricultura.

Sin embargo, los hombres no entendían cómo era posible la obtención de los alimentos, para esto, crearon seres superiores a los cuales llamaron dioses y sólo a ellos rendían culto. Como muestra de su agradecimiento, pensaron que si las personas comían, debían hacerlo las divinidades, por eso les ofrecían no sólo comida, sino en ocasiones hasta su vida.

Para poder realizar sus sacrificios, crearon los mitos, estos, son el inicio de los ritos a realizar en el ofrecimiento de la comida para los dioses. Todo fue posible,

⁹ Las primicias son los primeros alimentos de cada cosecha, y cada pueblo o comunidad tiene una forma ritual de realizar sus ofrecimientos por ejemplo, de acuerdo con Roger Caillois (1996), los hebreos no recogían los frutos de los árboles antes de que estos tuvieran cinco años, pues los frutos de los primeros tres años los consideraban impuros, los del cuarto los consagraban a Dios y los del quinto eran para ellos. O bien, en muchos casos los ofrecimientos podían ser para limpiar o purgar alguna ofensa contra la divinidad.

gracias a la organización de los hombres con relación al tiempo, es decir, la elaboración de los calendarios. Con ellos se fijan las temporadas de siembra y cosecha, los días de fiesta, los ciclos religiosos, etc. y, cuando fueron puestos en práctica, los hombres se dieron cuenta que dependiendo del clima y la ubicación geográfica, eran los frutos de la tierra, por esta causa, se especializaron en determinados cultivos, dando a cada uno de ellos un valor social y una personalidad propia.

Asimismo, antes de que los grupos humanos se establecieran en un solo lugar, ya tenían reglas establecidas a la hora de comer, estas marcaban como debía ser el comportamiento en la mesa y durante las celebraciones religiosas o sociales.

Todo esto nos ha servido para darnos cuenta que la comida es un acto en el cual es necesario tener en cuenta muchos factores como el tiempo, pues si lanzaban unos granos a la tierra, éstos germinaban y daban frutos, con esto se volvieron sedentarios, se especializaron en determinados plantíos, pero de entre todos esos había algunos a los cuales dedicaban la mayor parte de sus actividades agrícolas, tal es el caso de cereales como el arroz, el trigo, el maíz, la papa, los frijoles, la mandioca y los endulzantes, los cuales serán mencionados en el siguiente capítulo.

CAPITULO 2

LOS ALIMENTOS, BASE DE LA CIVILIZACIÓN

De acuerdo con las diferentes regiones y climas en el mundo, va a ser el desarrollo de sus habitantes y de los alimentos a consumir. Pero es importante decir que las migraciones y conquistas de unos pueblos sobre otros, han contribuido mucho en los cambios de alimentación de las comunidades, pues todos los ejércitos, llevaban a la nación vencida sus leyes y su comida se mezclaba con los alimentos de esa región.

Antes del descubrimiento de América, los alimentos eran muy variados, sin embargo, después de la conquista, muchas semillas, animales, plantas, frutas, flores, viajaron miles de kilómetros hacia Europa para poder ser consumidos por los habitantes de esos lugares. Se dio también el proceso inverso, alimentos como la azúcar, el trigo, el arroz, etc. fueron traídos a las tierras recién descubiertas, esto con el fin de que los colonizadores gozaran de los frutos y cultivos a los cuales estaban acostumbrados, pero como las mujeres indígenas eran las encargadas de cocinar; con el tiempo alimentos de origen americano y del viejo continente se unieron para formar un tipo de gastronomía exclusivo de los habitantes de América.

Por otra parte, en este capítulo, se aborda a los tres cereales que definieron a las culturas del mundo. La primera es la del arroz, este grano crece en las tierras asiáticas y es la base alimenticia de sus habitantes, con él, se pueden hacer diferentes platillos, pues sus recetas son sencillas, variadas y económicas. La segunda es la del trigo, el mayor cultivo en el mundo, siendo originario de Egipto, llegó a abastecer el continente europeo, es indispensable en la eucaristía. Por último, el maíz, el alimento por excelencia en todo el continente americano, no obstante, sus primeros vestigios se han encontrado en Tehuacán, en Puebla, también hay muestras de él en las tierras andinas, los naturales lo tenían en buena estima, muestra de ello son sus entierros, en ellos se han encontrado algunas mazorcas de esta semilla, de este se elaboran antojitos como las chalupas, los tacos, los tamales,

etc., el cual, los mexicanos lo tenemos muy enraizado. Un cuarto fruto de importancia es el café, con él, los seres humanos obtenemos una gran cantidad de energéticos capaces de hacernos sentir bien, esto a causa de su alto contenido de cafeína. Acerca de esta semilla se mencionan leyendas sobre su origen. Fue elemental para la sociedad religiosa y civil de las tierras orientales. Es relevante mencionar su valor en Europa, pues de ello dependió su introducción en América.

Asimismo, después del descubrimiento de América, estos cereales, pasaron de un continente a otro, con el fin de alimentar a los colonos, pero el resultado fue insólito, al mezclarse con los alimentos del nuevo continente, enriquecieron la dieta de sus habitantes. Tal es el caso de legumbres como el frijol, el cual, gracias a su fácil reproducción, son un recurso de toda la población, pues, al igual que el arroz, es de fácil preparación y se pueden combinar con cualquier otra cosa. Además, los frijoles fueron bien aceptados en Europa. También se hace alusión a tubérculos como la papa¹⁰ y la mandioca. El primero era cultivado principalmente en las tierras altas de los andes y junto al maíz era la base de la alimentación de las tierras del sur de América. Debido a su alto contenido de almidones es una rica fuente de energía en aquellas tierras. Por su parte, la mandioca o yuca, se siembra principalmente en las tierras brasileñas. En ambos casos, su preparación es sencilla.

También es importante mencionar a los azúcares, medio por el cual se pueden elaborar los dulces y demás golosinas, así como endulzar las bebidas que a diario consumimos.

El azúcar es originario de las tierras árabes. Durante la invasión de estos pueblos a Europa, las primeras tierras en donde se cultivó fueron las del mediterráneo donde, debido a su clima caluroso, se desarrolló de manera satisfactoria y, de ahí al resto del continente. En América fue conocida después de la llegada de los españoles y estos fueron quienes la introdujeron en México, las mejores tierras para

¹⁰ En el caso particular del frijol y la papa, por sus propiedades alimenticias y su facilidad de reproducirse salvaron a países europeos de morir de hambre.

sembrarla fueron las de Morelos, Veracruz, y otras. De la caña de azúcar se obtiene la sacarosa, y de ella diferentes productos, como el piloncillo o panela, algunos jarabes mediante un proceso de evaporación al que someten al jugo de la caña de azúcar.

La remolacha, un tubérculo dulce originario de Europa, es otra fuente para la obtención del azúcar. Durante el bloqueo de los caminos y puertos en este continente, la raíz abasteció a sus habitantes. Asimismo, hay azúcares que se pueden extraer de las frutas, como es el caso de la fructosa. La glucosa se encuentra en las uvas. También la lactosa o azúcar de leche. Todas estas son usadas principalmente como sustitutas de la sacarosa en la elaboración de dulces y chocolates para diabéticos.

Finalmente, tenemos a la miel, que junto a la azúcar de caña es el más antiguo de los endulzantes. Inició su historia en el centro de las mesas de los hogares, con la aparición de la sacarosa, pasó a ser un condimento de la cocina y ya nunca va a poder sustituir a la azúcar de caña. Los humanos la obtenemos de los panales de las abejas apismellifera y dependiendo de la planta de la cual sea extraída, va a ser su concentración de azúcares, color y sabor.

Los alimentos mencionados en este capítulo, son considerados los más representativos de las diferentes culturas en el mundo. Los granos son el inicio por ser abundantes y significativos para los hombres, pues desde tiempos antiguos hasta hoy, la gente los come de diversas maneras, con ellos reproducen la figura de sus dioses, animales o efigies que se comían sacramentalmente (Frazer, 1994, p. 147).

2.1 La semilla de la abundancia: el arroz

El arroz es uno de los cultivos y alimentos más importantes de la dieta de la población mundial, además, fue uno de los primeros alimentos introducidos por los

españoles al Nuevo Mundo. Su cultivo comenzó aproximadamente hace 10 mil años, en muchas regiones húmedas de Asia. Se especula que posiblemente en el año 1000 a. C. era conocido en la India, esto debido a que en este país se encontraron plantaciones de arroz en estado silvestre. Por otra parte, el testimonio más lejano sobre la existencia de este grano corresponde al año 2800 a. C. cuando un emperador chino estableció un rito ceremonial para la plantación del mismo; hacia el 400 a. C. fue conocido en Egipto. Los griegos lo conocieron alrededor del año 320 a. C. con el nombre de “*oriza*”, y durante la Edad Media, fue introducido por los moros, quienes lo llamaban *ar-rroz* en el sur de Europa. (Del Paso, 2003)

Maguelonne Tousaint-Samat (1997) menciona que el arroz es el alimento básico de las culturas de oriente. En china, los principales centros agrícolas están en el centro de este país. Desde hace seis mil años se realiza el cultivo no sólo de este grano sino también de otras semillas de importancia.

Su cultivo comenzó a miles de kilómetros de *Ho – nan* y *Szechuan*, cerca de China. La palabra arroz tal vez no sea nativa de esta región, posiblemente sea de los pantanos del *Yangtze* de la India, pues muchas de sus variedades crecen en la selva, por Shangai hace 3 000 años. Asimismo, entre las regiones que también poseen una gran variedad de arroces como el *Yangtze delta*; los deltas de Ganges, en la India; los *Mekong*, en Vietnam, Bengala, las Filipinas, y Java. En total, se mencionan alrededor de unas 80 000 especies diferentes de arroz silvestre.

Por otro lado, el mismo autor indica que el arroz crece en tierras con mucha agua y zonas tropicales. Los chinos de la antigüedad usaban técnicas muy rudimentarias. Primeros se humedecen los jardines, y después un arado tirado por animales o un entablado de diferentes niveles, a continuación se mezcla barro con el agua, se coloca la semilla y se vuelve a poner lodo para cubrir bien las semillas. Después de dos o tres días los granos germinan y los arrozales son drenados gradualmente. La planta está formada por nudos, los cuales son de forma cilíndrica y miden aproximadamente 60 y 120 cm. de largo, entre los nudos tiene hojas las

cuales terminan en un grano único y durante la cosecha se le quita la cáscara, con esto pierde muchas de sus propiedades alimenticias.

De acuerdo con Margen Sheldon (1990) Marion Bennion (1990) y Maguelonne Tousaint-Samat (1997), hay diferentes especies de arroz como: el arroz largo, el arroz mediano, el arroz corto, el arroz café, el blanco; así mismo, algunos ya han sido preparados antes de ser guisados como es el caso del sancochado, el cual, no es igual al precocido. Cada especie se diferencia de acuerdo con su tamaño, la resistencia a las plagas, etc. así como por sus usos culinarios, por ejemplo: el arroz largo mide 6 mm más o menos. Es el más abundante de todos los tipos de arroz, representa el 75% del consumo doméstico, por lo general es almidonoso y seco. Se produce en los Estados Unidos, Tailandia, Surinam, Madagascar y Camargo en Francia. El arroz mediano mide aproximadamente 5-6 mm de largo y delgado. Cuando está húmedo es más frágil que el largo. Es muy popular en todos los países asiáticos y latinoamericanos además de ser el de mayor frecuencia para procesos de congelación. El arroz corto, es de forma ovalada, mide entre 4- 5 mm de largo y 2.5 de ancho. Contiene la mayor cantidad de amílico¹¹, cuando se cocina, su fécula es pegajosa, generalmente se utiliza para preparar platos como el sushi. Es altamente consumido por las naciones europeas. Lo cultivan en Camargo, Italia y España.

Asimismo, hay otros como pegajoso o dulce, popular en Japón y otros países asiáticos, es un tipo de arroz corto. El arroz café, que contiene fibra, potasio, fósforo, zinc, hierro, entre otros minerales como manganeso y cobre, vitamina E., tiene una textura similar al arroz blanco.

El arroz blanco es el más famoso de todos, su cáscara es totalmente removida en el trillado, por esta razón existen dos variedades: el enriquecido, contiene tiamina, niacina y hierro, además de otros nutrientes los cuales son reemplazados con los perdidos en el trillado. El arroz blanco instantáneo, el cual se prepara en cinco

¹¹ El amílico, es un alcohol que se produce con el arroz.

minutos. Durante el trillado y pulido es cocido, deshidratado y enriquecido. El arroz arborio es almidonoso como el blanco, el grano es más redondo, crece principalmente en el valle del Po, en Italia. Se usa para guisar el risotto, la paella y el pudín de arroz (Desrosier, 2004, p. 20; Sheldon, 1990, p. 306).

También existen arroces aromáticos como el bastami, que crece en la India y Paquistán. Tiene un agradable y ligero olor a nuez. Por otra parte, el arroz jazmín se cultiva en Tailandia y en los Estados Unidos, tiene textura suave y sabor similar al bastami. (Sheldon, 1990, p. 308)

Para las culturas orientales, el arroz es un regalo de los dioses del cielo, con el cual siempre están llenos los graneros de los pueblos. Y, así como para los cristianos el trigo es el cereal por excelencia, para los chinos, en la religión *Shinto*, el arroz es una comida ritual. El arroz es un símbolo de abundancia. Representa la felicidad, es por ello que es lanzado durante las bodas como una costumbre adoptada de los inmigrantes asiáticos.

En España, la región más productora de este grano es la de Levante, pues en ella hay una gran variedad de arroz; como el empedrado, hecho con nabos y alubias; también los hay caldosos, entre ellos destaca el de espinacas y caracoles. En algunos escritos de la cocina francesa se menciona el arroz con leche de almendras y canela, en una comida que ofreció el rey Luís a Santo Tomas de Aquino y posteriormente se empezó a mezclar con alimentos no dulces. Actualmente este cereal sigue siendo importante, ya que constituye la dieta principal de casi las tres cuartas partes de la población mundial, pues el arroz es un platillo de bajo costo y de fácil ubicación en los mercados, además dura mucho tiempo. Tiene la ventaja de no necesitar mucha preparación y de ser de muy fácil cocción. Asimismo no tiene sabor fuerte, y es la base de muchos platos diferentes, tanto dulces como salados, en todo el mundo (Lujan, 1972, p. 72-73).

Después de la conquista de las islas Antillas, alrededor del año 1494, por orden de Cristóbal Colon, se comenzó a sembrar este cereal. Durante el siglo XVIII se inició el cultivo de arroz en el sur de los Estados Unidos, cuando el capitán de un barco entregó unas semillas al gobernador de Charleston, en pago por la reparación de su barco (Carcer, 1953, p. 151).

Por otro lado, desde tiempos antiguos, el arroz es un alimento muy importante, pues entorno de él hay un gran número de leyendas y mitos, pues se le asocia con la fertilidad. Tal es el caso de los *Karens* de Birmania quienes tenían la necesidad de apresar el alma del arroz, con esto aseguraban buenas cosechas en ese año. Cuando su recolección no era buena, suponían que su alma (Kelah) estaba detenida y no podía volver al grano.

De acuerdo con Frazer (1994, p. 474) esta tribu, para que el alma del arroz revoliera a la simiente, decían lo siguiente:

¡Venid OH Kelah del arroz! ¡Venid al arrozal! ¡Venid al arroz! ¡Con semilla de ambos sexos, venid! ¡Venid del río Kho! ¡Venid del río Kaw! ¡Venid con la confluencia de estos ríos, venid! ¡Venid del oeste, venid del este! ¡Venid del buche del pájaro, de la boca del mono, de la garganta del elefante! ¡Venid de las fuentes de los ríos y de sus desembocaduras! ¡Venid de la región de los Shan y los birmanos! ¡Venid de los reinos distantes, venid de todos los graneros! ¡OH Kelah del arroz, venid del arroz!

Este grano era muy importante para este pueblo por ello, con gran esperanza pedían a su espíritu que desde cualquier punto donde se encontrara, pudiera llegar hasta la semilla.

Manhardt (citado en Frazer 1994, p. 478) explica acerca de la existencia del espíritu del grano, el cual, se manifiesta no sólo en forma vegetal, sino también en forma humana; cuando una persona corta el último haz o da el último golpe con el trillo pasa por una posesión temporal del grano, exactamente como el manojo de mies espiga trillada o segada. En las islas *Burdi*, creen en el ánima del arroz, el cual

se puede representar en forma animal o humana, por eso, siempre, al final de la cosecha, cada clan se reúnen en una comida sacramental. En ella, cada uno tiene contribuye con un poco de cereal, a esta acción la llaman “comer el alma del arroz”. Por otra parte, es importante apartar un poco de este para ofrecerlo a los espíritus. Otro caso es en *Molang*, un distrito de Célebes, se ofrece un lechón, entonces el sacerdote coge un poco del cereal de su propio arrozal y del de sus vecinos, lo seca todo y se los devuelve para que lo muelan y cuezan. Cuando ya está cocido, las mujeres lo llevan con un huevo al ministro, quien ofrece el huevo en sacrificio y regresa el arroz a las amas del hogar. Todos los miembros de la familia tenían deben comer de este arroz, una vez terminada la ceremonia, todos tiene permiso de recoger su cosecha (Frazer, 1994, p. 547).

Con lo anterior, nos podemos dar cuenta que en las culturas de la antigüedad, este alimento, tenía gran importancia, además de personalidad propia, pues para los habitantes de las tierras de oriente era el principal alimento. Con las constantes invasiones y contactos marítimos entre los pueblos, su cultivo pasó del continente asiático al africano, para ser exactos a Egipto, de ahí a Europa, y de este a América.

En torno a él y su consumo había muchos ritos para atrapar su alma y comerla o en algunos casos era necesario mantenerla en la semilla, si esta era perdida, no se sabe que hubiera pasado. Por otra parte, uno de los granos de mayor importancia mundial es el trigo, pues se convirtió en uno de los principales sustentos de los europeos con él elaboraron una gran cantidad de productos.

2.2 Al pan pan: el trigo

Después de la llegada de los españoles se inició el cultivo del trigo, pues estos estaban muy acostumbrados a comer bollos hecho con este cereal y, los naturales de estas tierras de tenían por pan la tortilla. En la Nueva España, durante la colonia y el siglo XIX, el oficio de panadero fue una actividad realizada sólo por los indígenas,

es por esta razón comer pan de dulce en nuestro país es algo común, cualquiera que tenga el deseo de aprender esta labor, puede entrar en un amasijo y decir al maestro panadero lo deje formarse en este trabajo.

Por otra parte, el consumo de pan fue de gran importancia en las civilizaciones antiguas. Al parecer el verdadero origen del trigo, está en Egipto, este era considerado un elemento vital de sustento; como objeto en sí mismo, el pan dio significado a muchas de las actividades del hombre. Aunque al principio sólo se le daba valor alimenticio, muy pronto adquirió valor de intercambio, ornamental, religioso, pues en los entierros se colocaba pan para facilitar el paso a la otra vida. De este país pasó a Roma, donde los primitivos habitantes de esta ciudad comían cereales calentados y dorados.

Durante la Edad Media, el arte de este oficio se estancó y quedó restringido al ámbito de los monasterios y conventos, donde los monjes lo elaboraban sólo para su propio consumo. Los señores feudales consumían pan de trigo fabricado por sus siervos, quienes los elaboraban con avena o centeno. Así, su producción se fue restringiendo al hogar familiar hasta que las panaderías prácticamente desaparecieron. Los romanos se encargaron de distribuirlo por el resto del continente y posteriormente a Asia (Capel, 1987, p. 9).

Sin embargo, el trigo, tal vez fue el más importante de los cereales europeos, pero no el único que estos consumían, la presencia del centeno fue importante. Este cereal tiene su origen en el ponto y fue el complemento del primero, pues con este se hacía el pan para los pobres (Arreola, 2003, p. 17; Capel, 1987, p. 10). Hacia finales del siglo XVI, en muchas haciendas de las provincias de la Nueva España, se empezó a sembrar. Los principales lugares donde se dio con mucha facilidad fue en los alrededores de la ciudad de México (Tacubaya, Atlixco, Zamora y Valladolid), pero, *atlixco*, en Puebla, debido a su buen clima, tuvo mayor producción, además,

abastecía de trigo a la mayor parte del virreinato, y se exportaba harina de trigo a Perú y las Antillas (Pilcher, 2001, p. 64).

Mucho del auge del trigo se debe a los frailes quienes predicaban mucho sus virtudes, con él, la gente era fuerte, pura y sabia. Este cereal era el único grano conocido por la iglesia católica para la eucaristía, pues desde el siglo XI lo utilizaban, sin él muchos sacerdotes no podían dar misa (Pilcher, 2001, p. 65). Su cultivo era muy difícil. En América no fue muy bien aceptado por los indígenas debido a las exigencias de las condiciones de suelo y clima, se da en regiones frías o templadas, es muy susceptible a las enfermedades y no es un cultivo de mucha agua (Brockmann, 1996, vol. 3, p. 27, Pilcher, 2001, p. 66).

Muchos de los colonizadores dedicados a la siembra de este grano, despojaron a los indígenas de sus tierras y los obligaron a trabajar no sólo en el cultivo del trigo, sino también en el oficio de panadero, de la misma manera, los criminales en cumplimiento de su condena podían dedicarse a este trabajo. La principal forma por la cual los naturales comenzaron a comer en pan, fue por medio de unas hogazas que se les daba como parte de su bajo salario, sin embargo, ellos hacían todo lo posible por continuar comiendo la tortilla (Pilcher, 2001, p. 68).

Por su importancia marítima, los biscochos fueron los primeros panes fabricados en la Nueva España, con ellos eran abastecidas todas las embarcaciones, esto debido a la facilidad de endurecer al enfriarse, razón por la cual, no se echa a perder fácilmente. Las personas encargadas de su elaboración estaban obligadas a usar el mejor trigo de la región. Por otra parte, los panaderos daban a sus panes el nombre de acuerdo con un lugar, un acontecimiento o un personaje¹². Cuando estos salían del horno, dejaban escapar su rico aroma que despertaba en la gente la sensación de querer comerlo (Suárez, 1991, p. 33). Además todos ellos debían tener

¹² Por ejemplo las Conchas; los yoyos, por su parecido con el juguete; los bigotes, los caracoles, las rejas, las orejas, etc.

el sello del panadero o panadería en donde los habían hecho (Morales Pardo, 1997, p. 16).

Según Jeffrey Pilcher (2001), por la importancia social que el pan tuvo no sólo durante el virreinato, sino también en los siglos que la sucedieron, para este fueron compuestos versos, canciones y danzas, un ejemplo es el siguiente:

La danza de los panaderos.

Este si que es panadero
que no sabe chiquear;
y si usted le da un besito,
comenzará a trabajar.

Esta si que es panadera
que no sabe chiquear;
quítese usted los calzones
que me quiero festeja.

Con este ejemplo nos damos cuenta de que los panes tuvieron gran importancia dentro de la vida cotidiana de la sociedad.

Durante la colonia y el siglo XIX, en Puebla, se fundaron muchas panaderías. Las de primera clase estaban en el centro de la ciudad, las de segunda a los alrededores y las de tercera estaban en los barrios. El 1 de diciembre de 1533 se otorgó a Francisco Hernández Carreto una merced de tierra para poner un molino de trigo. Posteriormente se instalaron los de *Huexotitla*, en San Baltasar, cuyo dueño fue Martín Pérez, este fue el único en funcionar durante cuatro siglos; también se abrieron el de San Antonio, el de San José del Puente, el Batán, el de *Amatlan*, el Guadalupe, el de Santo Domingo y el de Santo Cristo, etc. La mayoría de los

molinos¹³ fueron establecidos cerca de los ríos, esto debido a la necesidad del uso del agua, en la mayoría de los casos se buscó la manera de hacer que el agua llegara por su propia fuerza (Morales Pardo, 1997).

Para el comercio, era obligatorio fijar un precio al pan fabricado por la gente¹⁴; además, los panaderos, tenían muchas ventajas sobre otros comerciantes, pues podían comprar el trigo desde el momento de ser sembrado, y así elaborarlo con más facilidad. Para ello, lo más importante era tener trigo de buena calidad; lo siguiente era su elaboración, consistía en amasarlo primero y después hornearlo. Además del biscocho, también hacían el pan candial¹⁵, la cemita, los panes de sal y los panes con harina de maíz (Morales Pardo, 1997, p. 3, 8).

En nuestro país se desarrollaron gran variedad de panes, de los cuales, algunos son: los alamares, las limas, los gendarmes, los huesos, los cerillos, las chorreadas, los chamucos, las novias, las apasteladas, los ojos de pancha, las rejas, las roscas, los polvorones, las galletas. Las conchas (de chocolate y blancas), los besos de novia, los chimisclanes, los cocoles, los cuernos, los volcanes, los colchones, las almohadas, los pañuelos, los bailes, los laureles, las naranjas, las magdalenas, las piedras, los molletes, los rosquetes, los aviones, las orejas, los bigotes, las campechanas, las chilindrinas, las lolas, las trenzas, las canillas. Hay también capitulados con almendras o con harina, pambazos, cocoles de anís y con queso adentro, los bolillos, las hogazas, las tortas, las teleras (García Curado, 1991, p. 9; Morales Pardo, 1997, p. 17)

¹³ En México, los molinos de trigo fueron introducidos casi al mismo tiempo que los de nixtamal, esto es, a finales del siglo XIX y años después se incorporó a las panaderías la revoladora y en los siguientes 50 años las batidoras, bolilladoras y batidoras (Long, 1997, p. 278).

¹⁴ Por otra parte, en 1647, José de Monte mayor pidió al municipio de la ciudad de Puebla, se permitiera a los labradores fabricar su pan y lo venderlo de acuerdo al precio fijado por las autoridades, con la finalidad de que con los ingresos dieran de comer a sus familias. Sin embargo, tenían como condición no acumular trigo ni cebada, ni ningún otro material para su producción, de lo contrario se les quitaría este derecho (AGM, expedientes, tomo 227, foja 6v).

¹⁵ Este pan era considerado como de segunda calidad, pues el de primera se elaboraba con la flor de la harina y se le conocía como pan floreado; este pan se vendía en las panaderías, mientras que el otro en las pulquerías (Long, 1997, p. 227).

Durante la colonia, en Puebla, las panaderías estaban en las calles cerca de las Capilla de Dolores y de San Juan de Dios. También se hacían buñuelos, bollos, empanadas, pilaros, rosquitas de canela, mostachones, mazapanes, merengues, flanes, y turrónes, los cuales eran acompañados con jarabes de nueces confitadas, de rosa, de café, de chocolate, de coco quemado, o con una taza de café o de chocolate, de té, una limonada o leche fría (García Curado, 1991, p. 9). Ya en el siglo XX, gracias a ese delicioso oficio enseñado a los mexicanos, es como se fundaron en la ciudad muchas panaderías como la vasconia, la reja, el coco, la moderna, etc. Los expendios de antes, no eran como los de hoy, pues había un mostrador y detrás de este, estaban las gradillas donde se ponían los diferentes panes, cuando los clientes llegaban por su pan, sólo pedían al trabajador o al dueño de la panadería las piezas deseadas. Posteriormente, a mediados del siglo XX, las panaderías cambiaron, en las paredes del local se pusieron las gradillas para que la gente pudiera tomar todo el pan que quisiera, dejando el mostrador sólo para cobrar el pan (Morales Pardo, 1997, p. 17).

Por otra parte, el trigo, también fungió como un instrumento de conquista, con él, se creó una campaña en la cual se intentó desacreditar el valor nutricional del maíz. Una forma de lograr esto fue la torta compuesta, una invención porfiriana, hecha con fiambres, carne de cerdo o pollo, frijoles, queso, chiles en vinagre, todo dentro de un pan llamado telera (los poblanos la conocemos como torta). Este nuevo producto estaba dirigido para el consumo de la gente pobre, razón por la cual fue vendida en los comercios de las ciudades (Pilcher, 2001, p. 135). Además, los panes fueron causa de una guerra. La conocida guerra de los pasteles es una de las más conocidas en nuestro país. La historia cuenta que unos revolucionarios causaron muchos destrozos en la pastelería de un panadero francés, quien exigía una exorbitante indemnización, bajo este pretexto, los franceses procedieron con la intervención francesa (Del Paso, 2003).

En este apartado, sólo debemos agradecer a los conquistadores permitir a los indígenas dedicarse a la elaboración del pan, gracias a ellos, hoy tenemos el privilegio de comerlo cuantas veces queramos. Pues, para nosotros, los mexicanos, este es un alimento importante en nuestra dieta. Con la torta, se puede acompañar la comida, mientras el pan de dulce, lo disfrutamos al final de ella o como una golosina entre comidas. Sin embargo, aparte del trigo, encontramos cereales como el centeno, la avena, etc. de los cuales no haremos mención en esta investigación, pero el maíz es un elemento indispensable en la cocina mexicana, es por ello que lo siguiente es acerca de este alimento.

2.3 El pan de los mexicanos: el maíz

En la dieta de los mexicanos es muy común ver alimentos como las tortillas, los tamales, los atoles, los cuales son preparados con maíz, el principal sustento en México. Además, gracias a su contenido de carbohidratos es una rica fuente de energías. Los indígenas llamaban al lugar donde lo sembraban milpa y en tiempos prehispánicos era custodiada por *Xilonen*, la deidad de la mazorca, y cuando estas ya estaban maduras, los campesinos las recogían y los tamemes las llevaban hasta el *cuexcomatl*. Por otra parte, fueron los españoles quienes introdujeron este vocablo a las tierras mesoamericanas, ya que en Haití lo llamaban *mahís*, y los naturales de aquí lo llamaban *centli*, su dios era *centeotl* (Corcuera, 1979).

Desde muy temprano, en las casas de los indígenas, las mujeres y las niñas preparaban el maíz para la nixtamalización, es decir, lo ponían a cocer en agua con cal y así elaborar las tortillas. Esta es una de las formas más cotidianas de comerlo, también lo podemos consumir en forma de atole, tamales, etc., pues cuando los hombres salen a trabajar al campo, las llevan como itacate y las acompañan con salsa untada y una botella de café o atole, asimismo, es común tomarlo por las mañanas, por la tarde, es habitual usar las tortillas como plato en el cual se sirven

frijoles. Existe un dicho: [...] la tortilla sirve de tres cosas: de plato, de cuchara y de alimento”; esto a razón de que en el campo no se usaban mucho trastes como el plato o la cuchara, por lo tanto, la comida era servida sobre la tortilla, entonces la gente tomaba un pedazo de ella, tomaban los alimentos y junto con ellos la comían (Ruvalcaba, 1987).

Asimismo, una de las ventajas del maíz es que puede sembrarse casi en cualquier clima y crece rápido. En su estado natural no es muy nutritivo como lo son el arroz, el frijol o el trigo, pero esto se solucionó con la nixtamalización (González de la Vara, 1996, vol. 2, p. 36, 37; Del Paso, 2003). Del maíz crecen dos tipos de flores: el jilote, las flores masculinas y la mazorca, las femeninas (Desrosier, 2004, p. 19).

De acuerdo con el tipo de tierra podremos identificar las diferentes variedades de maíz, por ejemplo: el blanco, es el más común; el maíz azul, es conocido en las tierras mayas como *chimbo* y, el rojo. Armando Sánchez Gómez (1998, p. 66), nos da a conocer en una leyenda maya cómo surgieron las diferentes especies de este producto. Él refiere que la divinidad del maíz se casó con un hombre llamado Cruz, quien tenía una gran milpa. El día de la cosecha, la diosa invitó a comer a sus hermanas, les ofreció maíz, al ver esto el esposo, pensó que eran los de su milpa y la golpeó en la nariz, entonces la deidad, tomó una mazorca, le quitó las hojas y se limpió con ella, fue así como nació el maíz rojo. A pesar de ese suceso, la divinidad instó nuevamente a sus hermanas, de nuevo les dio maíz para comer. Al llegar el marido a su casa, tuvo la misma reacción, pero esta vez su golpe fue directo a sus ojos, ella tomó otra mazorca y se limpió, así surgió el maíz azul o *chimbo*.

Por medio de esta leyenda podemos constatar la divinidad del maíz, sin él, todos los hombres hubieran muerto.

Por otro lado, en la medicina maya este cultivo es bueno, pues con el maíz rojo se cura el espanto y recupera el alma del hombre; el *chimbo* sana el doble pelillo de color rojizo de la cabeza y la espalda, para esto ponen una tortilla en la cabeza

del adulto o el niño y la cubren con una cáscara de plátano. Esto con la finalidad de evitar que los males se fijen en la persona a quien se deseaba hacer daño, durante tres días se le da un baño de *temascal*, cuando sale un líquido amarillo, el enfermo está curado (Sánchez Gómez, 1998, p. 64). También era común su uso en los entierros, en México, se ponía un poco de maíz molido en la boca y algunas piedras utilizadas como moneda. En Perú colocaban una mazorca, en ambos casos, se intentaba prevenir la falta de comida (Landa, 2003, p. 111).

En los tiempos prehispánicos, los indígenas, creían que el maíz tenía su propia personalidad, cuando este grano estaba tirado y alguna persona no lo levantaba, este decía: “señor, castigad a este que me vio derramado y no me recogió, o dad hambre porque me menosprecien” (Frazer, 1994, p. 11; Corcuera, 1979), además, había una fiesta en honor de la diosa del maíz, la cual empezaba cuando la planta estaba ya madura. En la celebración, las mujeres llevaban el pelo largo y suelto, lo sacudían en los bailes, esto era realizado con la intención de hacer crecer el maíz. El padre Acosta (citado en Frazer (1994, p. 471) describe lo siguiente:

En esta luna y mes [el sexto, que corresponde a mayo], que es cuando se trae el maíz de la tierra a la casa, se hacía la fiesta que hoy día es muy usada entre los indios, que llaman Aymora. Y esta fiesta la hacen viniendo desde la chacra o heredad, a su casa, diciendo ciertos cantares, en que ruegan mucho que el maíz al cual llaman mamá cora, tomando de su chacra cierta parte de maíz más señalado de en cantidad, y poniendo la en una troje pequeña que llaman pirua, con ciertas ceremonias, velando en tres noches, y este maíz meten en las mantas más ricas que tienen, y desde que está tapado y aderezado, adoran esta pirua y la tienen en gran veneración y dicen que es madre del maíz [...]

Es importante resaltar su conocimiento en toda América, pues se aprovechaba desde Canadá hasta Perú. La gente de estos pueblos creía que todas las plantas tenían vida gracias a la fuerza de un ser divino. Y utilizaban piedras similares a los cultivos o el ganado, para aumentar las cosechas de maíz, usaba rocas parecidas a este; lo mismo sucedía con la cosecha de las papas y la reproducción del ganado (Frazer, 1994, p. 58).

Por otra parte, la producción del maíz comienza con el cultivo de la semilla y termina con el desgrano de la mazorca y con este mismo inicia el proceso de consumo. Lo primero es separar los granos de la mazorca, en recipientes diferentes, aquellos defectuosos o muy pequeños sirven de forraje para los animales. Cuando la mazorca ha sido desgranada se avienta el maíz, es decir, se pasa de un *chiquihuite* a otro con el fin de hacer salir el tamo y los cabellos, los cuales son guardados, debido a sus propiedades, se toma en té, pues ayudan a orinar. Después de esto, los granos son lavados para la nixtamalización¹⁶, si el grano está curado, se debe enjuagar de inmediato así el grano no adquirirá el olor a cal, durante los enjuagues salen las semillas podridas, que son quitadas con la mano; después se pone el maíz en un cazo con agua, esta los debe cubrir hasta ocho centímetros, se echa la cal, de preferencia se deben poner todos juntos, si no, la masa saldrá pegajosa (Ruvalcaba, 1987).

Durante el proceso, se le debe mover constantemente, así todos los granos se cocerán parejo, al mismo tiempo se evita que los del fondo se peguen a la base del cazo. El maíz está listo cuando en las semillas aparezcan unas manchas rojas y con los dedos se toma uno de los granos y se le aprieta, si esta sale fácilmente, entonces se quita del fuego, si no, se le deja un rato más.

De acuerdo con el uso del maíz, será el tiempo de su cocción, en el caso de la tortilla, este debe permanecer hasta salir unos puntos rojos, para los tamales y el pozole, se requiere de más tiempo. Asimismo, en algunos lugares se recomienda que repose entre cuatro y doce horas, mientras en otros, se aconseja dejarlo de un día a otro.

¹⁶ Debemos entender por nixtamalización al proceso en el que el maíz es hervido para transformarlo en tortillas, tamales, etc.; claro, teniendo en cuenta que se debe tener cuidado con los tantos de cal, ya que, lo más recomendable es que se deje hervir hasta que el agua tenga un sabor casi amargo, porque si no se cuece lo suficiente se corre el riesgo de que la tortilla se rompa a la hora de ser echada, y si se pone mucha cal o se pasan de cocción, la masa quedará muy amarilla y las tortillas tendrán sabor a la cal y la masa quedará pegajosa.

Esto es mencionado con la finalidad de conocer el procedimiento por el cual se prepara el maíz para la elaboración de sus derivados. Sin embargo, como el maíz en su estado crudo, no nutre al cuerpo, por ello es necesario que se agregue la cal con el agua.

Como podemos ver, del maíz se obtiene una gran cantidad de comidas, muestra de ello son los tamales, de los cuales hay una gran variedad: los enrollados y mezclados con frijoles, otros son redondos y cubiertos con salsa. Ahora bien, las variedades de estos dependen en gran medida de la región en donde se preparen, por ejemplo, se cree que en la zona maya se desarrollaron la mayor cantidad de tamales. Mismos que se elaboran en ollas de barro y son cocidos bajo tierra, a esta forma se le llama *pib*, de ahí el término pibil.

De las muchas variedades de tamal en México, los de tamaño mediano son los que se elaboran con mayor frecuencia. Los cuales después de preparada la masa, esta se coloca en una hoja de maíz humedecida, se agrega alguna planta, legumbre, etc. asimismo, se pueden preparar con relleno de rana, capulín, dulces, de quelites; de hojas cocidas o molidas, de frutas ácidas, con las espigas del maíz, de cal, de chilmole, etc. o sin estos materiales. En cuanto a su forma y color todos son diferentes, pues se hacen redondos o largos, blancos, rojos, o azules (González de la Vara, 1996, vol. 2, pp.34- 36).

Sin embargo, todas estas variedades se preparan con diferente masa, es decir, los hay cernidos, una especialidad yucateca en la cual con las manos se desbarata el maíz molido y con la misma cantidad de agua se pasa por un colador fino que la reduce a la mitad, se pone a fuego lento, poco a poco se va agregando la manteca y se deja cocer por unos veinte minutos. También se pueden fabricar sin masa, para ellos, sólo es necesario preparar la mezcla con el alimento combinado con huevo. Hay unos llamados de cazuela, en ellos, la masa es puesta en este recipiente, se coloca una capa de masa, una de relleno y así sucesivamente, posteriormente se hornean. Otros son hecho en barbacoa, el proceso es como el de

la carne, se envuelven en hojas de maguey o de plátano (Gironella, 2002, p. 148-149).

Pero con el maíz no sólo se preparaban tamales, también se hacían los atoles, los champurrados, los cuales se elaboraban con piloncillo y chocolate; por lo general todos eran hechos con leche y canela, no obstante, había otras bebidas como las preparadas con fécula de maíz, el agrio chiapaneco, y el chileatole; el pozol del sureste mexicano; el tesgüino, etc. Además, con este grano hacían los *tlaxcallis*, de las que derivaban productos como: los tlacoyos, las memelas, los totopos, etc. (García Curado, 1991, p. 11; García Rivas, 1991, p. 179- 180; Buenrostro, Barros, 2001, p. 16).

Como ya se ha mencionado anteriormente, el maíz muy importante para los habitantes de América, pues lo usaban como moneda y medio de sustento, por esta razón los indígenas lo ofrendaban a sus dioses, con la finalidad de que estos permitieran hacer crecer de nuevo las plantas. Lo cuidaban y respetaban en gran medida. Después de la llegada de los conquistadores, fue llevado a España y de ahí al resto de Europa, donde lo utilizaban como forraje.

Cabe mencionar que después de la independencia, los productos hechos con este grano, fueron de los más consumidos por los integrantes de las clases bajas (en especial los indígenas), sin embargo, eran poco mencionados en los recetarios. Esto debido a que durante la mayor parte del siglo XIX, fue considerado por las clases altas como un mal alimento, y fomentaban el consumo del trigo por considerarlo el alimento de los pueblos civilizados¹⁷.

¹⁷ Muestra de ello es que durante todo el siglo XIX a partir de la década de 1830, en todos los asilos de la ciudad de México se daban comidas gratuitas a los pobres, que básicamente estaban formadas por frijoles, pan de trigo y un poco de carne; mientras que en las cárceles porfirianas se les procuraban en el desayuno: pan y atole; en la comida: pan y arroz y carne y en la cena pan y frijoles. Los platos como las tortillas o los tamales estaban prohibidos. Y en 1888, en Puebla se realizó un estudio de higiene en el que se condenaban todos los aspectos alimentarios de las clases populares, la falta de agua, la dieta inadecuada, y en especial el consumo de la tortilla. (Pilcher, 2001, p. 126),

Debido a esto, muchos líderes porfirianos, crearon un plan en el cual se integrara a los campesinos a la cultura dominante, pero al mismo tiempo se reconocía al maíz como “cosecha de subsistencia y como fuente de identidad”, a este se le llamó discurso de la tortilla. La estrategia utilizada fue hacer que todos los habitantes, comieran trigo sin suprimir el maíz de su dieta, sino con la intención de aumentar en consumo¹⁸ del cereal europeo (Pilcher, 2001, p. 131).

De manera contraria a los deseos de las autoridades, los campesinos se negaban a abandonar sus hábitos alimenticios y civiles, pues no cambiaban sus casas de adobe por la de concreto, tampoco las camas, más aun, renunciar a comer la tortilla, esto debido a dos razones: la primera, la costumbre, durante los siglos de dominación española este fue el alimento que los ayudó a soportar los duros trabajos asignados; y la segunda, las mujeres indígenas no contaban con los hornos para hacer el pan (Pilcher, 2001, p. 142).

El maíz, principal alimento de los mexicanos, a lo largo de su historia, y a pesar de haber sido descalificado por algunos, como un sinónimo de atraso, ha logrado mantenerse dentro de los nutrimentos más importantes del mundo, esto gracias a su facilidad de reproducción y preparación. Además, de la gran actividad que sobre este se ha desarrollado, pues se ha convertido en una empresa muy importante.

Es importante mencionar que, de los granos anteriormente mencionados, es necesario referirnos al café, pues este a lo largo de su historia se ha convertido en un alimento indispensable de la sociedad.

¹⁸ Debido a esto, mucha gente trabajadora, comenzó a imitar a los de la clase alta en sus costumbres de comportamiento y comida. En consecuencia, durante muchos años se luchó por reivindicar el valor del maíz, uno de los primeros en intentarlo fue Andrés Molina Enríquez, que afirmaba que el maíz era el principal constituyente de la alimentación de los mexicanos, y rechazó la idea de la superioridad del trigo y culpaba al gobierno de los problemas de la nación y que gracias a la mala distribución de las tierras, no sólo había un mal desarrollo económico, sino que también se tenía una dieta poco balanceada (Pilcher, 2001, p. 134, 136).

2.4 El café, la semilla que da vida

Uno de los principales cultivos del mundo es el café, esto debido a su principal componente, la cafeína, con ella todos los seres que habitamos este planeta, es utilizado desde el siglo VI a. C. cuando el guía espiritual, Lao-zi, recetó el té¹⁹ para los discípulos de su nueva religión, el taoísmo (Reid, 2005, p. 15)

De acuerdo con Alan Davidson (1999), la bebida se prepara con los granos del cafeto, los cuales son unas cerezas rojas de hasta setenta años de vida. Este líquido es mencionado por los médicos árabes, desde aproximadamente diez siglos. La historia y las leyendas cuentan que las bayas en el principio eran comidas o mezcladas con grasa; más tarde descubrieron como fermentar la pulpa para hacer vino. El tostado de los granos comenzó al parecer durante el siglo trece, en Yemen, y, al final de este siglo la bebida recibió el nombre de *Qahwah*. Además, los religiosos y los peregrinos usaban unas muselinas en todo el cercano, medio oriente, en el norte de África al terminar el siglo quince.

De acuerdo con, Marion Bennion (1990) diremos que el café es originario de Etiopía, y de este podemos encontrar diversas variedades, y con sus respectivas características, pero sólo unas cuantas son de uso comercial, la más común es la *Coffea Arabica*, la cual crece en tierras y climas diferentes. Los principales centros de producción son en centro y Sudamérica, tiene fino sabor y aroma. El *Coffea Robusta*, crece en suelos poco elevados como los de África. Sin embargo, Maguelonne Tousaint-Samat (1997), menciona acerca de su conocimiento a partir del siglo nueve, pues, el café se tomaba en Persia, lo llamaban *kahwa*. También era conocido en Egipto y Libia.

El primer europeo en hacer referencia de esta bebida fue Prospero Alpino de Papua, cuando visitó Egipto, en 1580. La obra que escribió, fue escrita en latín y

¹⁹ Esta se puede encontrar en el té, la nuez de cola y el cacao.

enviada a Giovanni Morazini, quien menciona lo siguiente: “los turcos tienen una infusión, de la cual el color es negro”. Pero no lo tomaban en la comida, sino después, era como un fino y delicado trago en compañía de los amigos (Tousaint-Samat 1997, p. 581).

En realidad no se sabe cuando o como fue descubierto el café, pues desde tiempos antiguos, había casas de café en Constantinopla, Bagdad, Medina, Meca, el Cairo y todas las capitales del mundo islámico. Conjuntamente, Lourdes Hubard (1996) nos menciona dos leyendas. La primera cuenta que un jeque exiliado, se salvó de morir de hambre al comer los granos en una sopa. La segunda, relata lo siguiente:

[...] cuando Kaédi, un pastor de cabras que vivió en el siglo tercero en Etiopía, notó que sus cabras se comportaban de una manera muy extraña después de comer los granos rojos de las matas del cafeto; aun las cabras más viejas saltaban indiscriminadamente como pequeñas crías retozando; posteriormente Kaédi le contó esta historia al abad del monasterio cercano, quien decidió probar por sí mismo el poder de esos granos, vaciando agua hirviendo sobre algunos de ellos para hacer una bebida, la cual encontró que le ayudaban a mantenerse despierto [...]

De esta manera, los frailes se mantenían despiertos durante las largas horas de oración que tenían, así mismo este fue el primer convento en que se cultivó la planta del café. Usaban plantas de Etiopía, su lugar de origen.

Sin embargo, no podemos decir con exactitud cual fue el lugar en donde se estableció la primera “casa de café”, pero según Alan Davidson (1999), posiblemente fue en Venecia o en algún lugar de Italia en 1615. Un viajero inglés que 1517 visitó tierras árabes, lo describió como un grano negro, que cocido en agua “no transmite ningún sabor”, más tarde, este mismo informa cambios, en su corazón se sentía algo diferente. Anthony Sherley lo refiere como una bebida infiel, él le llama café. La primera cafetería británica fue abierta en Oxford en 1650, por Jacob, un turco judío. Dos años más tarde, Pascual Rosse, de quien no se sabe si era armenio o griego, abrió una en Londres (Tousaint-Samat, 1997).

Un italiano llamado Francisco Procopio, quien siendo de origen noble, pero desafortunado con la aristocracia Siciliana, para no morir de hambre esperó un milagro y, en 1672 trabajó en el establecimiento de un Armenio proveedor del café Pascal. Once años después, Procopio vivía una nueva situación, el rey de Polonia, Jan Sobieski, sitió a los turcos de Kara Mustafa y los expulsó, cuando estos escaparon dejaron una gran cantidad de café. Los polacos, abrieron unos sacos y encontraron los granos, los cuales fueron dados a los caballos. Sin embargo, el general Franz Kolschitski empleó prisioneros de guerra quienes realizaron la confección del café, posteriormente compró otros con gran talento con la finalidad de que estos prepararan la moca. En consecuencia, pronto fue abierta una casa de café en Viena y, en pocos años comenzó una cadena de establecimientos en Europa central, siendo Viena la matriz.

El café vienes fue el primero en servirse con crema batida y frío. Esta nueva forma de preparar el café despertó en Procopio el interés monetario y pensó que, si trabajaba duro, podría amasar una fortuna, por esta razón estableció un salón de café en Paris (Tousaint-Samat, 1997, p. 586).

Durante la primera mitad del siglo XVIII, la planta del café fue rechazada por los habitantes del nuevo mundo. Su cultivo fue en gran escala, estaba a la cabeza cuando se presentaron competencia muchos países. Brasil es el máximo productor en cantidad. Jamaica es ampliamente el que produce el más fino café. México produce mucho al igual que Indonesia (el café de Sumatra es el de más alta estima). Sur de la India es una región productora. En África, Kenia, Tanzania y Etiopia también (Davidson, 1999; Hubard, 1996, p. 34).

Su llegada a América fue por dos lados. Uno, procedente de Inglaterra llegó una embarcación a Virginia, en los Estados Unidos. El otro lado fue por el Caribe, desde Francia (Hubard, 1996, p. 38)

En México, Juan Antonio Gómez de Guevara sembró unas semillas que traía de la Habana, a unos diez kilómetros del sureste de Córdoba, en Veracruz. Por otra parte, el tiempo de maduración de los frutos es entre septiembre y octubre. El tiempo de cosecha se realiza en noviembre, después de los días de muertos. Esta actividad es importante pues en ella, la familia entera contribuye se dedica a recolectar las cerezas y es una fuente de ingresos, también es la razón para el trazo de caminos y haya energía eléctrica (Ruiz, 1991, p. 142).

A cerca del cafeto, sus flores son de color blanco, y cuando el fruto está maduro, las bayas toman un color rojo intenso y su pulpa cubre dos semillas las cuales crecen juntas. De manera similar al chocolate, los granos de café deben ser despulpados y puestos a secar al sol por dos o tres semanas o por secado artificial. El mismo autor menciona que durante el lavado los granos liberan enzimas de pectina²⁰, por lo que de manera espontánea ocurre la fermentación²¹. Después del lavado, los granos tienen color azul verdoso o verde, y son separados de acuerdo a su color, tamaño y categoría.

Cuando se muelen, es usual que se mezclen hasta cinco o más granos de diferentes países. Dichas combinaciones son controladas de acuerdo a las características de las semillas (color, sabor, aroma, fuerza) (Bennion, 1990, p. 576).

Asimismo, este producto tiene dos formas de cultivarse, la primera es el cultivo industrial, en la cual, las semillas crecen en grandes extensiones de terrenos al rayo del sol y provoca la erosión del suelo y su biodiversidad es muy poca. Sin embargo, recibe gran inversión de capital, además de usar fertilizantes y gasta mucha agua en el proceso de beneficiado. La segunda se llama cultivo de sombra, de este, México es el productor número uno a nivel mundial. Las zonas más productoras del país son Oaxaca y Chiapas. En este sistema, los cafetos crecen a la sombra de los árboles

²⁰ La pectina es una sustancia gelatinosa que constantemente aparece en el jugo de diferentes frutos.

²¹ En tiempos antiguos, de la fermentación se preparaba una bebida alcohólica que era usada en las ceremonias religiosas, pero fue sustituida por el café cuando este fue descubierto.

frutales, permitiendo que haya humedad y mayor biodiversidad, en él, usar insecticidas es poco común, pues las aves y otros animales controlan las plagas de manera natural. A diferencia de la otra forma de cultivo, esta no depende de un solo cultivo, puede haber varias cosechas al año (Juanicó, 2002, p. 277, 278).

El café a lo largo de los siglos se ha convertido en un símbolo de convivencia, e intelectualidad, pues es común ver en las cafeterías a gente que conversa en torno a una taza de este líquido. Mariana Gumá Montalvo (2005, p. 34), nos presenta esto de la siguiente manera:

Se teje nostalgia, se invoca al recuerdo, se conspira, se cierran negocios, se firman acuerdos, se ama, se crea belleza. Es el café, ese lugar por donde transita la vida mientras se paladea una infusión que, según Las mil y una noches, al probarlo Mahoma, recuperó tanto vigor como para desarmar a 40 hombres y hacer felices a 40 mujeres.

Esto a razón de en todos los cafés de México en el siglo XX, hubo grandes intelectuales en sus mesas, ejemplo de ello es el café Europa, conocido por los literatos como el café de nadie, frecuentemente visitado por Arquéeles Vela y Fermín Revueltas. En el café la habana, en alguna ocasión fue visitado por María Sabina, también llamada “sabia de los hongos” (Gumá, 2005, p. 36), entre otros lugares que la gente visitaba para relacionarse unos con otros.

Con todo lo anteriormente mencionado, podemos decir que el café, así como otros granos, son indispensables en la alimentación humana, pues hoy lo puede tomar cualquiera, y gracias a sus propiedades químicas es buscado por la mayor parte de la población.

2.5 Los amigos del hambriento

El frijol²², al que Guillermo Prieto llamó: “amigo de los desheredados y refrigerio del hambriento”, esto debido a su bajo precio y su facilidad de adquisición. Cualquier lugar es bueno para la siembra de esta legumbre, pues se puede adaptar a cualquier clima teniendo las condiciones adecuadas, por esta razón los campesinos generalmente lo siembran cerca de su casa, o entre las milpas del maíz. La forma de guisarlo puede ser muy sencilla, se preparan sazonados con ajo y manteca o mezclándolos con el arroz, etc. (Carrillo, 1996, p. 23- 24).

Esta semilla pertenece a la familia de las legumbres, tiene alto contenido proteínico que lo hace casi igual a la carne, por ello también es conocido como “la carne del mudo vegetal” (Desrosier, 2004, p. 20). En su estado silvestre, la mata terminaba en una vaina enroscada, para sacar los grano fue necesario hacerla recta. Es una de las semillas más cultivadas en el mundo. Es muy susceptible a las condiciones del clima por lo cual es recomendable sembrarlo en lugares donde haya tierra ligera y con suficiente agua, generalmente se siembra en las costas, la sierra y la selva (González De la Vara, Sugiura, 1996, vol. 1, p. 17).

Debido a sus propiedades naturales, es una gran fuente de proteínas, minerales y carbohidratos, además, contiene fibras solubles que previenen enfermedades del corazón, la obesidad, asimismo ayudan al buen funcionamiento del aparato digestivo.

²² Esta legumbre es una de los alimentos más antiguos de la historia de los americanos, pues se han encontrado en el estado de Tamaulipas algunas vainas de hasta 4 000 a 6 000 años de antigüedad (Long, 1997, p. 187).

Para sembrarlo, primero se humedece la tierra, se hace un hoyo en la tierra, se deposita un grano y se tapa. Después de unos diez días comienza a germinar, cuando esto sucede se debe estar pendiente que la mata crezca sin ninguna plaga, ni hierbas. Durante la cosecha, se arranca la mata, se seca la vaina y se desgrana. Todavía hoy muchos productores realizan esta tarea manualmente, mientras otros utilizan la trilladora.

La palabra frijol, tiene diferentes etimologías, en nahuatl, es llamado *ayocotli*, en quechua poroto (*purutu*). En español antiguo "*frisol*", que viene del catalán "*fesol*" o del latín *phaseus*. En Italia se conoce como *fiesole* y en Francia, *haricots*. Su domesticación comenzó aproximadamente hace siete mil años y consta de 180 especies, de las cuales 126 son originarias de América y de estas 76 son procedentes de México. Entre las variedades más cultivadas y consumidas están: el frijol ayocote, patol, chacuelo, shashana, tacahuaquet y botil; el frijol, lima, comba, patashete, ishuet, huet; el frijol tepari²³, el frijol negro bola, el bayo, el peruano, el flor de mayo, etc. Algunas legumbres emparentadas a esta pueden ser: las lentejas y las alubias (Carrillo, 1996, p. 16).

De acuerdo con Ana María Carrillo (1998, pp. 16-20), era una de las semillas más apreciadas en la religión prehispánica, pues era ofrecido durante los días de siembra y cosecha refiriéndose a él de este modo: "espiritado príncipe de mucha estima encubertado de negro", al parecer, el dios de este grano sufría mucho por ser de color oscuro, por ello, los hombres no lo querían. Sin embargo, comían sus raíces y sus flores cocidas con sal, de igual manera, consumían el ejote (el frijol tierno) y el frijol maduro, ambos se ponen a hervir en agua con sal y epazote. Son utilizados como relleno de los tamales o de los tacos. Esta legumbre era vendida en los mercados por buenos y malos comerciantes, los primeros vendían las semillas

²³ Esta especie de frijol fue llamada así por Asa Gray, y era cultivado aproximadamente hace 5 000 años, y aunque últimamente no ha figurado en la agricultura, con excepción del desierto de Sonora y Arizona y en una región cercana a Tapachula, en Chiapas y una zona limítrofe Guatemala no tiene mucha presencia en la dieta de la gente (Long, 1997. p. 189).

frascas, mientras lo segundos revolvían las nuevas con las viejas y maltratadas. Por otra parte, algunas de las relaciones históricas- geográficas de Yucatán refieren que el frijol también tuvo la función de moneda y fue parte importante de los tributos.

La misma autora, así como Fernando del Paso (2003, p. 34), refieren al frijol como uno de los alimentos más apreciados no sólo por los indígenas de América, sino también por los de Europa, pues en 1528 se empezó a cultivar y en 1533 fueron llevados a Francia por Catalina de Medicis, cuando se casó con Enrique II y, para el siglo XVIII ya era parte importante de la dieta de los europeos.

Como podemos darnos cuenta, los frijoles son parte importante de la dieta mundial, esto gracias a su fácil adaptación a diferentes tipos de tierra, asimismo, debido a su facilidad de preparación, es posible preparar diversos platos con esta semilla, por ejemplo: refritos, charros, de olla, etc. (Gironella, 2002, p. 110).

2.6 El tubérculo andino y la mandioca

La papa en lengua *Quechua* significa “tubérculo” (García Rivas, 1991, p. 124), es originaria de América del sur (Perú, Bolivia, Colombia y Chile). Desde tiempos prehispánicos es cultivada por los indígenas de esas tierras. Las patatas, como también son conocidas, fueron encontradas en estado silvestre, y para poder domesticarlas, los naturales utilizaban terrazas en las rocas y en arcilla, las plataformas se encontraban en diferentes alturas, las más elevadas eran regadas con el agua que bajaba de las montañas. Para su conservación, los incas desarrollaron un método de deshidratación por congelación el cual consistía en dejar el fruto a la intemperie durante la noche (Carcer, 1953, p. 269).

De ella se relata que los hombres cultivadores de la quinua (un alimento sagrado de las tierras andinas parecido al amaranto), por mucho tiempo dominaron

las tierras altas, fueron sometidos por otro pueblo. Con el fin de dejarlos sin nada y matarlos de inanición, disminuyeron la ración de alimentos a los habitantes de esos campos. Estos, estando hambrientos y al borde de la muerte clamaron al cielo, entonces su dios se compadeció, les dio unas semillas carnosas y redondas, las cuales después de haber sido sembradas se convirtieron en mata.

Con la intención de quitarles sus cosechas, los invasores no se opusieron al cultivo de esta nueva planta, cuando las matas estuvieron maduras, se llevaron todos los frutos. Sin embargo, movidos por el hambre, los nativos, volvieron a clamar al cielo, para obtener de nuevo comida, entonces su dios les pidió remover la tierra y sacar los frutos que en ella había, pues desde el principio su intención fue esconder los tubérculos. Recogieron las raíces, las escondieron de sus dominadores, todos los días los comían hasta restablecer sus fuerzas y expulsar a los opresores para siempre.

Con esta explicación, podemos entender el origen divino de la papa, pues gracias a la bendición de tener este alimento, no hubieran conocido la libertad, asimismo, mediante la comida es posible tener subyugado al pueblo.

Ahora bien, las primeras referencias de la existencia de este tubérculo en Chile, están en las cartas dirigidas al rey Carlos V por el Gobernador Capitán Don Pedro de Valdivia quien dice: “que los indios se alimentaban con papas que iban a recoger a las colinas”. Y en 1670 el jesuita español Diego de Rosales en los manuscritos de su Historia de Chile anota: “En Chiloé todo el mantenimiento de los naturales se reduce a unas raíces de la tierra, que se llaman papas... y de estas se siembran en gran cantidad para coger lo necesario y sirven de pan” (Carcer, 1953, p. 269). Este es sólo un ejemplo de la importancia que este tubérculo tenía entre los naturales de las tierras del nuevo continente y al mismo tiempo causó cierta sorpresa para los españoles.

Muchos alimentos americanos fueron conocidos primero por los españoles, sin embargo, las papas, se comenzaron a sembrar entre 1571 y 1574, cuando en España hubo grandes sequías, razón por la cual se sembraban en las huertas de los hospitales, tal es el caso del hospital de Sevilla, donde sirvieron para alimentar a los enfermos y pobres. Este suceso tuvo un maravilloso resultado, pues la salud de la mayoría de los pacientes mejoró notablemente. Al ver esto, los frailes decidieron sembrarla en los campos de sus conventos. En consecuencia, durante la primera mitad del siglo XVII, se fue extendiendo por toda la península y posteriormente por toda Europa (Carcer, 1953).

Al parecer, en 1586, en Inglaterra e Irlanda la papa ya se sembraba y los habitantes de estos lugares la conocieron gracias a Sir Francis Drake y a Sir Walter Raleigh. Unos años más tarde, en 1596 este tubérculo fue mencionado por John Gerard en un catálogo de plantas de su jardín de *Holborn* y en su herbario. Sin embargo, para Mariano Carcer (1953, p. 270) esto no puede ser posible, pues la ciudad de Virginia está muy lejos de los lugares de origen de esta raíz, más aún, Raleigh y Drake nunca estuvieron ahí, por ello indica que posiblemente cuando hombres estuvieron en las Antillas la conocieron.

Paralelamente, en 1588, este tubérculo ya formaba parte de los jardines italianos. Y a pesar de haber sido menospreciada por los ricos europeos, la papa salvó de la muerte a Irlanda, cuando en 1847 todas sus cosechas se perdieron. Con este hecho muchos emigrantes de este país en 1719 la llevaron consigo a los Estados Unidos (García Rivas, 1991, p. 124).

Por lo general, la papa la podemos encontrar en dos colores: blanco o violeta; este tubérculo llega a medir hasta unos 4 cm. de diámetro. El fruto que se desarrolla en las hojas de la mata es una baya negra y tóxica, así también lo es el resto de la planta, excepto las raíces. Para sembrarla no se necesita mucho espacio, la mata es pequeña y se cultiva muy fácilmente, sólo es necesario poner un pedazo de ella en la tierra y pronto germinará (Del Paso, 2003).

En la actualidad, existen muchas variedades de papas que han sido divididas en las papas nativas y las papas modernas, las cuales varían en cuanto a su color y sabor: las papas nativas son: la *huayro*, la *compis*, la *yana imilla*, la *sani imilla*, la peruanita, la *run tush*, la *tumbay*, la *huagalina*, la *shiri*, la piñaza; todas estas son buenas en la preparación de los alimentos. Dentro de las modernas se conocen: la *amarilis inia*, la andina, la *canchán inia*, la *cica*, la *mariva*, la *perricholi*, la revolución, la *Tomasa*, *Conde mayta* y la *yungay*; todas estas son buenas para el uso comercial, como la preparación de las papas fritas

De manera adversa al chocolate, la papa no fue bien aceptada por las clases nobles y burguesas de Europa. Por otra parte, la gente pensaba que este tubérculo era el causante de enfermedades como la sífilis, la lepra, la escrófula y otras enfermedades. Durante el siglo XVIII en Rusia los campesinos preferían no cultivar la papa y morir de hambre, pues las consideraban anticristianas e inmundas desde el punto de vista sexual.

La papa contiene vitamina "C", un antioxidante natural que ayuda a mantener unidos los tejidos óseos, así como vitaminas hidrosolubles, minerales y fibras, además es baja en grasas, pues en comparación con el trigo, sólo contiene el 5% de grasas y, con respecto al maíz tiene más calcio y calorías. Por otra parte, sus almidones, la convierten en un fuerte energético, esto la hace ser uno de los alimentos más consumidos en el mundo. Su producción es de 300 millones de toneladas al año. Sin embargo, al mezclarse con otros componentes, pierde algunas de sus propiedades, tal es el caso de las papas fritas, las cuales al ser puestas en aceite aumenta su calor y pierde esos minerales, proteínas, etc. que conserva cuando son hervidas, asimismo, su cáscara es benéfica, debido a su contenido de potasio, el cual fortalece a los huesos.

Lo anterior es muestra de la importancia de la papa para los indígenas de Sudamérica, con ella sobrevivieron por mucho tiempo, además, de haber

desarrollado una tecnología de conservación. Al igual que muchos productos americanos, este tubérculo fue una novedad para los cronistas y viajeros europeos. En Europa, no fue bien recibida al principio, pues sólo la tenían como alimento de los pobres, pero con las constantes hambrunas y escasez de trigo en este continente, sirvió como sustento de toda la población.

Sin embargo este no es el único de los alimentos más importantes de la región andina, pues, de acuerdo con Rosario Olivás (2002) en Perú hay varias regiones gastronómicas de gran importancia. La primera corresponde a la del norte, en Tumbes y la costa de Pira, la cual se caracteriza por ser una zona pesquera, la segunda corresponde al área Guaringas, en la Sierra de Piura, la tercera es la de Libertad, Lambayeque y la Sierra de Cajamarca, por ser una costa, su dieta consta de mariscos y aves. La cuarta está en la zona del Callejón de Conchucos y el callejón de Guailas en la Sierra de Ancash. La quinta es una de las más importantes, la de Lima, en ella se encuentran el departamento de Ica y la Costa de Ancash. La sexta región es la de Arequipa y el norte de Chile, Puno y la zona de la Paz, Oruro y Chuquisaca, donde su alimentación es básicamente de aves y papas. La séptima, otra de las más trascendentales, la del Cuzco y Apurima, que fueron territorio de los incas, la octava la de Acayuco.

La última de las regiones corresponde a la Selva, cuyos principales alimentos son los plátanos, la yuca o mandioca y la carne de caza. La mandioca, al igual que la papa y el maíz es uno de los alimentos más significativos en América del sur, además de tener gran importancia económica. Originalmente era cultivada en los Andes, pero se extendió hasta Colombia y el istmo de Panamá. Este tubérculo es un arbusto con flores de color verde, el cual en muchas ocasiones y en estado silvestre, su jugo puede ser venenoso, pero en otras no lo es. Se siembra por medio de brotes.

Asimismo, de este tubérculo existen varias especies, por ejemplo, tenemos a la *yuca filamentosa*, sus fibras son usadas como hilos. La *Yuca glauca*, la cual es jabonosa y venenosa. La *Yuca elephantipes* también es conocida como yuca gloriosa o izote se usa para preparar ensaladas, hervir, batir y freír. La *Yuca brevifolia* se puede usar para asar o comerse en dulce. Por otra parte, las flores de la yuca son un alimento importante en centro América, y el suroeste de los Estados Unidos, aun se come (es rara como la coliflor). Además hay algunas yucas jóvenes y redondas, parecidas a los espárragos, que pueden pelarse, rebanarse, calarse, y freírse (Davidson, 1999)

Con lo anterior, nos damos cuenta que a la yuca o mandioca no se le ha dado justicia en cuanto a su valor gastronómico, pues es poco consumida por la población, pues, los investigadores no se han fijado en ella como un alimento de importancia cultural.

Finalmente, se considera importante hacer mención del azúcar, no sólo por ser uno de los alimentos más consumidos en el mundo, sino porque es el principal material con el cual se elaboran los dulces y el chocolate.

2.7 El oro blanco: el azúcar

Uno de los alimentos que han tenido importancia en el mundo es precisamente la sacarosa, con ella, a través de la historia se han realizado muchos procesos históricos. Su origen lo tenemos en las tierras árabes, en el continente asiático, según Sidney Mintz (1996), esta fue domesticada en Nueva Guinea. Primero se cultivaba en la india y años más tarde en China, además, la primera fabricación de azúcar no líquida fue en la región indo-irania de Turkestán. Posteriormente, cuando los turcos conquistaron Constantinopla, posteriormente la cultivaron por todo el

mediterráneo, tuvo grandes y buenas repercusiones en la forma de preparar la comida, al mismo tiempo, también la usaron para conservar los alimentos.

Este endulzante fue un monopolio árabe hasta el año 900 d. C., cuando firmaron un acuerdo comercial con Venecia. Pero antes de esto, hubo oleadas de difusión como las de Nueva Guinea en el 1800 a. C. y la de 1600 a. C. cuando fue llevada a Filipinas, la India e Indonesia sin embargo, no fue lo único que este pueblo aportó a Europa, pues introdujeron productos como el azafrán, la pimienta negra, la nuez moscada, el ajonjolí (Long, 1997, p. 229; Mintz, 1996, p. 90).

De la caña, hay seis especies, pero en esta tesis, sólo mencionaremos las más consumidas. La primera, la caña *saccharon officinaria*, muy utilizada entre los boticarios. La segunda, caña noble, es de tallos suaves, dulces y jugosos. Cuando está madura, llega a medir hasta seis centímetros de grueso y entre 3.5 y 5 centímetros de alto. La manera por la cual se reproduce el azúcar es asexual, esto es, sólo es necesario poner un trozo de ella en la tierra, se le suministrar el agua suficiente para que el tallo germine. Cuando la caña tiene agua en abundancia, puede crecer hasta dos centímetros en seis semanas y con abundancia de agua sus contenidos de azúcar son mayores (Mackenna, 1993, p. 197, Mintz, 1996, p. 96).

En 1319 d. C. llegó a Inglaterra, junto a los portugueses, fue uno de los primeros en introducirla y comercializarla en los mercados europeos, sin embargo fue hasta el año de 1390 cuando este producto se convirtió en una novedad exótica.

Tuvo sus inicios como elemento de la medicina y una especia de la cocina. Los médicos descubrieron en el azúcar mejores propiedades medicinales que en la miel. Además, la utilizaban para endulzar todas las drogas amargas. Esto nos hace pensar en su alto valor monetario, pues su extracción era difícil, no obstante los avances tecnológicos, no dejaba de ser un lujo. Sin embargo, a mediados del siglo XIX, comenzó a ser más popular y se convirtió en un ingrediente de primera necesidad (Crane, 1997; Mintz, 1996).

Enrique el navegante, príncipe de Portugal estableció en 1432 la primera plantación de caña de azúcar en Madeira, aunque ya 60 años antes existían plantaciones en las propiedades portuguesas del atlántico. Pero fue durante el siglo XVII cuando el azúcar comenzó a tomarse en el café, el té y otras bebidas como el vino y el hidromiel (Mackenna, 1993, p. 197; Long, 1997, p. 232).

Por otra parte, el azúcar no era conocida entre los habitantes de América, pero en algunas regiones de estas tierras había *abejas meliponidae*, son silvestres y sin aguijón, producían miel y era recolectada por los indígenas, pero partir de 1492, la difusión del azúcar fue muy rápida en toda América.

Después de la conquista, en América, debido a las grandes epidemias no había suficientes indígenas que hicieran los trabajos de siembra y cosecha, por lo tanto utilizaban la mano de los esclavos negros²⁴, sin embargo, para 1568, en las plantaciones había entre 150 y 200 dependientes y en las más importantes hasta quinientos. Según Sydney Mintz (1996, p. 66), el primer lugar donde se cultivó el azúcar fue en Santo Domingo, pues había aproximadamente 50 hectáreas dedicadas a la producción de caña de azúcar y, después de esta isla, fue llevada a Cuba, Puerto Rico, Jamaica.

De acuerdo con Gisela Von Wobeser (1988), Adriana Guerrero (2000, p. 79), Gisela Landazuri y Verónica Vázquez (1998, p. 259-263), el azúcar llegó a América por medio de los españoles y pese a los esfuerzos de los habitantes de las islas, quienes impedían su cultivo en el continente, llegó primero a la Nueva España. Este es un cultivo de tierras calurosas, se buscaron los lugares adecuados para sembrarla, su labranza al principio fue difícil. El primer europeo en comercializarla fue Hernán Cortés, pues entre sus posesiones, comenzó a instalar las primeras

²⁴ En los ingenios, las labores más fuertes se dejaban a los hombres y las fáciles a las mujeres y los niños, los indígenas por lo general no eran empleados porque su cuerpo no resistía los duros trabajos que en estos lugares se realizaban.

haciendas azucareras. Y, en 1524 ya se labraba caña de azúcar en Santiago Tuxtla, Veracruz y de ahí se comenzó a cultivar en Morelos, Michoacán, Puebla, Chihuahua, Chiapas, etc. La alta producción abasteció el mercado interno, 1560 y 1570 se exportaba el azúcar, dulces y jarabes a Perú. En 1530, en Morelos ya había 30 fincas azucareras y, durante el siglo XIX, 2000 arrobas de panocha fueron vendidas en \$1300.00 y en Santa Clara y San Ignacio 9000 arrobas fueron vendidas por \$420 702.00. En Veracruz, se produjeron 1150 toneladas en 1857 y en 1879 12 420 toneladas en Morelia, en Apatzingan, en ario Rosales Tacambaro, Uruapan, y Zitacuaro²⁵.

Para la obtención del azúcar, Gisela Von Wobeser (1988) aclara que es necesario saber cuando la zafra está lo suficientemente madura; después es llevada a los trapiches y se continua con la extracción del jugo, el cual consiste en pasar las cañas por los molinos, es decir, por tres troncos grandes de madera, puestos en posición vertical, esto, para evitar el desperdicio, los cuales son impulsados por animales o por agua. Cuando la caña ha soltado su jugo, este cae en una tinaja de madera y de ahí corre por unos canales hacia las calderas, donde va a hervir y a limpiar el jugo hasta calentarse y cristalizarse²⁶.

Todo este proceso se realiza con el paso del jugo por las calderas, las cuales son: la de recibir, la de contra recibir, la de en medio, la de contraenmedio, la de contra melar, la de melar, y la tacha. Conforme el jugo se va concentrando, el tamaño de los recipientes disminuye. A lo que queda se le llama meladura. Después de esto, todo se vierte en el tacho y se deja enfriar hasta formar cristales de azúcar, estos, se someterán a la purga en unos recipientes de aproximadamente 25 X 50 cm de altura, antes de ser utilizados se mojan, se tapa el agujero del vértice, con esto se evita que a la hora de ser vaciada la meladura, esta salga del recipiente. Antes de

²⁵ La misma autora también refiere acerca de la existencia de algunos cañaverales de indígenas en los que se elaboraba el azúcar para venderla a otros nativos o españoles para su consumo o para hacer panocha, melados, piloncillos o aguardiente

²⁶ Para obtener la azúcar no refinada sólo se deja hervir el jugo y se enfría la meladura y, para la azúcar refinada se debe seguir el procedimiento ya mencionado, hasta que esta quede concentrada y purificada (Wobeser, 1988 p. 253-254).

pasarlos a la sala de purgar, la meladura debe estar bien repartida en el tacho, para ello, se deben agitar un poco.

Generalmente, sala de purgar se encuentra fuera del molino, por dos razones, la primera, para tener mejor control de la producción y la segunda por higiene. Esta habitación debe estar bien ventilada. Además, en su interior hay un enrejado donde se pone los tachos, estos son unos conos, que tienen un orificio en la parte de abajo, el cual se tapa durante unos días. Debajo de ellos hay un recipiente en el cual cae la miel cuando las tapas de los tachos son quitadas, después de esto se continua con el proceso de furación. El cual varía entre diez y quince días. Posteriormente con el paso lento de agua se blanquea el azúcar

Una vez obtenido el jugo, para evitar que se fermente y adquiera un sabor a licor se debe calentar durante unos segundos a temperatura baja, si sucede lo contrario, el azúcar se oscurecerá (Wobeser, 1988, p. 257).

Como hemos visto, el azúcar es un alimento que los árabes utilizaron mucho en la cocina, su descubrimiento, fue de gran importancia para el mundo, con ella, cambió la forma de endulzar las bebidas e incluso de administrar los medicamentos de sabor desagradable. Asimismo, se convirtió en elemento indispensable en la elaboración de productos como los dulces y el chocolate.

El proceso de su elaboración es algo muy delicado, pues es necesario contar con la infraestructura adecuada. En cuanto a su distribución y uso comercial, debemos tener conocimiento de la existencia de variedades de ella. La obtención del azúcar se realiza en los trapiches, los cuales se encuentran fuera de las plantaciones. En estos lugares, se consiguen todos los derivados del azúcar. Un ejemplo, es el pilón, el cual tiene forma de panes, se hace con la miel que queda pegada a las paredes del cazo donde se evapora el jugo de la caña. También se fabrica el moscabado, esta es más oscura y húmeda. La hay en pedacería o en

polvo y en terrones. Se subdividen según su color. Las más comunes son la estándar o blanca y la morena²⁷.

En el caso de los almíbares, es necesaria que la miel sea evaporada de nuevo, de ella se obtendrán granulitos con los cuales se hacen los jarabes para la elaboración de dulces. Dependiendo del sabor deseado, será el color y la esencia a utilizar. Con este tipo de sustancia se hacen las calaveras de los días de muertos. También están el azúcar glass y la impalpable, en las cuales los molinos muelen finamente. En el caso de la primera, esta es muy socorrida en la pastelería, confitería, la segunda es más fina y se emplea en la fabricación de chocolate fino (Wobeser, 1999, p. 259).

Otro endulzante efectivo es la glucosa, que es más fácil obtener y los productos hechos con esta son más finos. Para hacer dulces con sacarosa y glucosa, estas diluyen en agua hirviendo y conforme se evapora el agua aumentan los azúcares y según el sabor de los dulces se le vuelve a agregar agua con el sabor que se quiera. (Audry, 2000, p. 18)

De la caña de azúcar, no sólo se pueden obtener la sacarosa, también es posible obtener de sus residuos algunas mieles como la llamada miel de tareas, la miel de cachazas, la cual se logra en el proceso de hervido del jugo de la caña; la miel de furo escurre durante el purgado. Las mieles caras y de barros se producen en el blanqueado (Audry, 2000, p. 18; Wobesen, 1999, p. 259).

Por otra parte, Stephen Beckett (1994, p. 44, 45), nos hace mención de otros tipos de azúcares que pueden ayudar a la elaboración de dulces, como por ejemplo: la glucosa, es un tipo de azúcar conocido también como dextrosa, se encuentra junto con la fructosa, en muchos frutos y en la miel. En la antigüedad era extraída de las

²⁷ Su calidad se puede medir por el color, pues la azúcar morena, no es tan pura como la blanca, a la que, para poder blanquearla, en los ingenios se le tiene que agregar ácido fosfórico u óxido de azufre y cal

uvas. Para la fabricación de chocolate es recomendable usar este tipo de azúcar, pues su poder edulcorante es muy inferior al de la sacarosa.

Otro tipo de azúcar que el ya mencionado autor nos refiere es la llama azúcar de fruta o fructosa, se puede encontrar junto a la glucosa, y en la miel. Se obtiene por medio del proceso de aislamiento y cristalización de la fructosa en jarabe. El poder endulzante de esta es superior al de la caña de azúcar, sin embargo, debido a su facilidad de asimilación en el cuerpo humano es más lenta, por esta razón no se observa un incremento de azúcar en sangre después de haberla comido, cosa contraria a la sacarosa. La fructosa se metaboliza principalmente en el hígado, ello no implica la activación de insulina. Por estas razones la fructosa es muy recomendable en la fabricación de chocolate para diabético (Beckett, 1994, p. 45).

También tenemos el azúcar de leche o lactosa, la cual está compuesta por glucosa y galactosa, la podemos encontrar en cualquier tipo de leche. Es una variedad de azúcar común en la fabricación del chocolate, ya que puede sustituir a la leche en polvo, este es un edulcorante muy débil (Beckett, 1994, p. 46).

No obstante estas clases de azúcares, podemos encontrar, una que a la par de la sacarosa es muy antigua, nos estamos refiriéndonos a la miel, la cual para los pueblos de la antigüedad fuera indispensable.

Asimismo, otro medio por el que los hombres obtenían el azúcar era con las remolachas²⁸, las cuales son unos tubérculos que tienen un alto contenido de azúcares naturales, pueden ser cosechadas en cualquier etapa de su desarrollo, desde raleo hasta la maduración, con un diámetro de cerca de 2 pulgadas. Las raleadas son aquellas sacadas de la tierra estando muy tiernas, esto para hacer

²⁸ Las remolachas tiene alto contenido de fibra soluble e insoluble. En el caso de la primera mantiene sus niveles de azúcar en la sangre y de colesterol controlados. La segunda, ayuda a tener un tracto intestinal trabajando bien. Además, aparte de la remolacha dulce, existe una que es forrajera la cual llegó a América después de la conquista (Carcer, 1953, p. 153).

espacio y sembrar otras. Además se pueden comer crudas, y las hojas en ensaladas o azadas. Sin embargo cuando estas son azadas reducen la cantidad de azúcar natural (Long, 1997).

Las primeras referencias de este tubérculo, están en la literatura griega, alrededor del 420 a.C. eran descritas como “plantas de jardín versátiles”; de ellas se mencionaban variedades oscuras y claras. La remolacha más común es aquella con forma de globo rojo. De ella hay otras variedades, como la italiana, que tiene anillos rosados y blancos cuando se cortan en rodajas. La variante llamada Globo-dorado, tiene figura esférica de color anaranjada, se pone dorada cuando se está cocinado. Otra variedad es blanca y otra rosada, etc. Su cultivo se extendió en Francia y España, por lo regular en los monasterios, pero también entre los campesinos. Para el siglo XV, este cultivo se encontraba en toda Europa.

Al principio, esta se cultivaba²⁹ por sus hojas, en aquella época equivalían a las espinacas o las acelgas. Posteriormente, esta raíz ganó popularidad, en especial la variedad roja conocida como remolacha. En 1600, el agrónomo francés Olivier de Serres relataba: “cuando se cocina este manjar da un jugo almibarado. Este fue el descubrimiento de la primera muestra de azúcar europea, y fue realizado por un científico alemán llamado Andreas Marggraf, quien en 1747, demostró que los cristales de azúcar obtenidos de su jugo, eran iguales al de la caña de azúcar. Posteriormente, en 1801, en la Baja Silesia, fue construida la primera fábrica de azúcar de remolacha (Long, 1997).

A pesar del descubrimiento de la remolacha azucarera, durante los primeros años del siglo XIX el azúcar de caña seguía siendo importante, de ésta forma este tubérculo, no fue objeto de atención en el comercio francés durante las guerras napoleónicas. Sin embargo, poco a poco la remolacha fue ganando terreno hasta

²⁹ Las remolachas son muy resistentes a las heladas, por lo que pueden ser sembradas en los últimos días de estas. Su semilla es en forma de racimo, que se deben sepultar entre 1/2 pulgada de profundidad y 1 pulgada de distancia y se pueden cosechar cuando tengan el tamaño deseado

1811, cuando unos científicos franceses presentaron a Napoleón dos barras de azúcar hechas de esta raíz. Tanto impresionó esta a Napoleón que ordenó plantar 32.000 hectáreas de remolacha, esto ayudó al establecimiento de varias fábricas. En pocos años, había más de cuarenta fábricas de azúcar de remolacha, especialmente en el norte de Francia, pero también en Alemania, Austria, Rusia y Dinamarca³⁰.

Posteriormente, cuando se levantó el bloqueo de los puertos del continente y reapareció la caña de azúcar, muchos países dejaron de producir azúcar de remolacha. Sin embargo, el gobierno francés apoyó la selección y explotación de las variedades con mayor contenido de azúcar y los avances en las técnicas de extracción de éste. Es por ellos que después de 1830, en Europa, la producción de azúcar de remolacha se convirtiera en una opción viable (Long, 1997, p. 232).

Para los europeos el uso de las remolachas fue muy importante durante los tiempos de guerras, pues durante el bloqueo del mercado, hubo un sustituto de la sacarosa, pero cabe aclarar que este tubérculo dulce, no es el único utilizado para endulzar los alimentos, sino también podemos encontrar otros como la fructosa, la lactosa, etc.

El azúcar, es un alimento con muchos derivados, con los cuales se pueden elaborar diferentes productos, sin embargo, es necesario tener en cuenta el grado de cocción de esta, pues esto es muy importante en la fabricación de diversos dulces.

Para su cocción es necesario un cazo de cobre o aluminio y una pala de madera, ambos deben ser especiales para esta actividad, además de tener listo un trapo para absorber las impurezas que salen en forma de espuma y no se peguen en las paredes del cazo. Además existen dos formas básicas de conocer el grado de cocción del azúcar. La primera es mediante el método de pasa jarabes Baume, un

³⁰ No obstante su buena marcha, también ha tenido sus altibajos, ya que cuando se levantó el bloqueo de los puertos, el azúcar de caña reapareció, por lo que muchos países dejaron de producir azúcar de remolacha, con excepción de Francia. Sin embargo, en la actualidad, de los 120 millones de toneladas que en Europa se producen, 16 se utilizan para hacer azúcar blanca

termómetro por el cual se puede determinar su punto. El otro es meter los dedos o una cuchara en agua e introducirla en el jarabe y tomar un poco y sentir su consistencia.

Para utilizar el método del pasa jarabes es necesario un frasco largo y estrecho en el que se introducirá un poco de almíbar, se introduce al pasa jarabes y la fuerza del almíbar marcará el grado de densidad del jarabe; se deposita otra vez el almíbar en el cazo y si es necesario medirla de nuevo se debe seguir el mismo procedimiento.

Asimismo, Ofelia Audry (1998, p. 18, 19) menciona que cuando el azúcar está caliente tiene una graduación diferente a cuando se enfría, para dar muestra de esto, se presentan los grados y tipos de cocción del azúcar:

El almíbar corriente o napa, es útil para envinar los pasteles, tiene 18° cuando está caliente y 28° Baume cuando se enfrían.

La hebra fina y la gruesa se reconocen porque al tomar un poco con los dedos y al abrir y cerrar estos, se debe formar un hilo resistente y, en el caso de la gruesa, la hebra debe ser más resistente; alcanzan 29° y 30° baume respectivamente.

En el llamado perlita y gran perla, el jarabe hierve a borbotones y en uno es más fuerte que el otro y adquieren 3° y 35° Baume.

En los puntos de bola blanda y dura, se toma con los dedos mojados un poco del almíbar se hace una bolita que se pegue en ellos y nivel de calor es de 37° y 38° Baume, respectivamente.

La lámina o escarchado también se hace una bola y se debe morder y pegarse a los dientes. La lámina quebradiza la bola debe romperse.

Lo anterior se menciona con la finalidad de conocer que cada dulce tiene su “toque” o mejor dicho su secreto, lo mismo pasa con el azúcar, de acuerdo con el dulce deseado, es necesario saber como debe estar el azúcar.

El azúcar, un condimento muy utilizado en las boticas y cocinas árabes, pasó a ser parte indispensable de la dieta mundial. Con su paso a las tierras mediterráneas, gustó al grado que comenzaron a consumirla. Después de 1492 Cristóbal Colón pidió a los reyes católicos enviaran cañas de azúcar a las islas La Española y El Salvador y posteriormente a la Nueva España, lugar donde también fue de gran agrado y la imaginación de sus habitantes hizo de ella un elemento importante en sus cocinas. Con este alimento la gente endulzaba sus comidas y bebidas, así como una innumerable cantidad de dulces con los cuales se deleitaban al final de la comida.

Cabe mencionar que, con este producto se pueden elaborar diferentes productos como el piloncillo, a más de esto, es el elemento más importante en la fabricación de todos los dulces. Sin embargo, hay otras formas naturales de extraerla, tal es el caso de los azúcares de las plantas o de la remolacha. Por otra parte, el azúcar económicamente, juega un papel importante en el mundo, pues con ella, muchas personas realizan sus actividades laborales, comenzando desde su extracción hasta la elaboración de productos como los dulces o la fabricación de sustitutos de ella.

2. 8 Las mieles

Generalmente a todos los seres humanos nos gusta comer todo aquello agradable a nuestro paladar y, por lo general, eso es dulce, es por ello que en esta parte se hace referencia a cerca de otro de los principales ingredientes indispensables para hacer los dulces, el cual, desde tiempos antiguos se ha usado con diferentes fines, estamos hablando de la miel.

En la antigüedad, para obtener la miel, el hombre ponía en los panales una bolsa de tela y se dejaba escurrir la miel en el saco y posteriormente la vaciaban en recipientes. La miel adherida a las paredes del costal era puesta en agua para fermentar y así obtener el hidromiel. Si se fermentaba junto a una manzana, su contenido en alcohol era mayor al de la sidra, al final, con la finalidad de conservar su sabor, se le agregaba más alcohol (Crane, 1997, p. 142).

Eva Crane (1997, p. 59, 62) menciona que esta es obtenida por las abejas³¹ *apismellifera*, la especie más productora de miel; estos animalitos recolectan el néctar y otras oxidaciones de las plantas las cuales son almacenadas y procesadas en los panales. Sus principales componentes son azúcar y agua, a su vez se pueden clasificar de acuerdo con su contenido de azúcares (sacarosa, glucosa y levulosa).

La composición de la miel se debe principalmente a su origen vegetal, al estado del tiempo, a la tierra, etc. por esta razón muchas mieles tienen mayor dulzor que otras, sin embargo, más apreciada es la de las colmenas, pero, a pesar de contener un 80% de azúcares, nunca ha podido superar al azúcar.

Entre las mieles más dulces están las de acacia, la cual se puede encontrar en el sureste de Europa; la de pipirigallo, la *miel du gatinais* de Francia central, la de los cardos y la de balsamina de los Himalayas. También es posible clasificarlas por su color y aroma. Las transparentes, son extraídas del nabo, la acacia, la salvia y el trébol. Las blanco aperlado son las de la enredadera de campanilla mejor conocida como manto; las mieles doradas son las de viperina, las vara de oro, el diente de león.

Algunas son menos usuales, por ejemplo, las mieles de borraja, que es de un color amarillo grisáceo. La miel de tilo tiene tonalidad verdosa. La miel del árbol del cielo y las de arce son café-verdosas. Entre otras. Las mieles oscuras como la de

³¹ No había abejas melíferas en el nuevo mundo ni en Australia al momento de su descubrimiento, sin embargo, si existía un tipo de abeja que no tenían aguijón.

brezo se distinguen por su intensa coloración negra, una alta densidad, sabor firme, pero en comparación con las florales, es menos dulce. Las menos apreciadas son las claras, las cuales se pueden oscurecer debido al almacenamiento por largo tiempo o por contaminación con algún metal (Crane, 1997, p. 80-81).

Una de las principales características de la mies es que si se coloca en un lugar frío, sus azúcares se granulan, si se pone en un lugar cálido se hace líquida, además, no tiene caducidad. Sin embargo, después de mucho tiempo, su sabor cambia. Por otra parte, las mieles con menos del 17% de agua se granulan con mayor facilidad. Cuando contienen más del 19% pueden fermentar, por esta razón las mieles muy líquidas no son muy usadas en la mesa. Las espesas son utilizadas generalmente para untarlas en el pan.

El sabor de la miel se puede apreciar mejor en los alimentos crudos, en los dulces y algunas confituras a las cuales sólo ella da un sabor característico, sin embargo, su uso es un poco complicado pues, debido a su espesura, es difícil de medir o usar, Eva Crane (1997) menciona que si la miel es muy espesa debemos engrasar un poco la cuchara o recipiente donde la vamos a poner la miel o bien, en agua caliente, así será mas fácil tomarla (1997, p. 72- 111).

Así como el azúcar, la miel es fuente energética, pues una cucharada antes de partir al campo redondeaba el antaño deficitario desayuno, su uso como jarabe y ungüento medicinal hizo imprescindible e insustituible su presencia en las casas aldeanas: cura catarros, previene y mitiga afecciones de garganta, evita infecciones, cicatriza heridas, borra hematomas y, resumiendo, da salud, vitalidad y longevidad. Y, por si fuera poco, rompe alojamientos y maldiciones de brujas.

La miel siempre ha tenido una función en la medicina, por ejemplo, en el antiguo Egipto era el medicamento más común. En la edad media era un elemento importante con ella, la gente aceptaba comer los ingredientes con peor sabor. Gracias a sus efectos antibacteriales, se aplicaba en heridas, quemaduras, etc.

donde poner un vendaje resultaba muy difícil. En muchos hospitales de Inglaterra y Nueva Zelanda se informó que en las amputaciones, úlceras infectadas, etc., en las cuales se untaba miel, las lesiones habían sanados satisfactoriamente. También se puede mezclar con limón para los resfriados y todos los tipos de enfermedades respiratorias, tal vez es por eso, las antiguas civilizaciones la tenían en buena estima (Crane, 1997, p. 152-155; Salinas, 2003, p. 8).

Para el almacenamiento de la miel, fueron hechos tarros de diferentes tamaños y materiales, como el vidrio, el barro o el plástico. Sin embargo, el de vidrio fue el más usado. Entre los más viejos, podemos encontrar los fabricados en 1750, en Inglaterra, los cuales tenían la forma de una sopera, en ellos eran puestos los pedazos de panal para que escurriera la miel, otros eran parecidos a una canasta con paja, algunos de ellos fueron producidos en dos partes, unos con la base separada y los otros fija. Un ejemplo más es un recipiente encontrado en la península arábiga, parece una calabaza con un orificio triangular (Crane, 1997, p. 112-113).

Como podemos ver, la miel es un producto de gran importancia, pues siempre han tenido una función medicinal y ritual, sus usuarios se ven beneficiados, pues en la mayoría de los casos, las dolencias de los enfermos mejoraban. Sin embargo, este alimento, frente al azúcar perdió su lugar dentro de la cocina, convirtiéndose así en un condimento.

Para terminar, debemos tener en cuenta que los hombres, hacen uso de los elementos otorgados por los dioses y la naturaleza, el fuego, les sirvió para calentar y preparar los granos con los cuales preparaban sus alimentos, así como la utilidad de la recolección en los campos.

Con la ayuda del fuego y los materiales creados para la elaboración y almacenamiento de los alimentos, así como de las costumbres desarrolladas a lo largo del tiempo fue posible que los hombres crearan una cantidad de platillos

únicos, los cuales también eran ofrecidos a los dioses como pago por su benevolencia.

En consecuencia, los alimentos mencionados son de vital importancia, pues no sólo son la base de la dieta de los hombres, sino también son una forma de mostrar un proceso civilizatorio, es decir, en ellos se intenta manifestar su personalidad como sociedad. Los granos son los primeros, pues simbolizan la abundancia y fertilidad. La papa y la mandioca, son de fácil adaptación a los diferentes climas. Los azúcares, son relevantes, de ellos, obtenemos una gran cantidad de calorías útiles al cuerpo humano. Esto hace que la comida tenga dentro de los estudios culturales un papel preponderante, razón por la cual, los hombres dieron a los alimentos importancia simbólica, por ello se crearon ritos y mitos acerca de estos. Sin embargo hay otros de valor incalculable, como es el caso del chocolate, tema central del siguiente capítulo.

CAPITULO 3

LOS DULCES Y EL CHOCOLATE

Dentro de las costumbres humanas, una de las más comunes es la de ingerir aquellos alimentos que son agradables al paladar, por esta razón, en este capítulo, se aborda un poco acerca de la historia de los dulces y el chocolate. Con respecto a los primeros, muchos fueron hechos para acompañar al chocolate y ofrecerlos a las visitas en las casas de los personajes más importantes de las ciudades. Además, era muy común comerlos al final de la comida. Asimismo, durante estos años, los principales centros de producción fueron los conventos, pues su elaboración fue la principal actividad, con su venta solventaban algunos de sus gastos, al principio tuvieron el monopolio, sólo ellas conocían las recetas.

Años más tarde, cuando las hijas de los nobles indígenas, de los comerciantes, de militares, etc. ingresaron a los conventos para que se les enseñaran las actividades dignas de una dama, entre las cuales estaban los buenos modales, el bordado, la cocina y, por supuesto, a preparar estas golosinas. Cuando salían, ponían en práctica los conocimientos, a través de la elaboración casera. Esto motivó la diversificación de su producción, es decir, ya no sólo se realizaban en los conventos, sino también en las casas, convirtiéndose así en una fuente de ingresos para las familias.

Con respecto al segundo, es un alimento hecho a base de las semillas del cacaotal, que es un árbol que crece en Tabasco, Chiapas, Oaxaca, Guatemala, Belice, y también en Ecuador, Colombia, Venezuela y Brasil; de él hay diferentes variedades y cada uno tiene un sabor y color característico. Tiene un origen divino, pues el dios Quetzalcoatl, que fue el encargado de los dioses para enseñarles a trabajar la tierra y al ver sus sufrimientos, se compadeció de ellos y antes de bajar al mundo robó el árbol de cacao a los dioses y éstos al darse cuenta que los hombres lo tenían, se enojaron y se vengaron de él.

Desde tiempos prehispánicos estos era alimento muy importante, los dulces se fabricaban con las mieles de las plantas y el chocolate era amargo, los mezclaban con maíz, achiote y otras cosas. Es por ello que a los españoles no les gustó cuando lo probaron por primera vez.

Después de la conquista de Tenochtitlan, los europeos se encargaron de hacerlo más popular. En España, por ejemplo, las esposas de los miembros de la corte, lo preparaban sin ninguna limitación, sin embargo, las mujeres de las clases media y baja, tenían que arreglarlo de acuerdo a sus posibilidades.

Por todo lo anterior, como una forma de partir de lo general a lo particular, primero se hará mención de los dulces, pues estos son un elemento gastronómico importante en la sociedad, en ellos se refleja mucha de la personalidad de los mexicanos. En lo particular señala al chocolate, porque siendo este un alimento de importancia para los pueblos prehispánicos, hoy ha sido devaluado por bebidas como el café. Asimismo, en ambos casos, su industrialización tiene gran relevancia histórica, con ellos, muchas familias han sostenido la economía del hogar, ya sea en pequeños talleres o en fábricas de producción en masa.

3.1 Los dulces

Uno de los oficios aprendidos de los españoles y que estos a su vez obtuvieron de los árabes, fue la elaboración de los dulces de azúcar. En México, no existía este elemento, por lo cual usaban la miel de las frutas y los árboles. Cuando los españoles la llevaron de España a la isla del Salvador y de esta a la Nueva España, fue una gran noticia para los europeos quienes estaban muy acostumbrados al consumo de productos dulces y agradables al paladar, pues debemos ser sinceros,

todos preferimos lo dulce sobre lo salado, lo picoso, lo insípido, etc. Por otra parte, estos productos se pueden elaborar con azúcar o algún otro derivado, asimismo, los podemos clasificar en dulces típicos y dulces de caramelo. Los primeros, se fabrican con sacarosa, los segundos, con azúcar procesada y glucosa principalmente.

La génesis de estos está en los conventos, sólo estos lugares tenían las cocinas más grandes y equipadas, por ello, los guisos de las monjas eran de lo más elaborado y delicioso, pero su mayor demostración de ingenio, imaginación y talento se dejó ver después de 1581, cuando el azúcar entra en estos recintos³² (Guerrero, 2000, p. 83), con este ingrediente se da origen a una de las más famosas tradiciones de nuestro país, la dulcería. Al principio fueron propios de la clase alta, porque en estos lugares no se guisaba con la intención de satisfacer el hambre, sino para aquellos grupos con cierta cultura en el comer, además, de una estrecha relación con el convento³³.

Cada uno de los conventos de la Nueva España tenía una especialidad, y los principales conventos especializados en la fabricación de dulces estaban ubicados en las ciudades de: México, Querétaro, Oaxaca, Chiapas, Michoacán, Yucatán, etc. Sin embargo, los que lograron destacar en la producción de estos fueron los de: Morelia, Querétaro, Jalapa y por supuesto los de Puebla. Entre los monasterios de mayor renombre, están los de: Santa Clara, Santa Mónica, Santa Catalina de Siena, La Santísima Trinidad, Santa Teresa, El Colegio de las Niñas vírgenes, El hospicio de Santa Teresa, el colegio de San Juan Evangelista, el colegio de San Luis Rey, el de San Francisco, El de Nuestra Señora de Belem, etc. (Guerrero, 2000)

³² En el convento de Santa Brígida, en Oaxaca, se gastaron en noviembre de 1802, 28 arrobas de azúcar, en enero de 1806, 35 arrobas y en enero de 1808, la misma cantidad (AGN, Templos y conventos, vol. 300, exp. 3, fojas 38, 74, 104).

³³ El azúcar fue utilizado primero por los boticarios y las monjas que hacían cristales con los que preparaban remedios curativos y, tiempo después, los dulceros hacían golosinas que se preparaban con las frutas y, con los jugos de estas se elaboraban licores y jarabes.

Cada uno tenía su especialidad, esto lo hacía diferente de los demás, por ejemplo, en el caso de las hermanas Concepcionistas, su especialidad era la elaboración de empanadas. Las Bernardinas fabricaban dulces, conservas y biscochos. Las monjas de San Jerónimo hacían calabazates. Las de San Lorenzo se dedicaban a los alfeñiques y caramelos. Las hermanas clarisas, con las tortitas de Santa clara, los camotes y las cajetas, se hicieron de gran fama. Otra de las cualidades de los conventos poblanos, era la elaboración del turrón amarillo y la leche de mamey, con la pasta de los mazapanes hicieron las figuras de frutas y preparaban los tamales cernidos. En Santa Mónica las yemas reales, los alfajores, las rosquillas de almendra, los polvorones, los jamoncillos, los guisados de pasas, entre otros (Lavin, 2000, vol. 3, p. 31, 33)³⁴.

Las hermanas franciscanas de San Viterbo, en Querétaro, hacían puchas en forma de concha con anís de colores, que se usaban para sopear el chocolate. En convento de la Cruz elaboraban dulzón de mazapán y cabellos de ángel. En Yucatán las abadesas de Santa Clara dirigieron fábricas de dulces y las pupilas pusieron negocios en los cuales preparaban los anises, ponteduros y mazapanes. Las monjas Agustinas de Santa Mónica, se dedicaban a la elaboración de jamoncillos de pepita, rosquillas, gorditas, charamuscas, trompadas, yemas reales, polvorones, mazapanes, muéganos, alfajores, tamales cernidos y rompopo. Las carmelitas se distinguían por confeccionar cosas más saladas como los alfajores de luz y los dulces de cielo y, en los días de fiesta manufacturaban marquesotes de rosa. En Baja California preparaban chimangos de frituras de harina de trigo en forma de

³⁴ Las hermanas Concepcionistas, pertenecen a la tercera orden franciscana, dedicada a la Inmaculada Concepción de María, y fue fundada por Beatriz de Silva. Las Bernardinas pertenecen a la orden cisterciense, fueron fundadas por San Roberto con el propósito de restaurar el espíritu de regla Benedictina. Su mayor exponente fue San Bernardo de Claraval. Las jerónimas son la rama femenina de la orden de San Jerónimo. Las Clarisas, pertenecen a la familia Franciscana, y fueron fundada por Santa Clara, quien “siendo muy niña renunció a las golosinas como una prueba de amor a dios” (Fonda de Santa Clara, 2002, p. 17-18), a esta misma orden pertenecen las hermanas de San Viterbo, dedicadas a Santa Rosa de Viterbo, quien predicó entre los cátaros. Las hermanas de Santa Mónica, pertenecen a las agustinas, una orden mendicante, fundada en 1256 en Italia. Pío V los reformó creando a los agustinos descalzos en 1588 y, las de Santa Rosa, la primera Santa nacida en América, ambas pertenecen a la orden dominica.

rombo acompañados con miel, jamoncillo, dulces de queso, ates de guayabate, mangate y pitahaya cocida (esta es una comida típica de la temporada cuaresmal), en Querétaro, donde se hacen las puchas para sopear el chocolate.

Desde que los dulces salieron de los conventos, se unieron a la vida cotidiana de la sociedad, ya fuera de clase alta, media o baja, se convirtieron en elemento de distinción en las casas, pues era común recibir a las visitas con estas golosinas. Asimismo son un factor importante de nuestra identidad, porque son el resultado de la unión entre los españoles con los indígenas en las diferentes regiones de nuestro país. Además mucha gente los utilizó para crearse un modo de vida³⁵ (Lavin, 2000, vol. 3, p. 34-36).

Había también otros dulces como las cocadas y los merengues, estos últimos, son un invento francés del siglo XVIII, con ellos se hacen los turrone (los suaves y los duros)³⁶, las lenguas de gato, hasta hace algunos años también se elaboraban figuras. Algunos de los dulces hechos en los conventos eran: los azafranes, las escudillas, las limetas, los cristales de pepita, las cocadas, los chongos zamoranos, las mermeladas, las tembladeras, los dulces de camote y de piña, el bocado real, el bocado de leche de obispo, el bocado de cafiroleto, la cafirolonga, etc.

El origen de los dulces está precisamente en la unión de conocimientos de las monjas españolas y los de las sirvientas indígenas, así como de la combinación de los alimentos de estas y los de Europa, sin embargo, una de las ventajas de los conventos fueron los recetarios de esta continente. No obstante esta gran ventaja, muchos platillos fueron creados cuando aun no se practicaba la vida comunitaria, lo cual dio por resultado que cada monja en su celda, con la ayuda de su sirvienta

³⁵ Desde entonces, dulces y chocolate, eran la mancuerna perfecta en los bautismos, boda, primeras comuniones, y otras fiestas que se realizaran (de la redacción, 27/07/06, p. 10 a).

³⁶ De estos, el duro es el más utilizado en la cocina, porque era muy útil en la decoración de los pasteles.

preparaba sus propios alimentos. Por otra parte, Mónica Lavín (2000, p. 13) nos menciona una posible causa por la cual estas ricas golosinas fueron creadas. Esta es, cuando las novicias entran al convento, al estar lejos de todos los placeres de la vida, extrañaban su casa, a su familia, pero especialmente la comida que en sus domicilios guisaban, es decir, los dulces nacen como una forma de recordar aquellas cosas que abandonaron cuando decidieron servir a Dios.

Un ejemplo de ello son los dulces de las monjas clarisas quienes inventaron los camotes. De acuerdo con la historia, un día el obispo visitó el convento, la cuando la hermana encargada de hacer el postre echó a perder el que estaba haciendo, como ya casi no tenía tiempo para preparar otro, vio unos camotes, los hirvió, los peló, los mezcló con azúcar y los sirvió al sacerdote. Cuando este terminó de comerlos, tuvo curiosidad y preguntó acerca de ese platillo, y la hermana sólo se le ocurrió decir *camote poblano*. Desde entonces este dulce fue conocido así en esa ciudad y en el resto del país.

Para su elaboración es necesario el camote blanco, con este se hacen de limón, piña, etc. si son de fresa, se puede usar el rojo. Primero se ponen los tubérculos a cocer en agua, se enfrían, después se pelan y se ciernen en una coladera, debe quedar solamente la pulpa. Al mismo tiempo, en un cazo, se está preparando el jarabe, se agrega el bulbo tamizado, se mueve constantemente con una pala para evitar que se pegue al fondo del perol y se añade la fruta.

La pasta se debe dejar enfriar aproximadamente una 8 horas, una vez fría la pasta, se toma un poco con una cuchara y se pone en un lienzo con el cual se le da la forma y se deja secar en el sol. Con cuidado se les mueve para que sequen parejo, se les debe tener mucho cuidado de insectos u otros animales (Escenario de Puebla, pp. 8, 9).

Pero, aunque los dulces poblanos son de los más famosos, también están los de otros lugares como por ejemplo las cocadas, típicas del estado de Colima, los ponches de frutas, de granada, cacahuete o ciruela, los cuales no son igual a los preparados en la temporada de invierno, estos son calientes y tienen por base el ron. También están los tepozotes, unos panecillos de harina de maíz, manteca, piloncillo, anís y canela, son de forma ovalada, estos deben ser cocidos en un comal, pero antes de esto, es conveniente ponerlos en hojas de tepozán. No debemos olvidarnos de la tubas, que a diferencia del instrumento musical, son una bebida enseñada por los filipinos a los naturales, quienes aprendieron a extraer el néctar de las palmeras y lo dejaban fermentar, se puede tomar sola o con cacahuates, almendras, piña, apio, limón o canela (Díez, 2003, pp. 37- 40).

Asimismo tenemos también los dulces de leche, típicos de la región norte de nuestro país, los cuales son una mezcla de leche con azúcar cocida lentamente, en cazos de cobre. Se les debe estar moviendo constantemente con cucharas de palo. De entre ellos destacan las cajetas, las palanquetas, las jaleas, etc. Del Bajío podemos encontrar las charamuscas, las trompadas, los ates de diferentes frutas, entre otros. En el centro, son característicos los dulces cubiertos, las pepitorias, los camotes horneados, esos que pasan vendiendo en un carrito con un silbato, etc.

También están presentes los dulces de amaranto o alegrías. Este era un alimento ritual que los indígenas utilizaban para hacer figuras de sus dioses, de los montes, etc. y durante la conquista su uso fue prohibido por los religiosos, sin embargo, con el tiempo, este se mezcló con ingredientes europeos como la miel y el azúcar. En nuestro país hay muchos pueblos en donde la elaboración de estos dulces es su fuente de ingresos³⁷.

³⁷ Un ejemplo es el barrio de Santiago Tulyehualco, en la delegación Xochimilco, en donde cada año se realiza una feria en la cual los productores de dulces de amaranto venden sus productos. En Puebla, podemos encontrar lugares como Amozoc, entre otros.

Todos los platillos tradicionales tienen una temporada de presentación y degustación. Los dulces no son la excepción, por ejemplo, durante los días de muertos, los mexicanos festejamos a la muerte de una forma muy peculiar. Primero ponemos nuestras ofrendas, las cuales básicamente están formadas por comida, esto con el fin de que el alma de nuestros seres queridos venga a recordar y sentir el delicioso sabor de los alimentos y en ellas no pueden faltar los dulces de cada región. Una costumbre muy común es la de poner algunas calaveras de azúcar, los entierros, el pan de dulce y el pan de manteca, las hojaldras, etc. En la temporada cuaresmal, es común ver comer capirotada, un plato hecho con pan frito, miel de panela, pasas, almendras, y un poco de queso. En navidad son una tradición los turrónes, mazapanes, colación, etc.

El 6 de enero³⁸, es habitual comer la rosca de reyes, este pan, representa a las ciudades musulmanas, las cuales están amuralladas; de acuerdo con la tradición católica, se esconde dentro de ella la figura de un niño dios y aquellos a quienes les salga, tienen la obligación de realizar la fiesta de la presentación el día dos de febrero. En la fiesta de la candelaria, se comen tamales y el champurrado. En las primeras comuniones por lo general se comen los tamales, panques y gelatinas, y en las fiestas patrias se comían grageas y chochitos de colores, etc. (Curiel, 1999, p. 14)

Por otra parte, todos los gremios, de acuerdo con el oficio, estaban ubicados por calles, la de los herreros, molineros, confiteros, hiladores, cereros, etc. Pero, en el caso de los dulceros, no había una avenida en donde vender sus productos. Hasta casi al finalizar el siglo XIX y las primeras dos décadas del siglo XX, es cuando la dulcería domestica comenzó a crear la tradición de la elaboración de dulces.

³⁸ De acuerdo con las hermanas salesianas, Jesús era tan pobre que sus amiguitos quisieron regalarle un par de zapatos, pues los suyos estaban muy viejos y maltratados, una noche se los dejaron en la ventana de su casa. Al otro día, todos los niños encontraron calzado en sus ventanas. Sin embargo, la razón principal de la fiesta es la adoración de los reyes al redentor.

Hugo Leigh pone como antecesores de las dulcerías a las cacahuaterías y confiterías. Las primeras se establecieron en la calle de Santa Clara (6 oriente) y en sus viviendas tenían los talleres en donde trabajaban y generalmente esto lo hacían en familia, esto permitía al jefe de familia perpetuar el oficio, además de ahorrarse el pago de salarios.

Dentro del oficio de ser dulcero estaba penado vender productos de mala calidad, no se les permitía acaparar las materias primas ni revenderlas, además les estaba prohibido trabajar en las casas de los mercaderes. En Puebla, la venta de estos productos estaba estrictamente reglamentada, prueba de ello es que el 14 de octubre de 1885 fueron aprobadas una serie de disposiciones con respecto a la rifa de lozas, dulces y otros objetos (AGM, expedientes, tomo 300, fojas 132-134), de ellas sólo mencionaremos las que se refieren a lo concerniente a los empresas productoras de alimentos:

- Todos los establecimientos debían ser construidos con madera limpia, en el lugar que el corregidor les indicara y este debía medir cinco varas de frente y cuatro de fondo; de largo era el número que el dueño respectivo determine.
- A la casilla se le tenían que poner letras grandes y en un lugar visible y tendrán un número progresivo, según su ubicación.
- Se tenía que pagar una mensualidad adelantada, misma que asignaba el tesorero municipal, mismo que oscilaba entre los cuatro y diez pesos y si se extendían, por cada vara pagaban 25 centavos.
- El dueño de cada casilla tenía en su favor sólo el 25 % de la venta.

- El precio de la loza, los dulces y otros objetos debía estar en lugares visibles al público, mismo que se demostraba por medio de una factura de compra y cuya presentación era forzosa
- La hora de venta empezaba a las tres de la tarde en los días festivos y, a las seis de la tarde en los comunes y terminaba a las once de la noche en cualquiera de los casos.

Asimismo, cada fábrica o taller tenía un inspector encargado de vigilar el buen funcionamiento de estas, además, para vender sus productos, se les permitía establecerse en el portal Hidalgo. Posteriormente, en 1887, fueron cambiados al portal Morelos (AGM, expedientes, tomo 352, foja 204).

Esto es sólo para las cuestiones del establecimiento de los locales. En lo que respecta a las normas de salubridad, las autoridades eran igual de exigentes, pues, con el fin de evitar el envenenamiento de la población, se crearon las siguientes disposiciones (AGM, expedientes, tomo 367, fojas 171-172):

1.- Dulceros y confiteros sólo usarán para dar color a sus productos las siguientes sustancias:

Amarillo con azafrán, cárcamo, granos de Aviñón y achiote.

Azul ultramarino con añil tornasol, rosilla (flor de la camelina Tuberosa).

Rojo con cochinilla, carmín, palo del Brasil, flor roja de Malva tornasol.

Verde, con las mezclas de las sustancias señaladas para el azul y amarillo o jugos de plantas comestibles que den ese color.

Violeta, con la mezcla de las sustancias indicadas para el azul y el rojo.

2.- Los confiteros o fabricantes de dulces teñidos que en lo sucesivo usen colores venenosos serán castigados conforme a la ley.

3.- Los ayudantes de la Inspección de abastos vigilaran que se cumpla con las prevenciones anteriores y denunciaran las infracciones ante la oficina respectiva para el análisis correspondiente.

Esto es sólo una muestra acerca de los cuidados que se tenía para los ciudadanos.

Debido a esto, el gremio de los dulceros y chocolateros siempre participó en las fiestas de los santos patronos de los barrios de la ciudad y les era encargado hacer: Cajetas de dulce de canela, dulces de coco, turrone de Oaxaca, cacao confitado, alfeñiques, pastillas de vaca, pastillas de ámbar, biznaga de Querétaro conservas de frutas, tejocotes y naranjas, dulces de cidra plateados y dorados, dulces menudos, colación fina, biscochuelos, suspiros y bigoterías, mamones, entre otros.

Algunas golosinas que no podían faltar, en las fiestas eran los dulces menudos, también llamados dulces de niñas, los hay de hierbabuena y anís. Tampoco se omitía la colación, cual se elabora con nuez, cacahuate, etc. Las conservas, las cuales para su preparación, se debe poner primero a calentar agua con azúcar, mientras tanto, se limpian los duraznos, tejocotes o la fruta deseada, cuando está hirviendo, se echan en el jarabe, les deja soltar de nuevo el hervor o hasta que suavice la fruta y se apaga a la lumbre.

La participación de los integrantes de este gremio, quedó de manifiesto en múltiples ocasiones, por ejemplo, en el siglo XVII, cuando el virrey conde de Mancera, con motivo de su viaje a España, visitó la ciudad de Puebla. Para su recibimiento se mandó, por medio del capitán Francisco del Hoio, darle chocolate y, durante su estancia, se molieron cuatro arrobas de chocolate y, como regalo de dulces, lo que fuera necesario (AGM, actas de cabildo, tomo 28, fojas 108, 245, 245v).

También cuando Matheo de la Mella, mayordomo de los propietarios y de los rentistas de Puebla, se comprometió a comprar toda la colación, dulces y agua necesarias para festejar el recibimiento y la posesión del obispo de esta ciudad (AGM, actas de cabildo, tomo 29 foja 116v). Igualmente sucedió cuando el virrey conde de Paredes, Marqués de la Laguna, visitó la ya referida ciudad. Los encargados para su recibimiento y regalo de dulces y chocolate fueron los señores Nicolás de Victoria Salazar y Francisco de Torija Orduño, quienes gastaron quinientos pesos, los cuales fueron recolectados entre los vecinos de la ciudad, por estar ausente el cabildo (AGM, actas de cabildo, tomo 32, fojas 33 y 33v, 36- 36v).

Las recetas tan celosamente guardadas en los conventos fueron conocidas por los integrantes de la sociedad en general cuando las hijas de los ricos criollos, mestizos y españoles al salir de los colegio de monjas, lugar donde aprendieron a preparar los diferentes postres y dulces, comenzaron a prepararlos en sus casa y gracias a ellas fue como se hicieron populares. Con este hecho, no sólo los pusieron al alcance de ricos y pobres los dulces, sino los convirtieron en un medio por el cual les era posible sostener a sus familias, además de continuar con una tradición en nuestro país. Cabe mencionar que muchos de los dulces hoy conocidos, tienen cierto parentesco con los españoles; unos difieren en el nombre, otros en la forma de su preparación, otros en su figura y, algunos son totalmente diferentes de los nuestros.

Después de los dulces típicos, durante los siglos XIX y XX, surgieron los dulces de caramelo, que son hechos con azúcar, agua y glucosa. Los primeros de este tipo fueron los dulces de menta, anís, fresa, limón u otras frutas. Por otra parte, los primeros puestos fueron colocados en las calles cerca de Santo Domingo, El artista y La Cruz de Piedra.

La forma de preparación de estos era con caramelo, el cual se elabora de la siguiente manera:

En un cazo se pone agua a hervir, y se agrega el azúcar para derretirla; poco a poco se añade la glucosa, estos deben hervir aproximadamente hasta unos 40 grados o que llegue al punto de lámina quebradiza, se adiciona el zumo de un limón, cinco gotas de cualquier esencia, y se vierte en un mármol.

Cuando el almíbar empieza a blanquear, se mueve con una espátula echando los bordes hacia el centro y se sigue moviendo hasta poderlo sacar sin que uno se quemé. Cuando ya se puede tocar, se toma una porción y se estira hasta dejarla del grueso deseado y, por último se le da la forma que quiera y se corta.

Lo más importante en el procedimiento de estos dulces es saber bien el grado de cocción del azúcar, el cual se menciona en el apartado 2.6.2 del segundo capítulo, pues de ello dependerá en gran medida la forma del dulce.

De todo lo anteriormente expuesto, la característica principal de los dulces es el azúcar, la cual es originaria de los países árabes, pero cuando ésta aun no era conocida en otras regiones del mundo, cada pueblo tenía alguna forma de elaborarlos, es decir, utilizaban las mieles de diferentes plantas o árboles. Por otra parte, los dulces, comenzaron siendo postres, con la finalidad de satisfacer a los paladares de aquellos que podían solventar su costosa preparación.

Para su elaboración es necesario saber cuando está listo el azúcar, pues de ello dependerá el dulce a elaborar, asimismo, de estos hay diferentes productos, pues algunos se fabrican por medio de la miel de piloncillo, otros con miel de abeja y algunos más con azúcar, tal es el caso de los merengues, los camotes poblanos, entre otros. De igual manera, todos tienen una temporada específica, por ejemplo: las confituras y dulces de bombo (colación) propios de la temporada navideña, la rosca de reyes con la cual celebramos la adoración de los reyes, la capirotada típica de la cuaresma. También existen los dulces hechos con glucosa, que son los de caramelo, como los conocemos.

Por otro lado, durante el siglo XX, los dulces de caramelo fueron comercializados por medio de sorteos, rifas, etc. muestra de ello es el permiso concedido a la señora Lola López, quien solicitó en 1941 en permiso para vender dulces con banderas de diferentes países mismas, por cada treinta banderas que fueran presentadas, se les entregaría un yo-yo o artículos escolares (AGN, Dirección General de Gobierno, 2.017 (29)/184). El señor Jorge Ramírez, pidió autorización para comerciar dulces con envoltura de papel parafinado y un anillo pegado en el interior, en cual habrá una letra del alfabeto, con ellas se formaría el nombre de uno de los cines de la ciudad de México, a aquel que presentara el nombre de cualquiera de estos lugares, sería merecedor de un boleto para función matinal. Otro plan de propaganda era formar la leyenda “concurso del mejor premio de “caramelos Julito” el mejor premio para mi sería...”, la frase terminaría con aquello que deseara el participante (AGN, Dirección General de Gobierno, 2.017(29)/2007).

Como compañero de los dulces, está el chocolate, pues ambos productos eran parte importante en la vida de la sociedad en general, de ahí la importancia de hacer referencia a estos, siendo el chocolate el de mayor importancia, pues causaba grandes beneficios a las personas.

3.2 La base del chocolate: el cacao

Durante los tiempos prehispánicos, los indígenas no llamaban a esta bebida chocolate, sino *xocolat*, y era usada con fines religiosos, ya que estaba presente en las ofrendas para los dioses, así como en sus fiestas.

Asimismo, la palabra chocolate, comenzó a utilizarse durante el siglo XVII, pues es producto de una transformación lingüística. El vocablo original era *xocolatl*, derivado de las voces *xocotl*, amargo y *atl*, agua, cuyo significado es agua agria³⁹, o bien de la expresión *xocolia*, agrio y *atl* (Simeón, 1996, p. 775), no obstante la presencia de otras traducciones como la expresión maya, *kakaw*, que quiere decir chocolate o de *chokol*, caliente y *a*, agua (Calepino, 1984, p. 105, 284; Santamaría, 1959, p. 412). Sin embargo la palabra náhuatl es la más aceptada, razón por la cual, su traducción a otros idiomas no ha variado mucho, pues en castellano es chocolate, en francés es *chocolat*, en italiano es chocolate; en catalán, *xocolato*; en alemán, *schokolade*; en inglés, *ciocolate*, entre otros (Benítez, 1998).

La forma en que los indígenas lo tomaban era amarga, lo preparaban a base de maíz y otras especias como el chile, la vainilla, el achiote, entre otros. Gracias al alto contenido de calorías del chile y el maíz, los cuales proporcionan calor y regeneran las fuerzas perdidas durante las jornadas de trabajo, no necesitaban calentarlo. Debido a su costumbre de ingerir bebidas dulces, no les gustó a los españoles. Por este motivo, con el tiempo fueron mezcladas algunas especias europeas con las americanas haciéndolo más agradable, pues se agregaron ingredientes como el azúcar y la canela (Sahagún, 1982, 577).

³⁹ Debemos aclarar que el cacao solo es muy amargo, además de que causa restricción del vientre cierra las vías urinarias, detiene la menstruación, opila el hígado y el bazo, provoca mala digestión, etc. (García Payón, 1936: 86)

Su preparación era muy fácil, después de sacar los granos de sus vainas, se secaban, tostaban y molían, se hacían las pastillas o bolas, eran disueltas en agua y mezcladas con alguna de las especias ya mencionadas anteriormente. La batían con el molinillo, y después de esto, se servía en unas jícaras hechas con las cáscaras de los cocos.

Los españoles siguieron usando el molinillo para batirlo. Al principio utilizaban los ingredientes originarios de América, sin embargo, poco a poco fueron introduciendo los condimentos⁴⁰ europeos (azúcar y canela principalmente) en la preparación de esta bebida, lo cual hizo que con el tiempo sustancias prehispánicas como el achiote y el chile fueran olvidadas, utilizando solamente la vainilla.

De acuerdo con Sophie y Michael D. Coe (2000, pp. 49- 65), los primeros en conocerlo fueron los olmecas, después los mayas y por último los pueblos nahuas del altiplano. Los primeros se establecieron en el sur de Veracruz y en el estado de Tabasco, ellos son considerados las más antigua civilización de América, descubrieron los diferentes tipos de plantas, entre las cuales se encuentran el maíz y el cacao como las de mayor importancia. Los segundos le dieron un uso alimenticio, pues mientras los anteriores lo utilizaban de moneda, para intercambiar productos, los mayas aprendieron a preparar la bebida, prueba de ello, de acuerdo con lo documentado por los autores ya mencionados, en río azul, en la región de Peten, en Guatemala, un grupo de arqueólogos encontró una tumba en la cual, el consumo de chocolate es evidente. Había catorce vasijas de cerámica, seis vasos cilíndricos con su respectiva tapa y sus pies trípodes. En el interior de estos recipientes había restos de este líquido, además, estaban recubiertos con estuco y cada uno tenía escrito el glifo de la palabra cacao. Finalmente, los nahuas supieron de su existencia gracias a los tatemes o comerciantes de largas distancias, quienes realizaban expediciones por casi todo el territorio mesoamericano.

⁴⁰ Después de poner debajo del metate unos trozos de carbón caliente, los granos eran molidos y tostados. Una vez que se terminaba, se le agregaba el azúcar, se le daba la forma deseada.

Con respecto a su origen divino, Ana Benítez Muro (1998) nos menciona que después de la creación del mundo, los dioses dejaron a los hombres habitarlo y, viendo sus sufrimientos, enviaron a *Quetzalcoatl*, la divinidad del viento, para enseñarles a sobrevivir. El dios bajó por medio de un rayo de la estrella de la mañana, por esta razón los Toltecas lo llamaron *Tlahuizcalpantecutli*⁴¹, le erigieron un palacio de cinco pisos el cual en su fachada tenía grandes soportes de figuras humanas y bajo relieves de mariposas y tigres en su búsqueda. Los adiestró en el arte de la alfarería, la caza, y les dio un gran regalo, el árbol de cacao, el cual, antes de bajar con ellos se robó de los jardines de la casa de los dioses y les mostró su uso como bebida y alimento.

Quetzalcoatl, al observar la fertilidad de las tierras del altiplano, sembró el árbol de cacao en los jardines de Tula y pidió a *Tlaloc*, dios de la lluvia lo regara con agua y a *Xochiquetzal* que lo adornara con flores, cuando creció, y dio sus frutos, recogió las vainas, tostó las semillas del interior de la vaina y enseñó a las mujeres como molerlas y a batirlas en agua. Su costumbre era tomarlo amargo y con algunas especias y posteriormente con miel. Tiempo después, los dioses vieron que los hombres gozaban de los beneficios de los granos del cacao, y juraron venganza contra él.

La autora también nos indica que el elegido para consumir su venganza fue *Tezcatlipoca*, quien viendo al dios muy triste, se aprovechó de ello y le ofreció *octli* (pulque), y *Quetzalcoatl* lo bebió hasta quedar sin sentido, al despertar le dio vergüenza ante su pueblo y decidió irse de Tula definitivamente; resolvió ir al mar en donde hoy es Tabasco, allí lanzó las últimas almendras de cacao y entró al mar. Después de esto, los árboles sembrados en el altiplano, se secaron y las semillas

⁴¹ Quiere decir “señor de la estrella de la tarde” y lo llamaron así para hacer saber que dominaba el oriente u el poniente, esta estrella es la primera que vemos al atardecer y la última al amanecer y la conocemos como Venus (Benítez, 1998, p. 11).

arrojadas al final florecieron, es por ello que, el cacao sólo se da en las costas del sur y sureste de nuestro país.

La única forma por la cual los nahuas conocieron el cacao fue mediante los *pochtecas* o mercaderes de distancia, quienes eran diferentes a los comerciantes de los mercados, pues estaban organizados en gremios a los cuales era muy difícil ingresar, pues la mayoría de ellos heredaban el oficio. Además, tenían sus propios dioses y ritos. Fray Diego de Landa (2003) nos menciona cuando estos comerciantes llegaban de alguna expedición, hacían una fiesta, a ella, asistían sus amigos y compañeros de trabajo, ofrecían muchos alimentos y bebidas, entre las cuales estaba el chocolate. También se servía en las ceremonias de nombramiento de un caballero águila o tigre. Por su parte, Coe (2000, p. 360) menciona que, los *pochtecas* realizaban expediciones por todo el territorio maya, el Soconusco y *Xicalanco*, en ellas utilizaban cargadores para transportar en sus espaldas sus mercancías, tales como: plumas de quetzal, pieles de jaguar, ámbar y otros productos para comerciar, y por supuesto, el cacao.

Según fray Bernardino de Sahagún (1982, p. 664), el *cacaoquauitl* es el árbol de cacao, tiene las hojas anchas, es de tamaño mediano y mide entre 3 y 4 varas⁴². Por la forma de su vaina lo compara con el maíz, pero más grande, además, las semillas de su interior, están agrupadas en mazorca y, la carnosidad dulce que cubre sus granos al ser fermentada produce un licor con bajo contenido de alcohol el cual es refrescante, por otra parte, con la cáscara se hace la cocoa. Asimismo, Francisco Hernández, botánico de Felipe II y sus informantes refieren cuatro especies de almendras: *cuauhcacahuatl* (cacao de madera), *mecacahuatl* (cacao maguey), *xochicacahuatl* (cacao flor), de esta, se decía que sus flores eran rojizas; *tlacacahuatl* (cacao de la tierra), es el más pequeño y lo conocemos como cacahuete (Benítez, 1998, p. 15; Coe, 2000, p. 45).

⁴² La vara, es una medida de longitud que se usaba en diferentes regiones de España, con valores diferentes. En Castilla equivalía a 0,8359 m.; En Argentina, Paraguay y Uruguay 0,866 m.; En Colombia y Venezuela 0,800 m. (Microsof, encarta, 2006).

Esta semilla tenía dos funciones: la primera, era la de bebida, a esta, no todos tenían la posibilidad de tomarla, pues era difícil de conseguir, por lo que su valor era alto y sólo los nobles lo podían obtener y disfrutar. Para esto Bernardino de Sahagún (1982, p. 577) nos muestra la manera en que lo preparaban los vendedores:

[...] muélelo primero de este modo, que la primera vez se quiebra o machuca las almendras; la segunda vez van un poco más molidas; la tercera vez y postrera muy molidas, mezclándose con granos de maíz cocidos y lavados y así molidas y mezcladas les echan agua, en algún vaso, si les echan poca, hacen lindo cacao; y si mucha no chace espuma...

El mismo Sahagún (1982, p. 565) nos indica su uso como moneda por parte de los indígenas; asimismo el cacao fue víctima de los timadores, a quienes se les ocurrían muchas formas de falsificar las semillas de otros frutos y hacerlas parecer a las del cacao, unos cocían y tostaban los granos hasta darles un color semejante a éstas. Otros echaban las almendras en agua hasta simularlas más gruesas. Asimismo, algunos las chamuscaban en cenizas calientes y las bañaban de tierra para parecer más grandes y nuevas, además, era común meter en cáscaras parecidas a la del cacao masa o cera negra y simularlas como de este grano.

A diferencia de los europeos quienes todas sus mercancías las median de acuerdo a su peso y volumen, los habitantes mesoamericanos lo hacían por medio de cuentas la cuales se calculan de 20 en 20, por ejemplo: un *tzontli* equivalía a 400 (granos, objetos, etc.), un *xiquipilli* eran 20 veces eso, o sea 8000 semillas; un cargador podía llevar hasta 3 cargas o *xiquipillis*, esto es, 24 mil granos de cacao (Coe, 2000, p. 46). Un ejemplo de la gran demanda de esta semilla, nos lo da Ana Benítez (1998: 16), ella menciona que en Texcoco se consumían 2 744 000 granos de cacao anualmente para pagos o para beber y, en las bodegas de *Tenochtitlan* había hasta 40 cargas.

Posteriormente, con la llegada de los españoles, Moctezuma, gobernante de

Tenochtitlan vio en Cortés, su líder, al dios *Quetzalcoatl*, razón por la cual le dieron una gran cantidad de bienes considerados por los indígenas muy valiosos, tales como: oro, jade, plumas de diferentes aves, y otros, entre ellos el cacao. Para los europeos, estas cosas, a excepción del oro, no valían nada. Cuando las mujeres les dieron a beber el *xocolatl* por primera vez, no les gustó, esto gracias a su amargo sabor, sin embargo, con el tiempo se acostumbraron a él. También, se dieron cuenta de su frecuencia de consumo entre los indígenas y de sus beneficios a la salud. En consecuencia, Cortés caviló que poseer este producto era no tan bueno como tener oro, pero si podía conseguir una buena ganancia si lo vendía, y comenzó a comercializarlo (Toussaint-Samat, 1997, p. 576).

El cacao fue un producto sagrado para los hombres y, gracias al dios del viento quien se compadeció de ellos y se los dio como recompensa de sus esfuerzos al trabajar y, habiéndolo tomado de los jardines de los dioses, provocó la furia de estos, en consecuencia, enviaron a *Tezcatlipoca* a cobrar tal osadía. Sin embargo, permitieron a los mortales conservar tan precioso alimento.

Los hombres usaron las semillas del cacao como el dios *Quetzalcoatl* se los había enseñado, pero después de su partida, como este dejó de darse en las zonas del altiplano, había que acarrearlo desde las tierras del sur, se encareció, por lo cual la mayoría de los pobladores lo usaban como moneda. Sólo los *pillis*, es decir, los nobles, lo tenían por bebida.

También para los europeos fue un producto raro, porque siendo tan amargo, era uno de los principales alimentos de los indígenas. Y cuando Hernán Cortés de dio cuenta de esto, sacó partido, pues comenzó a venderlo a todos los habitantes de la Nueva España.

3. 2. 1 Sus características

El cacaotero o árbol de cacao⁴³ es endémico de América. Debido a que este fruto crece en zonas muy calurosas, sus principales centros de producción son los estados de Tabasco, Oaxaca, Chiapas. También se puede encontrar en Belice, Guatemala, El Salvador y Honduras. Durante el transcurso del siglo XIX, fueron transplantados muchos árboles de cacao en tierras sudamericanas (Coe, 2000; Benítez, 1998; García Payon, 1936; García Curado, 1996).

El cacaotal, es un árbol extraño, pues sus frutos crecen no sólo en las ramas, sino también en el tronco, además, debido a su sensibilidad hacia los rayos del sol, es necesario que a su alrededor haya árboles más altos que él, lo cual es de gran ayuda para lograr buenas cosechas (Coe, 2000, p. 36).

De acuerdo con Sophie y Michael D. Coe (2000), en 1622 el botánico José de Cuatrecasas definió 22 especies de este producto, que crecen desde la cuenca del Amazonas, a las costas del Pacífico, Panamá, Costa Rica, Nicaragua, El Salvador, Guatemala, México y el Caribe, de ellas, sólo se conocen siete especies diferentes en México, todas tienen diferentes usos. Pueden identificarse por su color: los dulces, son de tono marrón claro y los amargos son de color purpúreo.

Por su parte, Ana Benítez (1998, p. 18) nos indica las especies más comerciales: *Theobroma ovalifolium*, se le conoce como cacao de Tabasco o criollo, sus vainas no contienen muchas semillas y es muy susceptible a las enfermedades.

⁴³ Cuando este llega a los 3 años ya puede tener frutos y las cosechas que se realizan son 2 veces al año. La primera es cerca de la fiesta de San Juan y se le conoce como la cosecha mayor y la segunda es próxima a la Navidad.

El cacao forastero, es una variación vigorosa y menos exigente que el criollo en cuanto a las condiciones del suelo, el clima y el sol. Además, hay el *Theobroma angustifolis*, también llamado cacao del Soconusco. *Theobroma pentagonum*, una especie alargada y de poco rendimiento, pero de buena calidad. *Theobroma bicarbum-berm*, o cacao naranjo. El *Theobroma Bicolor pataste* está cubierto por una cáscara color café. El *Theobroma ceylan* o trinitario es un híbrido del criollo y forastero, es más resistente a las enfermedades y se adapta fácilmente al suelo⁴⁴ (Benítez, 1998, p. 18).

Cabe mencionar, en la polinización del cacaotero, no sólo son necesarios los árboles que lo cubren del sol, sino también los insectos propios del clima cálido-húmedo, pues estos transportan el polen para la fertilización de las plantas. Una vez polinizado, sus frutos tardan alrededor de cuatro o cinco meses en madurar. Cuando las vainas están maduras se cortan y dejan secar. Después de esto se sacan las semillas. Cada vaina contiene entre 30 y 40 granos, se ponen a fermentar y se secan en el sol o de manera artificial. Posteriormente, las almendras se tuestan⁴⁵ (Coe, 2000, p. 29, 30).

Las semillas del interior de las vainas podemos encontrar grasas vegetales que varían de acuerdo a la especie de los granos y es conocida con el nombre de manteca de cacao, la cual tienen dos grandes cualidades: la primera, se funde a una temperatura un poco más baja a la del cuerpo humano, la segunda, no se arranca rápido, debido a esto, el chocolate dura por mucho tiempo, cabe mencionar su importancia en la fabricación de cosméticos y medicamentos (Benítez, 1998, p. 20; Coe, 2000, p. 38).

⁴⁴ Esta es una variedad más extensa y difícil de cultivar, además, siempre debe ser injertado con el cacao criollo, sino, su calidad será baja.

⁴⁵ Después del tueste, los granos pueden medir aproximadamente 20 y 25 mm de largo, y de grosor entre 12 y 16 mm.

De acuerdo con Anselmo García Curado (1996, p. 62), Cristóbal Colón fue el primer europeo en conocer las semillas del cacao, porque en 1502, él y su tripulación encontraron una embarcación indígena con granos para su comercio. Sin embargo, Hernán Cortés se llevó la gloria de presentar estas almendras en su natal España, y de este, al resto del mundo.

De igual manera, el mismo autor explica que el cacao es un alimento nutritivo, pues, en cada 100 gramos de éste hay 10 proteínas, 54 grasas naturales, 30 hidratos de carbono, es decir, se aportan a nuestro cuerpo aproximadamente 600 calorías en total. Por esto mismo, reconforta al estomago y el pecho, además mantiene la temperatura natural, destruye los malos humores y fortifica la voz; esto porque cada semilla contiene menos del 10 % de su peso en proteínas y almidones, igualmente gracias a su contenido de teobromina serotonina, teobromina, cafeína y feniletilamina, los cuales intensifican las energías corporales, los médicos lo consideran un antidepresivo.

La serotonina, es un neurotransmisor cerebral que actúa sobre los estados de ánimo, esto provoca una sensación de bienestar. La feniletilamina modifica los cambios de humor, por esta razón se atribuye al chocolate la cualidad de ser un afrodisíaco. Estimula el sistema nervioso central, los vasos sanguíneos y es diurética.

Por otro lado, dentro de la composición química del cacao, el 1 y 2 % son alcaloides (la cafeína y la teobromina). La primera sustancia, aparece en cantidades muy pequeñas en el chocolate, pero, en alimentos como la nuez de cola africana, el café y el té, su presencia es mucho mayor. La segunda, sólo se encuentra en las semillas del cacao. Por ejemplo: en una taza de café hay entre 50 y 175 mg. de cafeína, en un pocillo de té hay de 25 a 100 mg. de esta sustancia, mientras que en una jícara de chocolate hay entre 25 y 0 mg. de la misma. También es bueno por su

alto contenido en hierro para combatir la anemia y los trastornos cardiacos (taquicardia y extrasístole), además, por contenido de carbohidratos, interviene en la formación de colágeno y cartílago (Coe, 2000, p. 42- 44).

De acuerdo con Sophie y Michael D. Coe (2000) Galeno, en sus clases explicaba que para entender el conocimiento de lo saludable, mórbico y neutral, era necesario saber cuando se calienta el cuerpo y como interactúan los fluidos en los principales órganos (cerebro, corazón, hígado y genitales), por esta razón, precisaba tener conocimiento de los cuatro estados de ánimo: el flemático, el sanguíneo, el colérico y el melancólico. Del equilibrio entre ellos dependía la buena salud de la gente. De acuerdo con el humor de la persona, eran los ingredientes del chocolate.

El cacao, conforme a su origen divino y sus propiedades regeneradoras, fue uno de los alimentos más apreciados por los antiguos mexicanos. Y gracias a su contenido de alcaloides, harinas, grasas, etc. fue considerado una bebida que causaba una sensación de bienestar. Con esto, el chocolate es considerado uno de los alimentos con mayor difusión en el mundo.

3.3 El chocolate para el mundo

Debemos mencionar que el comercio fue la causa por la cual todos los pueblos mesoamericanos lo conocieron, principalmente en el altiplano. Ejemplo de ello son las ciudades de *Tenochtitlán* y *Tlatelolco*, el consumo de chocolate era muy frecuente, especialmente en las fiestas y actividades comerciales⁴⁶.

⁴⁶ El chocolate fue un invento de los mayas cuando encontraron el árbol de cacahuatl y dispersaron esta bebida por toda Mesoamérica. Al principio este pueblo lo tomaba caliente, es decir, lo mezclaban con ingredientes como el chile, la pimienta, la flor de cordel. , el achiote, que aportan una gran cantidad de energías al cuerpo humano, lo cual le ayudaba a resistir buena parte del día (Coe, 200, p. 168).

Sin embargo, después de la llegada de los españoles, éstos tuvieron que aprender a convivir con los indígenas y sus alimentos, mientras encontraban una forma de adaptarlos a la cocina europea, esto se realizó mediante la contratación de las mujeres nativas en las casas de los españoles ricos o por el matrimonio de estos con las indígenas.

Uno de los alimentos con mayor renuencia al principio fue el chocolate⁴⁷, pero, posteriormente los europeos lo aceptaron; y lo comenzaron a mezclar con azúcar, canela y vainilla. Durante el siglo XVIII, en un convento de monjas en Guanaca, fue cuando se creó esta bebida como actualmente la conocemos (García Payon, 1936, p. 42).

En consecuencia, gracias a su fama de ser una bebida refrescante y regeneradora de las fuerzas perdidas durante las horas de trabajo, además de curar ciertos males, el chocolate gustó tanto a los colonos, que lo tomaban por la mañana, al medio día, después de la comida, a la hora de la siesta, en la merienda, en la cena, etc., por esta razón se le consideró la bebida social por excelencia en las casas. Pero los más afectos a ella fueron los religiosos, pues debido a su sabor suave lo tomaban antes de decir las misas.

Asimismo, el chocolate tuvo en Italia mucha fama. El papa Clemente XIV, se sorprendió del amor de los jesuitas por el chocolate en 1773 y, al siguiente año creyó firmemente que era venenoso por tomar un tazón de esta bebida (Davidson, 1990).

⁴⁷ Pues los españoles no fueron los únicos en resistirse a él, pues Sophie y Michael D. Coe (2000, p. 44), junto con José García Payon (1936, p. 50) comentan que cuando los ingleses siempre saltaban un barco español y en este había cacao, debido a su sabor amargo, lo aventaban al mar o lo quemaban.

Por estas razones dentro de la iglesia católica se desató una gran polémica, pues las altas autoridades debatían que rompía el ayuno eclesiástico⁴⁸. De acuerdo con sus creencias, la comida sustentaba el cuerpo, si se mezclara con ingredientes sólidos, era considerado alimento, mientras en su forma líquida, solamente refrescaba. Por ello, los papas Gregorio XIII, Clemente VIII, Paulo V, Urbano VIII y los cardenales participantes en el concilio de Trento anunciaron al chocolate como un infractor de la abstinencia. Además, antes de la llegada de los españoles, los indígenas tenían sus periodos de abstinencia, en los cuales no tomaban chocolate, pulque, u otras bebidas de gran importancia para ellos y sólo comían pan hecho con el maíz y con la miel cruda del maguey, este fue un argumento más en esta discusión.

Antonio de León Pinelo (1994) expone que en esta discusión participaron dos médicos: Juan de Cárdenas y Juan de Barrios⁴⁹, presentaron al chocolate como una bebida deseada y saludable. El doctor Juan de Cárdenas lo muestra como un alimento benéfico para la salud. Por su parte, Juan de Barrios lo consideró como una infusión sana, la cual, en su composición no tenía ninguna cosa dañina para la salud (León Pinelo, 1994, p. 9).

Para dar fin a esta discusión, en 1622, el papa pidió al cardenal Lorenzo Brancaccio y a su orden religiosa (los jesuitas) se encargaran de dar una solución con respecto a esta cuestión. Como resultado, en pocos meses dictaminó en su libro *“De usu et potu chocolatoe diatriba”* que “los líquidos no quebrantan el ayuno”, por lo tanto, el chocolate era una bebida como cualquier otra (García Payon, 1936, p. 61).

⁴⁸ Además de afectar el pensamiento de los clérigos, porque en 1630, se presentaron acusaciones contra Francisco de Alvarado y Diego de Herrera, ambos curas de Zacatecas, al primero, por haber dicho que la fornicación no es pecado y al segundo por celebrar misa con agua, así mismo también fue acusado el licenciado Marcos Vázquez por temer chocolate antes de comulgar (AGN, Inquisición, caja 61, vol. 369, exp. 17).

⁴⁹ Junto a estos grandes médicos, hubo dos damas que los apoyaron en su defensa. La primera fue la princesa de los Ursinos y, la segunda Madame Maintenon (García Payon, 1936, p. 60).

Durante todo el periodo virreinal, en Europa todo lo concerniente a América, era novedad, y el chocolate fue la mayor de ellas. Según Antonio de León Pinelo (1994) esta bebida no fue fácil de introducir en las cocinas españolas, porque no provocaba en ellos un sentimiento nostálgico o de alegría como en los habitantes de la Nueva España. Ellos sólo lo tenían considerado como un encanto. Asimismo, fueron creados muchos instrumentos para beberlo, uno de ellos fue la mancerina, surgió cuando el conde de Mancera, virrey de Perú, en una de sus fiestas, vio chocolate derramado en el vestido de una mujer y después de tanto meditar pensó en hacer una taza con un plato unidos.

A este respecto, durante los siglos XVII y XVIII, fueron creados muchos versos, odas, cantos, etc. en honor al chocolate, un ejemplo es que en 1664, Alonso Terro compuso una oda al cacao, dedicada al cardenal Francisco María, de la cual José García Payón (1936) sólo cita un fragmento:

¡Oh árbol, que se levanta en el lejano México,
la gloria de sus áureos ramales,
como celeste néctar de un cáliz fluye,
su chocolate para otras tierras.
a ti, todos los demás árboles te dan la palma,
y cada una de las flores te rinden su dulce homenaje,
el laurel corona tu cabeza; el roble, los más viejos árboles,
y el precioso cedro triunfan a tus pies.

El mismo autor nos menciona que posteriormente, en el siglo XVIII, Gabriel Saldivar escribió una oda dirigida al chocolate, en la cual se expresa todo un sentimiento de gozo y dicha al tenerlo, al pensarlo, al imaginarlo, al saborearlo, además en ella da gracias por su llegada a Europa y pide al mismo tiempo sea conservado y más abundante.

GOZOS AL REVERENDISIMO, EXCELENTISIMO Y
EMINENTISIMO SEÑOR D. TABLILLA DE CHOCOLATE.

Nuestra virtud y excelencia
a cantarte nos convida;
dios te conserve y aumente
chocolate de mi vida.

En el clima de Caracas
fue tu ilustre nacimiento
causando gozo y contento
te tocaron las maracas;
de mil cuidados nos sacas
sólo con tu bienvenida;

El deseo de los españoles por esta bebida, fue natural y espontánea, pues también querían gozar del placer de libertad que el chocolate les provocaba. Sin embargo, como los hispanos siempre han estado sujetos a las leyes de la iglesia y, ante la necesidad de seguir siendo buenos cristianos, la mayoría estaba obligada a no tomarlo durante los días de ayuno (León Pinelo, 1994, p. XVI).

Alan Davison (1990) refiere que Francisco Arisi en su obra el “*cioccolato*”, de 1736, detalla el uso del chocolate en la cocina:

“Una cocina, un pequeño queso corre en la cocina, rociar dos bollos de chocolate, bueno rayado, sobre una fina polenta (gachas de maíz) En un desayuno que atendí encontré hecha la salsa, pensé, a decir verdad, esto no abriría mi apetito. Esto tenía que ser puesto como un turrón. Esto sería un honor en los pasteles; un día, no dudé, lo cocinaré y serviré con un asado.

Los Apici (gourmets) demandaron la receta, esta nueva forma de preparar el chocolate, creó en los cocineros italianos una gran destreza sobre su uso como condimento, saborizante y plato fuerte (Davidson, 1990).

No se sabe exactamente quien lo llevó o cómo llegó a España y por ende al resto de Europa. Fernan Braudel (1994, p. 38) y Sophie y Miahcel D. Coe (2000, p.

170) mencionan que fue Hernán Cortés alrededor de 1520 y 1544, o tal vez cuando Bartolomé de las Casas y otros dominicos visitaron a Felipe II cuando todavía era príncipe. Le presentaron a unos nobles mayas vestidos con sus trajes de plumas y, como obsequio, le dieron 2 mil plumas de quetzal, vasijas de cerámica, jícaras laqueadas, diferentes tipos de chile, frijoles zarzaparrilla, maíz, ámbar, e incienso y el tan apreciado chocolate. Asimismo, los conventos también pudieron ser un distribuidor del chocolate, esto gracias a la comunicación entre ellos.

Otro indicio puede ser el impulso de los holandeses a la siembra de esta semilla, porque en 1634, en Curacao hicieron un depósito de productos americanos y entre ellos estaba el cultivo del cacao, sin embargo, el verdadero crédito se le da a los jesuitas quienes tenían varias plantaciones en las orillas del río Orinoco⁵⁰ (Coe, 2000).

El chocolate no fue el único producto que los europeos de los siglos XVI al XVIII conocieron. De lejanos lugares llegaron el alcohol, el Té, originario de China llegó en 1610 d. C. a Ámsterdam y posteriormente a Francia entre 1635 y 1636 aproximadamente. También el café, el cual fue transportado desde los países árabes, para ser más exactos de Etiopía y Persia (Braudel, 1994, p. 40).

De acuerdo con Fernand Braudel (1994, p. 41) y Alan Davidson (1990) posiblemente el chocolate llegó a los países bajos alrededor de 1606, en ese mismo año comenzó a comercializarse en Italia, Florencia y Venecia. En 1664, fue mencionado por Paolo Zacchia como un medicamento al que en las indias llaman

⁵⁰ Para 1534, fueron sembrados los primeros cacaoteros en Surinam y la Guayana holandesa, que para 1795 exportaron 18 mil Kg.

“chocolate”. En las crónicas de Florencia es descrito como: “una bebida usada en España llamada cioccolato” Fue vendido por primera vez en esta ciudad en 1668⁵¹.

Al poco tiempo llegó a Francia por medio de Maria Teresa, la esposa de Luis XIV, quien tomaba chocolate en secreto. El cardenal Richelieu, lo utilizaba para curar sus males del bazo, la receta la obtuvo de unas monjas españolas. Por otra parte, Alfonso de Richelieu, su hermano, lo usaba para moderar su estado de ánimo. En 1659, David Chaliou pensó en un gran monopolio si lo vendía fuera de Francia. Para 1671, de acuerdo con las cartas de Madame de Sevigné, el chocolate estuvo de boga en la corte del palacio de Versalles. De manera alterna, fue elogiado por sus virtudes medicinales y culpado de inesperados efectos *la* marquesa de Coetlogon por tomar mucho chocolate durante su embarazo, nació un bebe negro, como del diablo, quien murió, por esta razón se creó el mito de que ninguna mujer debía tomar chocolate durante el embarazo (Davison, 1990; García Curado, 1996; Benítez, 1998).

En el transcurso del siglo XVIII, los franceses intentaron confeccionar bollos y carnes dulces con chocolate. El marques de Sade decía tener una bola para servirse pastillas de chocolate. Él amaba el chocolate y con frecuencia escribía desde prisión a su esposa pidiendo pastillas, panes y pasteles. Asimismo, había quienes lo aromatizaban con chile, como en España y el antiguo México, pero ellos siempre agregaban azúcar y canela y otros como la vainilla. Martín Liter culpó a las mujeres obesas de Paris por tener el hábito de tomar el chocolate con azúcar (Davison, 1990).

De este país pasó a Inglaterra en 1657, fe vendido por primera vez en Londres por un francés con una tienda en la calle Gracechurch: él advertía que esta era una

⁵¹ En 1666 médico italiano realizaron nuevas combinaciones del chocolate con ámbar gris, pumizcle, jazmín, cáscara de cidra (Es el fruto del cidro, parecido al limón, de corteza gruesa y olorosa) y cáscara de limón

excelente Beida de las indias occidentales que cura y preserva el cuerpo de muchas enfermedades. El empresario, no sólo lo vendió, lo tomó para mostrarlo y enseñar a sus clientes como prepararlo, con la ayuda de una receta de un libro del cual fomentó su compra.

Durante este periodo, las chocolaterías florecieron en Londres y fueron las precursoras de los clubes, pero fueron prohibidas por Carlos II en 1675 como resultado de una política radical. En el siglo XVII, sin embargo, el chocolate permaneció como una bebida de ricos, principalmente para las señoras de aristocracia (Davidson, 1990).

Para 1679, ingresó en Alemania⁵². En 1693 llegó a Esmirna; donde Francesco Gemeli Careri ofreció chocolate a un turco, quien ante su sabor le dijo que eso se lo daba para provocarle un mal (Braudel, 1994, p. 41; Davidson, 1990).

José García Payon (1936, p. 35, 38) hace referencia acerca del primer tratado de medicina en la Nueva España, realizado en Francia por el doctor Agustín Farfán, durante el siglo XVI. En él, se mostró al chocolate como una bebida con muchas cosas entre si muy contrarias, gruesas y malas de digerir. Por otra parte, en 1640, Juan de Late escribió acerca de este como una bebida muy querida por los habitantes de la Nueva España, sin embargo, lo menciona repulsivo para quienes no acostumbraban beberlo. También explica que Gonzalo Fernández de Oviedo vio a los indígenas utilizar la manteca del cacao en la comida y en la medicina, además describe como extraían la grasa de las semillas: “[...] tostaban las almendras, las molían sin agregar agua y luego las echaban en una ollita con agua y con una cuchara o una pluma recogían la grasa”. Con esto podemos constatar la importancia de este producto para los naturales, pues no desaprovechaban nada.

⁵² Fue en 1756 cuando en este país se instaló la primera chocolatería y comenzaron los primeros intentos de hacer chocolates de manera industrial (Benítez, 1998, p. 43).

Es importante resaltar el efecto adictivo del chocolate⁵³ sobre una buena parte de la población, pues como ya se ha mencionado, sus principales lugares de consumo eran los conventos, por ejemplo, según Anselmo García Curado (1996, p. 66), Juan de Palafox, era recriminado por no tomar chocolate, a esto, él argumentaba que si lo tomaba, mandaría la bebida, por lo tanto su sacrificio no era por mortificación. El uso del chocolate era muy frecuente en los conventos, pues en el de Santa Brígida, en Oaxaca, se gastaron en el mes de noviembre de 1802, $\frac{3}{4}$ libras de cacao de Caracas y Maracaibo, cada uno en 196.2 pesos; en enero de 1806, 625 libras de cacao de las mismas regiones, ambas en 449 pesos; dos años después, se consumieron la misma cantidad de cacao, con precio de 390 pesos. Igualmente, para la molienda de cacao se gastaban 65.02 pesos, esto es: 57.7 pesos por 84 molinos, 01 pesos de una carga de carbón, 01 pesos por dos señoras que molieron, 04.1 de los cargadores, 0.22 pesos de papel y por el aseo del lugar donde se molió 01 pesos (AGN, Templos y conventos, vol. 300, fojas 38, 47, 74, 104).

Debido a esto, Ana Benítez (1998, p. 23) menciona dos sucesos en los cuales el chocolate fue causa de disgusto y hasta de muerte⁵⁴, el primero de ellos sucedió en 1625, cuando obispo de Chiapas Bernardo Salazar prohibió la costumbre de servir el chocolate y pan con confites a los asistentes a la misa, para esto, amenazó a todos con la excomunión. Esta acción causó el malestar de muchos feligreses quienes abandonaron el rito en la catedral y acudieron a los conventos, donde si les permitían esa práctica. Como el sacerdote no cambiaba su pensamiento, al poco tiempo murió envenenado tomando chocolate y esta usanza fue restituida.

El otro fue en el convento de Santa Inés, en Puebla, pues el obispo quiso reformar las leyes de los conventos. Las monjas, vivían de acuerdo con las leyes de

⁵³ Ana Benítez (1998, p. 17) nos menciona también que Napoleón y Hitler eran adictos a esta bebida.

⁵⁴ En 1690, fray Manuel Coloma, mercedario, fue acusado de haber aconsejado a una mujer de dar polvos en el chocolate (AGN, Inquisición, caja 61, exp. 168).

la iglesia, aceptaron los votos de pobreza, por lo cual, se olvidaron de todos sus lujos, entre ellos, el servicio domestico, tomar chocolate, etc. lo dispuesto era comer en comunidad en el refectorio. Esta medida causo gran disgusto entre las hermanas que habitaban en los conventos. Fue precisamente en este convento donde un día las religiosas echaron a vuelo las campanas y pidieron ayuda a Carlos III. Mientras las investigaciones se realizaban, éstas fueron encerradas en sus celdas. Al final las hermanas ganaron el pleito y tanto las criadas como la costumbre de tomar chocolate regresaron, sin embargo, en 1774, la corona de España estableció la vida comunitaria en los conventos.

Asimismo, el cacao siempre ha tenido sus altas y bajas. Durante el periodo colonial la producción de chocolate decayó mucho, porque las plantaciones del Soconusco y Tabasco fueron paulatinamente abandonadas, por esta razón, México perdió el primer lugar como productor. Para 1793, las cosechas en Ecuador eran superiores a las de nuestro país, y durante el siglo XIX la nación sólo contaba con algunas haciendas en Colima, Chiapas, Guerrero, Michoacán, Oaxaca, Tabasco y Veracruz (García Payon, 1936, p. 73).

Posteriormente, a partir del siglo XVIII hubo varios intentos de industrializarlo: los primeros en industrializarse fueron los ingleses, alemanes, holandeses, pero en cuanto a creatividad tecnológica destacaron los suizos, pues ellos lograron extraer la manteca de cacao, después inventaron la concha, con ella se pudieron hacer las coberturas para elaborar las primeras barras de chocolate.

La presencia de los ingleses es importante en la industria del chocolate, pues a ellos se les atribuye su mezcla con la leche⁵⁵. La primera persona en combinarlos fue Nicholas Sanders en 1727, él creó una bebida para Hans Sloane, medico de

⁵⁵ Este líquido era considerado un vehículo de la vida, además de ser un alimento espiritual al que se le asemejaba con la sangre y también es una bebida propia de niños y adultos (León Plnelo, 1994, p. XXVII)

Jorge II, pero ésta mezcla en realidad era un licor de chocolate con leche. La invención real la hicieron Henri Nestlé y Daniel Peters. El primero en 1867, mediante el proceso de evaporación descubrió como hacer leche en polvo. El segundo, de origen suizo, tuvo la idea de mezclar la leche en polvo de Nestlé con el polvillo de cacao, con lo cual, en 1879 presentó la primera barra de chocolate con leche. En ese año Rudolphe Lindt inventó un método más eficaz en la calidad de la preparación del chocolate, la “Concha”, una maquina de extremos curvos, con un par de rodillos que se mueven en sentido contrario, unidos por varios brazos de acero, al pasar los ingredientes con cuales se prepara la cobertura para el chocolate, los tritura y al mismo tiempo los incorpora unos con otros (Coe, 2000, p. 318; Beckett, 1994, p. 265).

Con inventos como este podemos ver que los suizos revolucionaron la fabricación del chocolate, pues sin ser productores de cacao, se convirtieron en los mayores productores de estas deliciosas golosinas. Sin embargo esta industria siguió evolucionando, y para 1899 Jean Tobler comenzó a vender el chocolate Toblerone (Coe, 2000, p. 319- 320).

En la elaboración del chocolate hay diferentes tipos de cobertura. Para los chocolates finos es necesaria la manteca de cacao, dos tipos de cocoa una más cara que la otra, además de un molino pulverizador de azúcar. Un elemento indispensable en su producción es la lecitina⁵⁶, esta es la base de todas las coberturas, es una grasa vegetal considerada un emulsificador, se obtiene de la yema del huevo. La más usual es la de soya, pues es la más utilizada en lugar de la manteca de cacao. Como la cocoa es muy dura y no puede ser disuelta en agua o leche y dadas sus propiedades naturales es la única sustancia capaz de disolverla (Coe, 2000, p. 227 -229; Beckett, 1994; Ech1, agosto de 2006).

⁵⁶ En algunos casos también puede sustituirse por otras grasas vegetales como las de coco, la YN, los esteroides de sacarosa, etc. (Beckett, 1994, p. 170)

Con la finalidad de hacer el chocolate más barato, los industriales buscaron la manera de sustituir la manteca de cacao, por esta razón se recurrió al uso de las grasas vegetales. El primero en usarlas fue un fabricante danés en 1897. Al mismo tiempo, la compañía inglesa Loders and Nucoline utilizaba sustitutos de manteca de cacao (Beckett, 1994, p. 253).

Es importante señalar que la lecitina debe ser añadida después del conchado, es decir, después de este proceso, pasa a la mezcladora, en donde poco a poco se agrega esta sustancia con finalidad de mejorar la textura y producir un chocolate con buenas características de fusión. La consistencia apropiada del material de la concha debe ser en estado de polvo y blanda, pero sin que fluya bajo la acción de la gravedad⁵⁷ (Ech1, agosto de 2006).

El siglo XIX fue muy importante para la fabricación de chocolate, porque países como Inglaterra, Alemania y Bélgica se industrializaron y comercializaron el chocolate, sin embargo, los suizos, sin ser productores de cacao, se convirtieron en los mayores fabricantes de esta mercancía. En 1819 Francois Louis Calier, puso la primera fábrica con molinillo mecanizado. En 1826, Philippe Schard en Neochatel puso su industria de chocolates y lo comercializó. Uno de los principales descubrimientos se realizó en 1828, cuando el holandés Conrad Van Houten logró por medio de una prensa sacar entre el 27 y 28 % de la grasa contenida en las semillas de cacao. Posteriormente, en 1842, John Cadbury fabricó un chocolate para vender en Inglaterra, mientras, Joseph Fry extrajo la manteca del cacao, le agregó azúcar y licor e hizo una barra de chocolate (Audry 1998, p. 16; Benítez, 1998, p. 23)⁵⁸.

⁵⁷ El uso de la concha se originó cuando en 1878, Rudi Lint observó que el movimiento continuo de la cobertura mejoraba el sabor del chocolate (Beckett, 1994, p. 143).

⁵⁸ Es importante decir que en Francia para 1815, el chocolate se adulteraba con arvejas secas y molidas, harina de arroz, lenteja o fécula de papa, y en 1875 en este mismo país la manteca de cacao

El invento de Van Houten hizo posible la producción de grandes cantidades de manteca de cacao, que tuvo como consecuencia la alternativa no sólo de tener chocolate bebible, sino también uno comestible. Todo esto contribuyó en gran medida a la mezcla con otras sustancias como la leche. De la misma forma, el sabor va a depender del lugar en donde se realice la combinación, por ejemplo, en Inglaterra, lo prefieren con un sabor bastante caramelizado, en otros lugares la leche predomina y el sabor del cacao es suave. Y de este hay diferentes maneras de prepararlo, pues, los productos lácteos se mezclan muy bien con el chocolate.

Es importante hacer mencionar que en la fabricación del chocolate, el azúcar es indispensable, en todos los casos tiene la función de proporcionar una buena sensación, y en casos como el chocolate oscuro, da un sabor dulce-amargo. Por otra parte, obedeciendo a los diferentes gustos, se han ido agregando diferentes sustancias como la vainilla en su forma natural de vaina o artificial como vainillina, la nuez o la canela y la sal.

Ahora bien, actualmente se fabrican algunos chocolates para diabéticos, los cuales son bajos en calorías. Para su producción se utilizan manitol, maltitol, xilitol, fructosa y sorbitol. Debido a su restringida demanda, estos son poco producidos (Beckett, 1994).

Entre 1820-1860, el cultivo de cacao se extendió hasta Cunduacán, Macuspana y Jalpa, esto reflejó que en Tabasco hubiera una gran producción y por consiguiente, este estado gozó de una gran apertura económica. Sin embargo, así como el cacao fue teniendo auge, al mismo tiempo fue decayendo, pues, con la

era sustituida por aceite de oliva, almendras dulces y yemas de huevo, cebo de ternera o de cordero, lo cual bajaba la calidad del producto, pues como estas son sustancias que se arrancian (Coe, 2000, p. 307 - 313).

intervención francesa (1862- 1867) se trajeron cultivos como el añil, el café y el plátano. Como resultado, el cacao fue desplazado. Fue hasta el Porfiriato cuando muchos productos pudieron industrializarse, tal es el caso de esta semilla, el azúcar, la vainilla, el café, el pulque, entre otros. El más tradicional fue el cacao, ingrediente indispensable para la elaboración del chocolate (González de la Vara, 1996, vol. 5, p. 17). Pero no sólo este producto tuvo problemas, pues en estos mismos años también fueron importados artículos como pescado, carne, frutas secas, aceite de olivo, azúcar, queso, café, té, mantequilla, diferentes especias y harinas⁵⁹ (Herrera, 1977, p. 45).

Tanto en sus lugares de origen, como desde los tiempos antiguos, debido a su escasez y dificultad de obtención, el chocolate solamente era consumido por la alta elite de la sociedad, los guerreros, los comerciantes y demás gente importante, los indígenas del pueblo, no tenían permitido tomarlo. De manera similar pasaba en la sociedad española.

Para estos aun los pobres podían acceder a él, porque las mujeres lo arreglaban de acuerdo a sus posibilidades, sin embargo, pese a sus esfuerzos, la diferencia en su composición con respecto al preparado en la corte era muy notoria pues lo mezclaban con almidón y otras harina (León Pinelo, 1934, p. X).

En síntesis, el chocolate, fue un alimento muy apreciado por los europeos en América. Cuando llegó a Europa su difusión fue tanta que buscaron la manera de industrializarlo. Una vez consolidado como la bebida social por excelencia y, con la finalidad de acompañarlo y darle mayor presencia, fueron creados un gran número de panes y dulces. Así como la creación de máquinas con las cuales lograr una

⁵⁹ Durante los primeros años del siglo XIX, hubo muchas embarcaciones de cacao de Guayaquil chocolateras, dulces, cajetas, y otras cosas con dirección a Cádiz, Maracaibo, Campeche, Santander y La Coruña. De los cuales, el más demandado era el de Guayaquil y del Soconusco; el de Tabasco, circulaba muy poco (AGN, Consulado, caja 33, vol. 172).

mayor producción de este artículo. Sin embargo, para los mexicanos, el chocolate es diferente, lo ven como un elemento importante, pero tan cotidiano que no somos capaces de verlo generalmente.

3.4 El chocolate de los Mexicanos

Como ya se ha mencionado anteriormente, antes de la llegada de los españoles, y durante los primeros siglos de la colonia, el chocolate sólo lo podían consumir los nobles y pertenecientes a las clases altas de la sociedad. Sin embargo, durante el siglo XVII, este alimento poco a poco se hizo más popular. Porque los indígenas, con menor frecuencia y tomando del chocolate de menor calidad, lo comenzaron a consumir.

Durante la época colonial el chocolate podía hacerse en talleres o en las casas y para su venta se lo iba pregonando por las calles. Uno de los principales centros de producción fueron los conventos, en ellos, las monjas siempre hacían sus mejores esfuerzos para agrandar a sus principales benefactores, los obispos (Del Paso, 2003, p. 8).

De acuerdo con las provisiones establecidas en 1893 (AGM, expedientes, Tomo 367, foja 175-176), si algún vecino de Puebla deseaba instalar un taller de chocolate, loza, aserradero, panadería, etc. debía contar con un permiso expedido por el ayuntamiento de esta ciudad, que se renovaba cada año. Sus establecimientos eran colocados fuera del radio de la metrópoli, si alguien se instalaba dentro de la ciudad, se le daba un tiempo no mayor a diez días para salir, si no, se clausuraba su fábrica⁶⁰. Para aquellas cuyas máquinas funcionaran con vapor, se les obligaba tener las siguientes provisiones:

⁶⁰ Los límites establecido eran los siguientes: por el norte: de poniente a oriente: de la Esquina Siempreviva y Noviciado hacia la Esquina de Jesús María y san Jerónimo. Por el oriente: De Norte a

- a) Que su maquinaria esté en buen estado y tuvieran las seguridades científicas.
- b) Contar con suficiente agua para la caldera y para apagar un incendio.
- c) Las máquinas contaban con apagadores de ruido
- d) Una chimenea de hierro laminado, con una altura mínima de 10 metros de altura a nivel de la azotea.
- e) A cargo del portero o cuidador estaban los instrumentos siguientes:
Una bomba de mano para apagar incendios, seis zapapicos, seis palas, tres carretas y 10 cubos para agua.
- f) Los depósitos de carbón o leña debían estar al menos veinte metros lejos de la maquinaria

Con esto nos damos cuenta que para las autoridades de la ciudad de Puebla, los cuidados de los fabricantes hacia sus establecimientos o fábricas, eran muy estrictas, pues lo principal era mantener el bienestar de los ciudadanos.

Ahora bien, durante el siglo XX, la Secretaría de Salubridad y Asistencia⁶¹, mediante la Dirección de Control de Alimentos y Bebidas decretó leyes para el

Sur: De la Esquina de Huertas y Plazuela de Boliche, al sur, por las calles Portalillo, Espíritu Santo, Palmas y Jesús María, hasta la esquina de esta misma y la de San Jerónimo. Por el poniente, de Norte a Sur: Por la Esquina Solarito y Astomba, al sur, por Esquina Siempreviva y Noviciado.

⁶¹No obstante, para la operación de cualquier negocio o empresa relacionada con los alimentos y bebidas es necesario acudir y registrarse a la Secretaría de Relaciones Exteriores, quien se encarga de dar permiso de laborar, además resuelve la razón social⁶¹ en la cual se trabajará. La notaría pública, redactará un documento llamado “escritura constitutiva”, en el cual se establecen los requisitos y reglas en las que funcionará la sociedad, por ejemplo: datos generales de la sociedad, el objeto social, razón social, importe de capital social, etc. La Secretaría de Hacienda y Crédito Público supervisa la óptima operación jurídica de las empresas, de acuerdo a su denominación social (persona física o moral), la realización de declaraciones periódicas. El Gobierno Municipal, da licencia de funcionamiento. Debe estar afiliada al Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) y a una corporación bancaria. el Sistema de Información Empresarial Mexicano (SIEM), quien da la oportunidad de aumentar las ventas, tener acceso a la búsqueda de proveedores y clientes potenciales, programas de apoyo a empresas, conocimiento acerca de licitaciones y proyectos de compras del gobierno. También se debe dar aviso a la COPARMEX, al Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI), a la Secretaría de Comercio y Fomento Industrial

establecimiento de empresas dedicadas a la venta de comida y líquidos. Lo cual fue estipulado en los artículos: 212, 215, 216, 222, 223, 225, 226 del código sanitario, en que se solicita el permiso de registro de productos varios. Ejemplo de ello, es el del señor José Sánchez López, quien pide se le permita producir y distribuir animalitos, figuras, lenguas de gato de cobertura de chocolate y otras. En dichas solicitudes se anexan la composición y forma de elaboración de los productos, para el caso de los referidos, se menciona lo siguiente:

Formula de composición:

Cobertura clara sabor a chocolate.

Técnica de elaboración:

Se funde la cobertura sabor a chocolate y cuando alcanza una temperatura de 25° C., se deposita en una dosificadora, se moldea el producto según su forma y se refrigera para su solidificación.

Se desmolda manualmente y finalmente se empaca para su despacho y venta.

O bien, en el caso de productos como las “Pasitas tapadas con chocolate”, se dan los siguientes ingredientes:

Formula de composición:

Cobertura clara sabor a chocolate.

Pasitas

Técnica de elaboración:

Se toma la pasita del almacén, se deposita en el bombo; se le inyecta aire frío, se procede al baño de la cobertura; terminada la cobertura se le da un baño pequeño de doma arábica con el fin de abrillantar el producto. Posteriormente se empaca manualmente, pasando de ahí al almacén de productos terminados.

Tratamiento previo de las pasas:

Las pasas se colocan dentro de un bombo y mientras gira se rocían con alcohol para desinfectarlas.

Terminado el tratamiento anterior se almacena en bolsas de polietileno herméticas, para finalmente sufrir una exposición a luz negra antes de su uso.

SECOFI, la SEMARNAP, la SECRETARÍA DEL TRABAJO Y PREVISIÓN SOCIAL (STPS), la Comisión Nacional del Agua (CONAGUA), entre otras, cabe resaltar que los trabajadores tienen derecho a formar un sindicato, en caso de ser necesario (CONAGUA, CONCAMIN, 1999, PP. 140).

Para el enjambre de nuez se presenta:

Formula de composición:

Cobertura clara sabor a chocolate.

Nuez

Técnica de elaboración:

Se toman las nueces limpias y se vacían en el bombo, al cual se le incorpora la cobertura a 35 ° C. Dando giros el bombo a 30° C. hasta mezclarse ambos, por último se dejan enfriar y se empaca.

Tratamiento previo de las nueces:

Las nueces se colocan dentro de un bombo y mientras se gira se rocían con alcohol para desinfectarlas.

Terminado el tratamiento anterior se almacena en bolsas de polietileno herméticas, finalmente para sufrir una exposición a luz negra antes de su uso.

Esto es presentado con la finalidad de mostrar algunas de las técnicas de producción de chocolates, pues en cada producto, la cobertura tiene un punto diferente que le ayudará a secar adecuadamente.

Después de presentar todo esto, la misma institución envía al solicitante la autorización para el comercio del producto registrado, siempre y cuando este cumpla con el peso, tamaño, composición, etc. sin embargo es necesario que sean presentados los envases, etiquetas, contraetiquetas, impresos y fotografías en los cuales se vea el producto tal como saldrá a la venta. Así como el pago de registro de los artículos a fabricar (AFSL, 1980).

Por otra parte, en su forma básica, batiendo las tablillas en agua hasta que hiciera espuma la gente tomaba el chocolate, tal como se hace hoy en las feria de los pueblos e iglesias, en ellas es común ver a las mujeres batiendo chocolate en una cazuela de barro. Con el paso del tiempo, la gente creó sus propias recetas, por ejemplo, en Oaxaca, durante la festividad de día de muertos, se prepara una bebida llamada *Tejane*, la cual está hecha con el hueso del mamey, granos y flores de cacao y maíz molido. Asimismo, los antiguos mexicanos tomaban el pozol, el

chorote, una mezcla de cacao con harina de maíz y piloncillo, el *chilatl* (agua de chile) hecho de agua con cacao y maíz y el pinole. El champurrado y el *pochotl*, tienen una preparación similar. Esta última es una bebida a base de cacao, pero, al champurrado sólo se agrega a la leche la harina de maíz con el chocolate, como muestra de ello se presenta la siguiente receta:

Champurrado

250 gramos de harina de maíz, 2 ¼ litros de agua, una raja mediana de canela, 375 gramos de azúcar, 1 ½ litros de leche y ¼ de litros de crema de leche, ocho tablillas de chocolate con sabor a canela.

Se pone el agua en la lumbre y cuando suelta el primer hervor añade la harina de maíz previamente disuelta y colada para evitar grumos. Agregue la raja de canela y deje hervir de 20 a 30 minutos moviendo constantemente para evitar que se pegue. Añada la leche bien caliente en la que ha disuelto ya el azúcar y el chocolate. Deje la mezcla durante varios minutos en el fuego a que se incorpore todo y espese. Para servirse se le pone la crema y se mueve o se bate (Revista Claudia, 1966, no. 14, p. 83)

Esta bebida es muy utilizada durante los desayunos⁶². Sin embargo, la forma más común de comerlo actualmente es principalmente en forma de barras, actualmente se usa para preparar las bebidas con este ingrediente.

Uno de los mitos atribuidos al chocolate es el de provocar la pigmentación de la piel, ejemplo de ello es el caso de la señora Socorro A. de M., de Chihuahua quien escribe a la revista (Claudia 1967, no. 27, p. 7) para saber si sus manchas en la cara tienen relación con el consumo de este producto, pues está embarazada y considera importante la ingestión de este alimento en el desarrollo de su bebe. A esto, se contestó que esto es normal en la gestación y son causados por trastornos en el sistema endocrino, pero si fuera vitiligo, una enfermedad de la piel, lo más recomendable era visitar al médico.

⁶² Para ser exactos en los bautizos, las primeras comuniones, porque el como la leche es considerado un líquido relacionado con la vida, nutre el cuerpo de los infantes, por otra parte, el chocolate es una bebida que no causa daño a estos.

Asimismo, es importante mencionar su utilidad en el mole, pues, de acuerdo con Paco Ignacio Taibo I (2003), este platillo, es una mezcla de diferentes chiles, varias especias y chocolate, para este autor “el mole poblano sin chocolate es una figuración del mole de guajolote”. Sin embargo, en muchas poblaciones de Puebla, a la gente no le es muy grato comerlo dulce, por lo que generalmente no ocupan el chocolate, un ejemplo de ello se muestra en la entrevista EMP1, para preparar el mole se menciona ingrediente:

Almendras, pasas, ajonjolí, clavo, canela, cacahuete, plátano macho o largo, chile mulato, chile pasilla y chile ancho, pero si se quiere más picoso se puede agregar chile chipotle. Todo esto debe freírse y molerse. Una vez frito, se incorpora el caldo del guajolote, que es el que le da el sabor y personalidad al plato. También se debe tener una tortilla quemada, casi carbón, se muele y se pone en un recipiente con agua y cuando ya está hirviendo la mezcla, se echa la tortilla. Esto es lo que en realidad le da color al mole.

De manera parecida pasó en la entrevista EMP2 se menciona lo siguiente:

Chile mulato, pasa, ajonjolí, canela, cacahuete, almendras, tomillo, orégano, ajo.

Las pasas, el cacahuete y las almendras se fríen. El chile debe ser tostado y desvenado y puesto en agua para que se ablande. El ajo se tuesta también, por otra parte, el tomillo y el orégano se tuestan hasta quemarse, estos van a dar el color y sabor.

Todo esto se lleva al molino para que sea molido, después de estos se sazona y se agrega el caldo, el cual puede ser de pollo, guajolote o cerdo.

En ambos ejemplos, podemos notar que la presencia del chocolate es nula, pues ante su gusto por lo picoso y salado, prefieren no incluirlo en su receta.

Además, este plato tienen antecedentes históricos, porque la palabra mole significa salsa (Rémi, 1996) y posteriormente, gracias al ingenio de Sor Andrea de la Asunción perteneciente a la orden de las hermanas de Santa Rosa, cuando en 1680, el virrey y capitán general Antonio de la Cerda y Aragón visitó este convento (Taibo I, 2003, p. 37).

También hubo en México un proceso de desarrollo de la industria chocolatera, el primer paso se dio después de los años cuarenta del siglo XIX, porque en México, hubo un afrancesamiento de la repostería y conjuntamente, los panaderos empezaron a hacer los pasteles cubiertos con chocolate, galletas con chocolate (Salinas, agosto de 2003, p. 7; septiembre de 2003, p. 6; septiembre de 2003, p. 2). También se empezaron a trabajar los dulces de bombo. Esta es una máquina en la cual se ponen las semillas, pasas, etc. se echa el chocolate y, por medio de aire este va adhiriendo a los granos para así quedar cubiertos de este material. (Ech1, agosto de 2006).

Durante este tiempo, el cacao adquirió mayor importancia económica y en consecuencia aparecieron las primeras fábricas de chocolate. La primera industria en México, se estableció en 1841 “El vapor”, en ella había dos molinos para cacao, uno dirigido al triturado del café y dos dedicados a la extracción del esquimo de trigo, su maquinaria era impulsada por vapor. En 1854 ya había cinco más en la ciudad de México, una en Tlalpan y 54 talleres en los cuales se hacía chocolate en metate. (González de la Vara, 1996, vol. 1, p. 18).

Posteriormente, durante el porfiriato, con la industrialización del proceso de obtención del azúcar mediante el uso de maquinaria alemana, se facilitó la producción del chocolate en serie, razón por la cual, en 1895, Rafael Moreno instaló la primera chocolatería con molino eléctrico. Al poco tiempo de esto, en 1906, Enrique Sánchez, pone la fábrica de dulces finos “La Esmeralda”. Sin embargo, con la revolución todo el esfuerzo invertido en la industrialización de nuestro país se perdió. Posteriormente, en 1915, la gente estaba apunto de morir de hambre, porque en la mayoría de los terrenos utilizados para la siembra de productos como el frijol, el maíz y otros cultivos, así como la producción de pieles, fueron arrebatados a los campesinos por los hacendados y jefes Carrancistas (Galeano, 2002, 245- 249).

Fue hasta la segunda década del siglo XX cuando las cosas empezaron a tomar de nuevo su curso y aparecieron las industrias dedicadas a la producción de dulces y

chocolates. La primera en instalarse fue la “Suiza”, en 1922; al siguiente año, surge la fábrica “Larín”; en 1931, abre “La Perla”; en 1938, fueron instaladas las compañías “Luxux”, “La azteca”, “La Cubana”, “La Popular”, “La colonial”, “La estrella”, “El Vapor” y por último llegó la “Nestle”⁶³. Todas estas hicieron uso de las técnicas de publicidad e higiene. En todos sus productos utilizaban la envoltura, no los distribuían en todas las tiendas, sólo a aquellas con mayor tiempo, esto les garantizaba grandes ventas.

En los años 1939-1941, durante el gobierno de Manuel Ávila Camacho, la industria chocolatera se vio muy beneficiada, porque mediante la exención de impuestos muchas fábricas pudieron crecer, mientras los talleres veían disminuir sus ingresos.

En el caso de los productores artesanales, quienes generalmente tenían empleados a sus familiares u otros individuos (los cuales no eran más de cinco personas). La ayuda del gobierno a las grandes industrias, fue dañina para estos, pues sus productos eran menospreciados por buena parte de la población. La falta de la envoltura y maquinaria necesaria, provocó una considerable baja en sus ventas, en consecuencia, mucha gente fue despedida de los talleres.

Las empresas dulceras comenzaron a sacar una gran variedad de productos que cambiaron el gusto de la población. Salieron a la venta diferentes clases de chocolate, estos se diferenciaban de acuerdo con su color y uso, por ejemplo, la fábrica la azteca, producía el chocolate “Carlos V” azul, café y rojo. El primero, era amargo; el segundo era utilizado en repostería; el tercero se le llamaba chocolate de mesa. Este último es el más común en la preparación de las bebidas en las fiestas familiares, tales como las primeras comuniones, los bautizos, el día de reyes, la candelaria, los cumpleaños, etc., asimismo sacó a la venta el chocolate Express, el

⁶³ Esta última, tenía entre sus productos: la leche condensada y la leche evaporada, además de la leche en polvo, con lo cual muchas amas de casa cambiaron sus recetas e hicieron dulces en los que la leche espesa era el principal ingrediente (Guerrero, 2000, p. 197).

cual era en polvo. También estaba el chocolate tres coronas, con los mismos productos, pero diferente nombre. La industria “Larín” vendía el almoris, entre otros.

Cabe mencionar que cada chocolate se elabora con una cobertura diferente. Para la preparación de la cobertura se seleccionan los granos de cacao, se descascaran, se tuestan y muelen con azúcar y manteca de cacao, hasta formar una pasta uniforme. Sin embargo, para mezclar bien los ingredientes, se deben pasar por la concha, donde son incorporados. Posteriormente se pasan a la mezcladora, en ella se pone poco a poco la lecitina, la cual va a dar la fluidez a la cobertura. Después de esto se debe refinar, esto va a determinar la finura de la misma. Sin No obstante, la calidad del chocolate, radica en su contenido de manteca de cacao, la cual no debe ser menor al 35%, ni mayor del 40% (Coe, 2000).

Para el uso y preparación del chocolate, fueron creados múltiples recetarios y almanaques útiles para las amas de casa, quienes con este producto, podían preparar los postres más deliciosos que sus esposos e hijos pudieran disfrutar en sus casas.

Unos de los dulces que más gustan a los niños son los bombones con chocolate, los cuales se preparan de la siguiente manera:

Para 10 Kg. De azúcar refinado, se les agrega aproximadamente dos litros de agua, se pone a fuego lento y se mueve lentamente hasta obtener el punto llamado de los jarabes, es decir, el punto de bola blanda o floja como comúnmente se le conoce, después de esto, se deja enfriar.

A continuación, se bate fuertemente hasta formar el fondán, que se separa en porciones pequeñas y aplanadas esféricas, etc. con esto se forman los moldes y para cubrirlos de chocolate.

Para ello se necesita:

1 kg. De chocolate, 1 kg. De azúcar pulverizada y $\frac{3}{4}$ de manteca de cacao. Se ponen a calentar en baño maría y poco a poco se va agregando la manteca de cacao (según como se quiera el chocolates, espeso o suave). Una vez que ya se tiene la pasta de chocolate y el fondán ya con las formas deseadas, se recubren con la cobertura y antes de que enfríen se le pueden poner pasas, dátiles, nueces, etc. o se les decora de la manera que se desee. De igual manera se pueden recubrir pasas, almendras, cualquier tipo de semillas, etc. (Almanaque dulce, 1938, p. 42).

Estos son sólo algunos de los ejemplos de preparación de productos de chocolate, producto que gusta mucho principalmente a los niños, razón principal por la cual se mencionan estas muestras.

Asimismo, el chocolate, es un elemento importante en el mundo, porque desde tiempos antiguos, en México, era muy apreciado por sus pobladores, cuando los europeos llegaron a estas tierras, pasó las fronteras, primero al viejo continente ya desgranado, luego fue llevado a otros lugares para ser cultivado, posteriormente, surgió el interés, principalmente de los europeos, por hacer de él un producto industrial, lo cual fue posible, cuando Conrad Van Houten logra extraer la manteca de cacao e integrar todos los ingredientes necesarios para elaborar las coberturas.

En consecuencia, en México, el chocolate, es un artículo que después de haber causado controversias, muertes, etc. fue cayendo en desuso, al menos, como bebida, en el centro ha sido sustituido por el café y como golosina ha persistido, pero la mayoría de la gente no le da su justo valor.

Por último, a raíz del uso de elementos como el fuego y la especialización de los cultivos, los hombres pudieron calentar, preparar los granos que debían molerse para la preparación de bebidas como el *xocolatl*, el cual posteriormente se transformaría en chocolate, pues al principio era preparado con alimentos endémicos de las tierras americanas y la cocción del maíz, con el que se confeccionaban las tortillas y demás

derivados. Esto para todos los habitantes del México antiguo tenía gran valor religioso y económico, pues ambos fueron otorgados por el dios *Quetzalcoatl*.

Gracias a la importancia social del grano de cacao entre los colonos de la nueva España, este fue llevado a las tierras europeas, donde su aceptación fue tan buena que lo utilizaban en todo. Asimismo, debido a su excesivo uso fue causa de disputas y hasta de muertes en América y Europa durante los siglos XVII a XIX. Pero como acompañantes del chocolate, están los dulces, de los cuales, las monjas eran las principales productoras.

Sin embargo, durante el siglo XIX, debido a las constantes guerras en México hubo escasez de alimentos, pero en particular, el cacao. Este producto era importado de otras partes de América. Durante este mismo siglo, en Europa, estas golosinas sufrieron grandes transformaciones, principalmente el chocolate, pues para facilitar su producción fueron creadas máquinas para su manufactura.

Para su elaboración es necesario un molino de azúcar, calderas, baños maría, y por supuesto la concha, entre otros, por lo tanto esta fuera la más especializada. En cambio, los dulces típicos, su preparación se ha mantenido en una forma generalizada, porque estos se pueden elaborar en casa, con instrumentos fáciles de conseguir, como el cazo, las palas, cucharas, etc.

Cabe mencionar que los dulces y el chocolate son un elemento muy importante en el desarrollo culinario mundial, pues en cada uno de los casos y en las diferentes regiones del mundo, cada núcleo social ha creado de acuerdo con sus recursos naturales sus golosinas.

Finalmente, a estos productos no se les da su justo valor, pues son tan cotidianos que no vemos su importancia cultural y social, los consideramos algo tradicional de Puebla, Colima, Sinaloa, Veracruz, etc. sin embargo, en cada lugar se han desarrollado muchas variedades de dulces, los cuales le dan una personalidad

propia al lugar. Es por ello que en este capítulo, se intenta dar a conocer acerca de la historia de ellos, pues son importantes dentro de la gastronomía mexicana.

CAPITULO 4

MÉXICO Y SU GASTRONOMÍA

De acuerdo con Fernando Del Paso (2003) podemos decir que la gastronomía mexicana es una de las más diversas del mundo. Desde los tiempos prehispánicos, los indígenas tenían una gran variedad de alimentos con los cuales preparaban platillos muy nutritivos, tales como los gusanos de maguey, los acociles, los conejos, hierbas como las verdolagas, los quelites, etc. y, con la llegada de los españoles, éstos se ampliaron.

Según Janet Long (1997, p. 108-109), la cocina es el lugar donde se escogen los alimentos por comer, con lo cual se define una cultura de lo que se debe comer, teniendo en cuenta el momento y con quien hacerlo.

Asimismo, Perry Schmidt-Leukel (2002, p. 13) menciona lo siguiente: "...la comida es uno de los elementos más básicos del ser social", esto explica porque cuando los hombres se sientan a ingerir los alimentos, realizan tres actividades muy importantes: la primera se refiere al modo en cómo la gente se relaciona, por lo tanto, hay contacto con diferentes personas o pueblos, esto nos da como resultado, la realización de procesos adaptativos positivos o negativos; la segunda, desde un punto de vista religioso, es un vínculo con Dios o los dioses, pues aparecen en las ofrendas de muchos pueblos o también cuando en algunas religiones se prohíbe consumir ciertos víveres⁶⁴; la tercera, hace referencia a la fuente de vida con la cual se nutren nuestros cuerpos.

⁶⁴ Cabe mencionar, que para los antiguos mexicanos, la religiosidad de la comida es muy importante, pues al presentar a sus divinidades algo de comer, aseguraban su supervivencia y la prosperidad de la tierra. Asimismo, en religiones como la católica, hay un periodo en la cual el feligrés debe abstenerse de comer ciertos alimentos, de igual manera, los musulmanes tienen prohibido comer cerdo, y lo hindúes no se les permite comer la carne de la vaca, por ser este un animal sagrado para ellos. Cfr. los siguientes libros: Claude Lévi-Strauss, *Mitológicas III. De la miel a las cenizas*, F. C. E.: México, 1972; *Mitológicas IV, El hombre desnudo*, F. C. E.: México, 1976.

Por otra parte, el comercio en el desarrollo de la sociedad ha significado mucho, pues con la creación de los mercados o tianguis, es posible comprar y vender los alimentos diarios, ya sea de tierras lejanas o de la región los productos comercializados en ellos tienen un gran valor nutricional con los cuales se preparan los platillos que crean un lazo de identidad entre las personas.

Ahora bien, en la comida hay tres aspectos importantes de la cultura. El primero son los recetarios, los cuales han sido de gran utilidad en la preparación y presentación de los alimentos. Entre los más representativos están los de Rupert de Nola, Diego Granados, La Varene, etc. y posteriormente se editaron algunos en México, con autores como Vicenta Torres de Rubio, Manuel Murcia, entre otros. El segundo son las fiestas, en ellas se muestran los encantos de la comida, y las costumbres de la gente. El tercero es su utilidad en la medicina, porque los alimentos no sólo satisfacen el hambre sino también mantienen al cuerpo humano en condiciones óptimas para la realización de diferentes actividades y son la cura de algunos malestares.

4.1 Los alimentos desde el México prehispánico

Comer lo que nos agrada, siempre ha sido una característica de todos los seres humanos. Y, ciertos alimentos provocan en las personas sensaciones de tristeza, alegría, nerviosismo, etc., esto se debe a su composición química. Sin embargo, comer es una actividad que los hombres han desarrollado en compañía de otros con quienes comparten sus intereses, costumbres, tradiciones, etc. Tal es el caso de los pueblos indígenas de México, cuyo lugar principal en sus hogares era el del fogón y toda la familia comía alrededor de él. El orden de servir la comida era el siguiente: primero se servía a los ancianos, luego a los hombres adultos, después a los niños, y al final a las mujeres. En algunas casas la gente ingería sus víveres en cuclillas y en otras había asientos hechos de tule en los cuales los hombres se podían sentar.

Aparte de esto, los indígenas, diferenciaban su comida de acuerdo a sus cualidades, esto es, caliente o fría. La cual distribuían y clasificaban como cruda a la fría y cocida a la caliente. A su vez cada plato tenía sus propias características de acuerdo con el lugar de crecimiento de sus ingredientes, lo cual va depender de la estación del año en que se desarrolle la planta o animal así como su estado de crecimiento (Long, 1997, p. 347).

De esta manera, los mexicas, en el momento de establecerse en la isla que más tarde fuera la gran Mexico-Tenochtitlan, tenían recursos naturales muy limitados, por ello, gran parte de sus alimentos eran obtenidos de la caza y la agricultura. Para esto crearon un sistema agrícola a base de chinampas, las hacían con ramas, en ellas echaban tierra, sembraban flores y legumbres como el epazote, la hoja santa, el aguacate, la cebolla, el chile, el orégano, los frijoles, entre otros. Sin embargo, la mayoría de sus alimentos eran obtenidos como producto del pago de tributo y otros del comercio (Segovia, 2002, p. 80).

Para la preparación de los alimentos los indígenas utilizaban metates, molcajetes, molinillos, comales, etc. y como contenedores de ellos usaban algunos trastes como los chiquihuites, en los que guardaban y mantenían calientes las tortillas; en las jícaras y cantaros se conservaba el agua, también había cucharones de barro o de madera. La comida seca era servida en platos trípodes y, la líquida en cajetes, asimismo, era muy común el uso de las manos.

El principal alimento, era la tortilla, en ella colocaban los alimentos, con un trozo de ella tomaban una pequeña porción de la comida y la llevaban a la boca. Además era obligatorio que antes y después de sentarse a comer, las personas se lavaban las manos y la boca en una jícara (González De la Vara, Sugiura, 1996, vol. I, p. 38; González De la Vara, 1996, vol. II, p. 22).

Asimismo, era trascendental el comportamiento a la hora de comer, pues se les exigía no comer mucho por la mañana, ni por la noche, ser moderados con todo

lo ingerido, si sus labores eran en la mañana, debían desayunar algo. Pero lo más importante era no comer en bocados grandes, ni con prisa y todo aquello que bebieran debía ser medido. Además, era obligatorio lavar las manos y la boca antes y después de consumir los alimentos, limpiar el lugar el lugar donde había comido y asear sus dientes. Si alguno de los comensales no cumplía adecuadamente con estas normas, corrían el riesgo de ser objetos de burla (Farga, 1993, p. 56).

También podemos encontrar en su dieta básica: el *tlacuache*, el perro, la iguana, la tortuga, el lagarto, el mapache, el armadillo, las víboras los gusanos de maguey, los chapulines, las hormigas y sus larvas, los huevos de los moscos, los acociles, y otros encontrados en los campos o en las orillas de los lagos, también cazaban a las aves (Buenrostro, Barros, 2001, p. 15-20).

Marco Buenrostro y Cristina Barros (2001, p. 8, 9), mencionan algunos de los dioses que habitaron el México prehispánico, ellos se encargaban del cuidado de la cocina y los alimentos: *Tláloc*, el dios de la lluvia, se le encargaba hacer crecer las plantas. *Tonatiuh*, dios del sol y de la vida. *Quetzalcoatl* o *Ehecatl*, dios del viento, quien pasa antes de la aparición de *Tláloc*. *Chicomecoatl*, es relacionada con el maíz. *Centeotl* y *Centeotlicihuatl* corresponden al ciclo de la vida del maíz. *Xilonen* es el dios de la mazorca tierna. *Ilamatecuhtli* es el dios de las mazorcas maduras y duras. El dios del fuego, *Xiuhtecuitli*, era el encargado de cocer los alimentos. Todas las cosechas eran dedicadas al dios *Tezcatlipoca*.

También participaban: Mayahuel, la diosa del pulque. Al dios *Opuchtl* se le atribuía la invención de las redes para la pesca y la *minachacalli* o fisga (un instrumento de tres puntas que sirve para ensartar a los peces). Los *Tlaloques* y los *Tlamacazques* se encargaban de cuidar los cultivos de animales como tejones, ardillas, así como de los fenómenos naturales como el granizo, etc.

Las culturas prehispánicas desarrollaron, de acuerdo con los recursos naturales de la tierra, la cultura de la calabaza, el chile, el frijol y el maíz, de los cuales, sólo haremos mención de los dos últimos, pues de los primeros no nos hemos ocupado en esta investigación.

El frijol, cuyo vocablo proviene del náhuatl *Ayocotli* (Simeón, 1996), es parte importante de la dieta de los mexicanos, pues es el complemento del maíz. Además de aparecer constantemente en los menús de las fondas, los podemos comer con carne, solos en un taco o a cucharadas cuando están recién hechos, etc. En cuanto al maíz sólo diremos que según los relatos del maya Quiché (Popol Vuh, 2000), es el material con el cual los dioses crearon a los hombres. Fue el dios Quetzalcoatl quien convertido en hormiga, entró a una cueva en la cual estaba escondido uno de los granos de este cereal, al salir se lo dio a los hombres para alimentarse. Con él los indígenas elaboraban la mayor parte de los alimentos como los tamales, las tortillas, los atoles. Haciendo la mezcla de cacao con agua y masa de maíz se obtenía el pozol, una bebida muy usada y disfrutada por los mayas y los mexicas.

Después de la consolidación de la conquista, hubo muchos cambios en la alimentación de los indígenas, pues fueron introducidas muchas costumbres y prácticas culinarias de los europeos.

Los indígenas conocieron nuevos alimentos como la res, el cerdo, el azúcar y algunas legumbres, los cuales se mezclaron con los ya existentes en México, como el jitomate, las calabazas, los diferentes tipos de chiles, el cacao, la vainilla, entre otros. Gracias a la fusión entre ellas, poco a poco fueron creando una sociedad diferente que se manifiesta principalmente en la comida. De manera casi inmediata fueron aceptados frutos como los cítricos, los higos, duraznos, ciruelas, peras, etc. así como también el perejil, la zanahoria, nabos, ajos y legumbres como las habas (Segovia, 2002, p. 57).

Pero en particular hubo dos alimentos que en los primeros años de la colonia recibieron mucho impulso: el trigo y el azúcar. El primero era de gran importancia, de acuerdo con la religión católica, se utilizaba en el rito de la comunión; no obstante, antes de ser cultivado este cereal en las tierras del nuevo continente, los colonos comían el maíz y sus derivados con poco gusto. Después de su introducción y siembra en América, los europeos intentaron convencer a los indígenas de abandonar su principal alimento. En cuanto al segundo, este fue una novedad para los nativos quienes estaban acostumbrados a las mieles de las plantas como el maguey, el maíz, de las hormigas y de una variedad de abejas ya conocida por ellos. El primer ingenio que se instaló en tierras novohispanas fue en las tierras de Cortés, en Morelos (Landa, 2003; Wobeser, 1999).

Por otra parte, a lo largo de todos los siglos por los que ha pasado nuestro país, la gastronomía desarrollada en la Nueva España tuvo muchas influencias, entre las cuales podemos encontrar principalmente a la española, receptora de las costumbres árabes, asimismo hubo mucho predominio de la cocina francesa, inglesa, alemana e italiana, principalmente durante el siglo XIX (Pilcher, 2001, p. 61). Muchos de los alimentos originarios de América fueron llevados a diferentes partes del mundo y viceversa, por ejemplo: los mangos pasaron de la india a América⁶⁵, los pimientos a África, la India y China, mientras los dulces dieron la vuelta por toda Europa, ahí podemos ver su afición por lo dulce y su intolerancia por lo picoso. El cacahuete fue a África y china; el guajolote, el pato y el cuyo pasaron a Europa.

La mayoría de estos alimentos fueron vistos como rarezas, como es el caso del maíz, la papa y otros, pero al principio los habitantes de este continente los rechazaron, después de mucho tiempo así como varios sucesos históricos, comprendieron su importancia y los comenzaron a producir. Ahora bien, con la introducción de los alimentos de origen americano y los europeos, se crearon platillos jamás conocidos en el viejo continente (Long, 1997, p. 228).

⁶⁵ En México se dan los mejores mangos Manila del mundo (Del Paso, 2003).

Recién consumada la conquista, los españoles comenzaron a hacer sus encomiendas, esto es, a cada colono le correspondía una cierta cantidad de indígenas, la mayoría se encargaba de las labores del campo, la construcción y la cocina, lo cual dio por resultado que muchos naturales aprendieran las actividades de los españoles en lo concerniente a la alimentación, entre ellas la elaboración de dulces y panes. Sin embargo, su mayor reto productivo fue en 1531, cuando a causa de una sequía en España, se dio mayor impulso al cultivo de trigo en las colonias americanas. En ese año la producción fue muy buena y la fabricación de pan aumentó, de esta manera surgió la frase “más pan para el chocolate y más chocolate para el pan”, pues estos dos se acompañaban en las tertulias o después de la comida era lo más usual (Benítez, De Gortari, 2000, vol. II, p. 17).

Es importante señalar que el cerdo, fue un animal de introducción para los indígenas de América, era muy consumido por los españoles, y tras su llegada a las Antillas comenzaron su crianza, posteriormente fueron traídos a la Nueva España y su combinación con elementos agrícolas contribuyó en gran medida a la formación de la gastronomía mexicana.

Sin embargo, mientras para estos comer este animal era importante, en culturas como la judía, este era un animal impuro, pues en sus leyes estaba prohibida la ingesta de marrano. Pues Dios les mandó comer específicamente aquellos mamíferos con pezuña partida y hendida en dos y que rumiaran, tales como el buey, el carnero, la cabra, el ciervo la gacela, el gamo entre otros, pero acerca del cerdo menciona lo siguiente: “Tampoco el cerdo, que tiene la pezuña partida hendida, pero no rumia” (Deuteronomio, 14, 3- 8). A este respecto, los judíos como buenos ejecutores de sus códigos no lo comían ni aun si de ello dependiera su vida, ejemplo de esto es cuando la reconquista de España, evitaban consumirlo durante las fiestas, por esta razón se les acusaba de herejes, muchos integrantes de la comunidad judía fueron juzgados y condenados por la inquisición.

A su vez, los griegos, sacrificaban un cerdo a la diosa Demeter, lo tenían como la encarnación del espíritu del grano, asimismo a esta diosa se le representaba llevando cerdos. Entre los egipcios, el cerdo era un animal inmundo. Cuando un hombre es tocado por él, debía meterse al río para lavarse. Además, creían que beber leche de cerda causaba lepra. A los porqueros se les prohibía la entrada a todos los templos y sólo se casaban entre familias, pues nadie se atrevía a casarse con algún integrante de esta casta (Frazer, 1994, pp. 533, 537- 538).

Al mismo tiempo, es común encontrar diversos pueblos a los cuales se les ha prohibido el consumo de ciertos alimentos de manera temporal o permanente, tal es el caso de los hindúes, para ellos la vaca, es un animal sagrado y de ella sólo toman su leche, y con su excremento se usa como abono y como combustible para cocinar. Por otra parte, durante el periodo Védico (1200- 900 a. C.) fueron restringidos algunos animales en sacrificio y ceremonias de importancia. Por lo tanto, la sacralidad de la vaca da mayor énfasis a la leche. Además, la trasmigración de su alma ayuda a los humanos en el camino hacia la salvación (Nair, 1981, pp. 448-449). Pero esto tuvo repercusiones en otros bovinos como el búfalo, de acuerdo con James Frazer (1994, p. 603) los Todas, una tribu egipcia, viven principalmente de la leche de búfalo. Nuca comen la carne de la hembra y se abstienen de ingerir la del macho. Sólo una vez al año hacen una excepción:

Una vez al año, los hombres adultos del pueblo se juntan en la ceremonia de matar y comerse un búfalo joven, al parecer un lechal de un mes. Llevan al animal a la espesura del bosque del pueblo y allí le matan con una maza hecha de madera del árbol sagrado de los Todas (La Millingtonia). Después de encender una hoguera sagrada frotando dos maderos, asan el ternero entre las cenizas de ciertas maderas especiales y luego se lo comen [...]

De acuerdo con Frazer (1994) y Nair (1981), a estos animales se les dio el carácter sagrado por razones religiosas o de producción, pues en las zonas rurales sólo se consumen cinco gramos de carne por día.

Con respecto a México, Martín González de la Vara (1996) menciona tres regiones productoras. La primera de ellas es el norte, la zona con mayor extensión territorial, pero con menor población, contaba con una producción agrícola muy limitada. La mayor parte de ellas se desarrollaban a la orilla de los lagos y ríos, lo que más se cosechaba era la uva, las manzanas, nueces, higos, jitomates. Pero debido a su clima, sus tierras eran más apropiadas para la ganadería. Durante el siglo XIX, el ganado vacuno se desarrolló en las planicies de Tamaulipas, Texas, Durango, Chihuahua y Nuevo León. De él se obtienen la leche, los quesos, el cuero y la lana. Debido a la aridez de su territorio, la comida desarrollada por sus habitantes, fue calificada de poco creativa, muy dependiente de la tortilla de harina de trigo y del asado.

La segunda región es la de las costas, en la cual a consecuencia de la presencia del agua la producción de alimentos es mayor. En estos lugares es común ver árboles frutales alrededor de las casas de sus habitantes, quienes por lo general se dedican a la siembra de diferentes cultivos como el maíz, el frijol, el jitomate, la calabaza, etc., algunos se ocupan de la crianza de animales como el cerdo, las gallinas, los patos, entre otros. Otra actividad propia de la región costera es la captura de peces como el robalo, guachinango, mojarra, sargo, que son de los más fáciles de conseguir. Productos como el camarón se vendía en las ciudades costeras más importantes, asimismo, es muy común la caza de víboras, gallinas, liebres, monos, insectos, etc.

La última se ubica en el altiplano, debido a su complicada geografía y su gran variedad de climas, sus productos alimenticios son más variados, esto tuvo por resultado una buena ganadería, pero la principal actividad es la agricultura. Por ejemplo, en Chalco y Xochimilco, se producían frutas y hortalizas, en Atlixco (Puebla) y Michoacán se producían los cereales.

Todo esto tuvo como consecuencia la diversidad de las dietas de los campesinos, pues mientras en las zonas rurales la comida era menos variada, en las

haciendas era más contrastante. Esto dio oportunidad para que durante todo el periodo colonial y los primeros años del siglo XIX se crearan platillos novedosos como es el caso del mole poblano⁶⁶ y los chiles en nogada⁶⁷.

Después de la independencia de la Nueva España, los primeros dirigentes de México pensaron en construir la nación de acuerdo con el sistema republicano, en el cual ya no habría más castas. Una vez que nuestro país fue reconocido como estado independiente, se intentó traer inversión extranjera, principalmente de Inglaterra y Francia. Sin embargo, esto no fue posible debido a las constantes guerras internas,

⁶⁶Del mole poblano hay tres leyendas acerca de su creación, la primera de ellas se menciona en el tercer capítulo de esta tesis, cuando sor Andrea de la Asunción con motivo de la visita a el convento de Santa Rosa del virrey y capitán general Antonio de la Cerda. La segunda es mencionada por Elsa Ontiveros (2003, pp. 15-16) hace referencia al cumpleaños del obispo Manuel Fernández de Santacruz, personaje al cual las monjas del ya referido monasterio tenían en gran estima, por haberles ayudado a construir su casa profesa Como muestra de su agradecimiento y buenos sentimientos, decidieron preparar algo muy especial en su honor. La encargada de confeccionar el platillo fue Sor Andrea de la Asunción, quien iba y venía por la cocina triturando, moliendo, cocinando, removiendo, probando todos los ingredientes de la salsa que preparaba. Todas sus compañeras la veían con gran admiración, y una de ellas, juntando sus manos dijo: ¡Ay madre mía, y que bien mole su reverencia!, al oír esto las demás hermanas comenzaron a reír y repitieron en coro ¡Ay madre, muele, muele, no mole, madre por dios! Cuando el plato fue servido al obispo, este comenzó a elogiarlo señalándolo como la salsa más sabrosa jamás probada por él.

La tercera refiere a una ocasión, cuando el virrey de la Nueva España y obispo de Puebla, Juan de Palafox, visitó su diócesis. Por lo cual, la comunidad religiosa se esmeró mucho para su recibimiento. El cocinero principal era un fraile llamado Pascual, este danzaba por la cocina dando órdenes y corrigiendo la realización de los platillos. Debido a sus nervios, el hermano comenzó a regañar a sus ayudantes y a empezó a recoger en una charola los ingredientes no utilizado ya y los guardó en la alacena, pero, gracias a sus prisas, tropezó con una cazuela donde se estaban cocinando unos guajolotes, allí cayeron los chiles, el chocolate, las especias, etc. echando a perder la comida de su visita. Ante la falta de tiempo para preparar otro platillo, inició una serie de oraciones en las cuales pedía un buen resultado para ese revoltijo. Para su sorpresa, el virrey se expresó muy bien de ese majar preparado para su honra. Desde entonces, las todas las cocineras se encomiendan al fraile rezando esta jaculatoria: "Mi Santo Pascual Bailón, yo te ofrezco este guiso y tu atiza mi fogón".

Sin embargo debemos estar conscientes que en realidad este plato tiene su origen en los tiempos anteriores a la conquista, pues los indígenas preparaban muchos de sus guisos con chile, es decir, los pipianes, moles y demás guisos son una variante castellana de los antiguos platillos prehispánicos.

⁶⁷ Alejandra Atala (2003) menciona que los chiles en nogada surgieron cuando el general Agustín de Iturbide, al regresar de la Villa de Córdoba, decidió celebrar el día de su santo en Puebla. Llenas de entusiasmo, las hermanas del Convento de Santa Mónica hicieron con el queso de cabra de *Tlatlauqui*, el picadillo menudito de res y cerdo de la matanza de San Antonio del Puente, las manzanas de Zacatlán, los duraznos de *Huejotzingo*, las peras de las huertas de los hermanos carmelitas, los huevos rancheros de los gallineros de Tepeaca, la nuez de Castilla de *Calpan*, la granada cordelina de Tehuacán y el perejil fresco de Atlixco, el primer homenaje astronómico a la independencia de México, pues con el color verde del perejil, el blanco de la nogada y el rojo de la granada, las madres representaron los colores de la bandera trigarante.

por ello, los gobernantes decidieron eximir de impuestos a quien se interesara en invertir en México, además se les otorgaba la seguridad necesaria.

Como ya se ha mencionado, gracias a la inestabilidad económica y política que después de 1821 hubo, la agricultura fue una actividad difícil de realizar, pero el gobierno de México intentó reanimar esta labor mediante decretos en los cuales se favorecía a los agricultores, principalmente a quienes poseían plantaciones de cacao, a ellos se les eximía de pagos y contribuciones, además de otorgarles un descuento fiscal a todos quienes tuvieran sus cacaoteros en producción.

4. 1. 1 Una opción cuaresmal

El pescado, es uno de los alimentos más importantes en la dieta mundial, pues es una gran fuente de proteínas. En la mayoría de sus variedades podemos encontrar pocas calorías y, en muchos casos, su porcentaje de grasas es inferior al 5% o en algunos casos hasta del 1%. Tiene alto contenido de calcio, zinc, hierro, cobre, potasio, fósforo, yodo selenio y sodio. Los salmones y las sardinas son ricos en calcio. Las ostras y crustáceos contienen mucho zinc. Los camarones, el pescado azul y las almejas poseen gran cantidad de hierro. Los moluscos, cangrejos y langostas tienen cobre. Las conchas marinas, las almejas y los mejillones proveen nuestro cuerpo con potasio. Todas las variedades de pescados nos proporcionan fósforo, yodo y selenio, además, cuando está fresco posee poco sodio.

La principal característica del pescado es su bajo contenido de colesterol, sin embargo por mucho tiempo se ha pensado lo contrario. Hace varios años, se descubrió que la mayoría de los pescados, mariscos almejas, ostras, conchas marinas o mejillones poseen grandes cantidades de esteroides, no colesterol, lo cual puede tener efectos positivos, pues con su consumo regular inhibe la absorción de esta sustancia durante la comida.

No obstante los grandes beneficios que este otorga al cuerpo humano, tiene un fuerte y peligroso proceso de descomposición, por esta razón se recomienda su consumo entre uno y cinco días después de haberlo comprado. En el caso de los mariscos, estos, pueden durar hasta una semana a temperatura del hielo, pese a esto, se deben comer lo más pronto posible. Por otra parte, la conservación del pescado no evita su descomposición, pero si la retrasa un poco, los métodos más comunes son: el de congelación y el de secado. El primero, consiste en meterlo en hielo sólo por unos días. El segundo, es muy efectivo, pues el secado se realiza con sal, un conservador natural que prolonga su putrefacción por tiempo considerable tiempo (Desrosier, 2004, p. 77, 192).

Para quienes vivimos en lugares donde no hay mar, es difícil identificar si el pescado está fresco o no. Alicia Gironella (2002, p. 185) nos recomienda fijarnos en sus ojos, los cuales deben estar claros, sus agallas mantengan su color rojo y brillante, además de conservar buen olor. Asimismo es necesario verificar si la carne es elástica y compacta, que sus bordes no se vean amarillentos, secos o pardos. Si nuestro pescado reúne estas características, es fresco. Sin embargo, los pescados vendidos en los supermercados, aún estando congelados, son buenos, sólo que tienen otro proceso de descomposición.

Algunos casos son especiales, por ejemplo, moluscos, los cuales se dividen en aquellos que tienen una concha y los que tienen dos. En el caso de los ostiones, mejillones, almejas, etc., poseen dos conchas, se recomienda comprarlos vivos, es decir, las conchas deben estar cerradas, se les da un golpecito, si suenan huecas no son frescas y, si algunas se abren, se deben cerrar de inmediato. Los moluscos de una concha como los abulones y los caracoles, es preferible adquirirlos cuando están vivos, su tiempo máximo de conservación es de hasta siete días. Productos como los calamares, los pulpos y los chipirones, los cuales carecen de concha, su carne debe ser de color claro, firme y elástica, sus tentáculos han de pegarse con facilidad a la piel humana y quitarse con dificultad. Por otro lado, los cangrejos, camarones,

langostas, langostinos, son difíciles de encontrar vivos, para saber su frescura, es necesario observar en ellos un color gris azulado y amarillento al perder su frescura. Después de cocidos, su carne permanece compacta (Gironella, 2002, pp. 186-187).

Del pescado se han hecho aceites, los cuales en la mayoría de las veces tienen beneficios muy significativos en la salud. Estos productos minimizan el desarrollo de varias enfermedades degenerativas, y pueden además poseer un efecto terapéutico en algunos casos, como por ejemplo artritis, arteriosclerosis y vasoespasmo cerebral. Dichos aceites están compuestos de ácidos grasos, siendo entre ellos el más destacado, el Omega-3, sirve como estímulo para producir en el cuerpo ecosanoides, un grupo de sustancias parecidas a las hormonas las cuales, en grandes cantidades, sirven para combatir la artritis, el asma y las enfermedades del corazón.

Ahora bien, para Maguelonne Tousaint-Samat (1997), el pescado tiene un gran valor religioso, pues simboliza la fecundidad. Es uno de los signos del zodiaco, piscis. Se muestra doble, uno representa a la figura masculina y el otro a la femenina, por ello, se le asocia con la procreación. Asimismo, de acuerdo con la tradición árabe, soñar con peces es un buen presagio. En el antiguo Egipto la figura de un pez era un amuleto. En América central el pescado es una manifestación del dios del maíz, tal vez por su parecido con la mazorca. Los *Dogon* del oeste de África describen la circuncisión como *cortando el pescado*. Para los cristianos, este animal es un ideograma llamado *iktus* que son las iniciales de las palabras griegas “*Iesus Khristos Theou Uios Soler (Jesús el Ungido Hijo de Dios Redentor)*”, este es muy importante, pues nos recuerda la razón de la venida de Jesús.

De igual manera, en la Biblia (Tobías, 6, 4 -9) se le menciona como un alimento curativo, prueba de ello, está en el Antiguo Testamento, cuando Tobías, hijo de Tobit, fue enviado a Ragués de media. Pero el joven no conocía el camino, razón por la cual salió en busca de un hombre de confianza para guiarlo, encontró al ángel Rafael. En una ocasión, Tobías fue a lavarse al río, un pez salió del agua e intentó

morder su pie, al gritar, el ángel le dijo que tomara al pez, le sacara la hiel, el corazón y el hígado, pues eran un buen remedio, el muchacho pregunto al ser alado como se usaba y él respondió:

Si se quema el corazón o el hígado del pez ante un hombre o una mujer atormentados por un demonio o espíritu malo, el humo ahuyenta todo mal y lo hace desaparecer para siempre. Cuanto a la hiel, untando con ella los ojos de un hombre atacado por las manchas blancas, y soplando sobre las manchas, queda curado.

Cuando llegó a Ragués de media, conoció a Ragüel, el hermano de su padre, quien tenía una hija llamada Sarra, misma que había sido dada en matrimonio siete veces y, en todas ellas sus esposos habían muerto en la noche de bodas.

El joven pidió a la hija de Ragüel en matrimonio y el ángel le explicó la forma de usar las partes del pez. Después de haberse desposado con ella, puso el hígado y el corazón del pez en las brazas, su olor expulsó al demonio que a ella atormentaba (Tobías, 7, 2- 3). Posteriormente, de regreso a la casa de su padre, Tobit, lo abrazó, le untó la hiel, le sopló, esperó un rato y al quitarle las escamas, su papá abrió los ojos y pudo ver de nuevo (Tobías, 11, 7 – 13).

Mientras tanto, en la época prehispánica, los indígenas comían diferentes productos del mar. Eran comunes las ranas, de las cuales sólo podían apreciar las ancas, para ello primero les quitaban las uñas y las remojaban en agua con especias y un chile abierto, luego las escurrían y las adobaban con aceite de chía, jugo de jícama, sal y pimienta. También consumían los caracoles que obtenían del mar, los lagos o de la tierra, pues estos pueden ser encontrados en los bosque y jardines. Estos animales invernan durante el otoño y el invierno en cualquier espacio oscuro. Los indígenas tenían varias formas de prepararlos, en muchas ocasiones los cocían

y luego los sacaban de su concha, y los mezclaban con otros pescados crudos o con charales⁶⁸ (García Rivas, 1991, p. 86).

Los charales son unos pececillos muy pequeños que todos los habitantes de mesoamérica acostumbraban comer y, hasta nuestros días es muy común consumirlos. Estos animalitos los podemos encontrar en los lagos, y por su fino cuerpo son fáciles de secar en el sol y conservarse con sal, los indígenas los comían de muchas formas como por ejemplo: en tamales, se preparaban de la siguiente manera, ponían los charales en una olla con salsa de chilaca y sal. También cazaban la tortuga y sus huevos, el camarón café y los ostiones, los huevos de caguama eran muy apreciados porque los tenían por afrodisíacos y reconstituyentes (García Rivas, 1991, p. 87).

Con todo esto, los peces, pequeños o grandes, tienen una gran importancia cultural, medicinal y gastronómica en la sociedad, pues en todos los pueblos se menciona a este animal como un símbolo que representa bienestar y fecundidad.

4. 2 Para comer bien

Tener un buen comportamiento en la mesa, denota nuestro nivel cultural. Lo más recomendable para los integrantes de la mesa era: no comer en bocados grandes, no sentarse antes que los demás, no abalanzarse sobre la comida, lavarse las manos antes de sentarse a comer, no hablar con la boca llena, etc. hoy día nosotros consideramos de buenos modales muchas cosas como son: saber usar los cubiertos, no tirar la comida, etc.

La mayoría de los hábitos vienen de mucho tiempo atrás, por ejemplo: durante la época prehispánica, nuestros ancestros comían en el piso, usaban como plato la

⁶⁸ De acuerdo con Fernando del Paso (2003), el cebiche es un plato creado no por los mexicanos, sino por los migrantes japoneses en Perú.

tortilla y los nobles comían sobre su petate. En el caso de la edad media, una de las etapas a la que debemos muchas cosas como los bancos, la universidad, y el uso de los cubiertos⁶⁹, lo cual era bien visto por la sociedad. Durante el periodo, llamado de las luces, en los siglos XVII- XIX, cada vez la sociedad es más refinada y selectiva. Así pues, en estos tiempos la sociedad se divide en los marginados, los burgueses y los cortesanos. Estos últimos eran gente educada con buenos modales, Norbert Elías (1996, p. 62), hace una definición de este concepto:

[...] consiste en reflejar la determinación en la compostura que una persona debe dar para poder convencer a otra acerca de la voluntad que se tiene para dar un servicio y que hace acreedores de la confianza de la persona a la que quieres convencer y que al mismo tiempo esta se siente obligada a hacer algunos favores.

Un ejemplo que nos parecerá exagerado, pero en su tiempo era bien visto entre las clases nobles y aristócratas de Francia en tiempos de Luis XIV, donde las clases nobles tenían el poder pero no dinero. Estaban llenos de lujos y hacían todo un circo hasta para ponerse los zapatos. En la película “Batel “, podemos ver claramente como las clases nobles, sin tener un solo centavo se daban grandes lujos, mientras las clases bajas mendigaban por un poco de comida.

El mismo Norbert Elías (1987 p. 101) hace referencia a Erasmo cuando este hace mención de las buenas costumbres para comer o sonarse la nariz, pues en las clases nobles eso era de vital importancia, incluso, hoy día también lo es. Esto debido a la formación de normas de “etiqueta”, mismas que la sociedad exige, él dice:

En las ventanas de la nariz, no debe haber mucosidad alguna, continua un poco mas adelante. El aldeano se suena con el gorro o con el faldón de la camisa, el salchichero se suena con el brazo o con el codo. Tampoco es más correcto

⁶⁹ Según Carcer (1953, p. 235), en esta época ya se usaban diferentes tipos de cuchillos; unos eran para trincar viandas, otros para rayar el pan, había los que usaban para comer o cortar el pescado y la carne. Y los gaviñetes o trinchetes, usados como tenedor. Y de acuerdo con la ley de Mahoma, los árabes sólo utilizaban el tenedor de 5 púas.

valerse de la mano y limpiarla luego con el traje. Lo mas decente es recoger el moco con un pañuelo, ha ser posible, haciéndose a un lado.

El mismo autor también describe el como se debe saludar a una persona a otra o como sentarse, etc., porque las normas de refinamiento personal denotan la educación y buenas costumbres de un individuo, lo cual agrada mucho al resto de la sociedad.

Entre la clase alta, sin embargo, hay formas mas refinadas. Debemos lavarnos las manos antes de las comidas, dice Erasmo. Pero apenas si hay jabón para este menester. En la mayoría de los casos el comensal, extiende las manos y un paje vierte un algo de agua sobre ellas (Elías, 1987, p. 103)

En la buena sociedad no se meten las dos manos en la fuente, sino que lo mas elegante es solamente utilizar solamente tres dedos, este es uno de los rasgos diferenciadores entre la clase alta y baja (Elías, 1987, p. 103)

Con esto podemos ver que el buen comportamiento delante de otras personas, va a denotar la clase social a la cual se pertenece o bien, el comportamiento denotará la buena disposición de la gente, por ello, lo más óptimo es portarse correctamente en un momento determinado

De la misma manera, Eduard Muir (2001) menciona en 1523, una mala experiencia de Erasmo en una posada alemana. Pues en el comedor había entre ochenta y noventa personas de diferente edad, sexo y condición social. Todos realizaban distintas actividades mientras descansaban su viaje. Cuando llegó la hora de servir la comida, todos se abalanzaron su pan hacia el platón comunal, lo mojaron, lo mordieron y volvieron a mojarlo. El vino estaba agrio, toda la gente estaba sucia y maloliente. Todo esto estaba mal para Erasmo, pues él consideraba pensaba que los modales marcaban la diferencia entre clases.

Por esta razón, en su libro Modales para niños (consultar: Muir, 2001) refiere lo siguiente con respecto al comportamiento en la mesa:

Si se proporciona una servilleta, se coloca sobre el hombro o el brazo izquierdo. La copa y cuchillo debidamente limpios, deberían estar a la derecha, el pan a la izquierda.

Algunas personas meten las manos en los platos nada más sentarse. Los lobos hacen eso [...]

Es de mala educación mojar los dedos en la salsa. Se debe tomar lo que se desee con ayuda del cuchillo y el tenedor; no se debería buscar por todo el plato, como suelen hacer los epicúreos, sino que se debe tomar lo que esté ante uno.

Es de mala educación chuparse los dedos manchados de grasa o limpiárselos en la chaqueta. Es mejor utilizar el mantel o la servilleta.

Asimismo, este autor refiere a Galateo cuando se burla de aquellos que no se saben comportar en la mesa comparándolos con los cerdos:

Aquellos a quienes veo a veces tumbados como puercos con el hocico metido en la sopa sin levantar ni un momento la cabeza ni girar la mirada y aun menos quitar las manos de la comida llenándose ambos carrillos como si estuvieran soplando una trompeta o tratando de apagar un fuego; no comiendo sino atracándose, manchándose los brazos casi hasta los codos y luego dejando sus servilletas en un estado que en comparación, un trapo de cocina parecería limpio.

Esto con referencia a que se olvidan de todo tipo de conceptos y costumbres relativos a la civilización del hombre, con la finalidad de no precipitarse sobre la comida y evitar la suciedad en la mesa.

En todas las civilizaciones como en las clases sociales, el trabajo ha sido distribuido por la diferencia de sexos. Por lo general, a las mujeres se les encomendaba la recolección de los frutos, las labores de la casa, el cuidado de los hijos y la atención de su esposo. Por ejemplo, en las sociedades Mesoamericanas, desde el momento del nacimiento, se señalaba su destino. De acuerdo con Fernán González De La Vara (1996, vol. 2, p. 20), si el recién nacido era un varón, se le ponía un escudo con cuatro flechas, símbolo de los cuatro puntos cardinales y se le ponía otro más pequeño, el cual era un hacha con semillas de amaranto, y un arco pequeño con flechas y se les decía:

[...] si eres medroso y no te atreves a las cosas de la guerra, vete a labrar la tierra y a hacer maizales... y lo que sembrares en los camellones, gozaras de ellos después de que naciere y se criare, siembra y planta en tus heredades como son

magüeyes y árboles, gozarán de ello tus hijos y nietos en el tiempo de hambre y aun tu gozaras de ello, comerás y beberás de tus trabajos.

Y si era mujer se le ponía los huipiles y las enaguas y los instrumentos para tejer e hilar y les decían:

Estaréis dentro de la casa, como el corazón dentro del cuerpo, no andaréis fuera de la casa, ni tendréis s la costumbre de ir a ninguna parte, seréis la ceniza con que se cubre el fuego en el hogar, habéis de ser las trebeses donde se pone al olla... vuestro oficio será traer el agua y moler el maíz en el metate. Allí habéis de sudar, cabe la ceniza, cabe el hogar.

Con esto queda de manifiesto que las sociedades han distribuido sus labores con respecto a las fuerzas de la persona, la mujer, al ser un ser más débil, se le destinaban las tareas menos “pesadas o difíciles” como las de recoger los cultivos del campo, la de cuidar a los hijos, atender al marido, y al esposo le correspondía llevar todos los días la carne para que los niños crecieran fuertes y también defenderlos de los peligros y velar por su bienestar.

Para finalizar, es menester señalar a la caza y la agricultura como un medio para obtener los alimentos diarios, mientras la alfarería, va a ser parte importante de su evolución. Cabe mencionar el valor de elementos como el fuego, han contribuido en gran medida en el desarrollo de las civilizaciones, pues con él no sólo lograron la cocción de sus alimentos, sino también de la cerámica para el mantenimiento y preparación de estos.

Finalmente, es importante mencionar que todas las actividades cotidianas de las comunidades fueron dispuestas conforme un calendario regido por los astros, los cuales están presentes en la vida de los hombres. Con las fechas se conmemorarán y celebrarán las fiestas a los dioses, en ellas ofrecían diferentes platillos dependiendo de la divinidad de quien se tratara. Ahora bien, conforme los hombres se crean sus propios hábitos de convivencia, se forjan a si mismos. Por lo cual, todas

sus labores van a estar en función de los climas y frutos de la región en donde se desarrollen.

Sin embargo, la capacidad humana de asimilar todo cuanto acontece a nuestro alrededor ha hecho al hombre capaz de establecer y refinar ciertas formas de comportamiento, las cuales con el tiempo, se van a convertir en fundamento del nivel cultural de las personas, pero esto va a ser posible, de acuerdo con el ambiente en que se habita.

Como nos lo muestra Eduard Muir (2001) en las mesas de la aristocracia europea anterior al siglo XVI, se colocaba en el centro de la mesa un animal entero o en piezas, con todo y cabeza (y las plumas en el caso de las aves) se trinchaba en el momento de sentarse a comer. Con el tiempo esta costumbre cambió, la cabeza y plumas se quitaban antes de servirlos. Para trinchar sólo se presentaba una porción del animal. En el siglo XIX, fue introducido es sistema ruso, en él, el cocinero o un carnicero realizaba el trinchado fuera de la vista de los comensales y se les servían porciones individuales.

Para su adecuado consumo fueron inventados diversos objetos, tales como el uso de las servilletas y los cubiertos. Cada uno de ellos tenía una función establecida. En el caso del cuchillo, se debe olvidar su imagen de arma. No se debía señalar a nadie con él. Cuando se entregara a otra persona, se debe ofrecer por el mango. Estaba prohibido comer pescado o tocar los objetos ovalados como las papas con este utensilio. La gente delicada, evitaba cortar la manzana con el cuchillo y limpiaba las naranjas con la cuchara.

El tenedor, fue la última aportación a los buenos modales, fue utilizado por primera vez en Venecia. Con este, es más fácil tomar la comida, al principio fue usado para pinchar la carne ya sea de la bandeja o para llevarla a la boca. Este instrumento mantenía lejos el cuerpo del de los animales muertos.

Por último diremos que los banquetes fueron un distintivo de las clases media y alta, estos se convirtieron en un símbolo de distinción y cultura. Para manejar los cubiertos y utilizar adecuadamente los utensilios era necesario tener entrenamiento, pues requería de mucho tiempo aprender a manipularlos.

4.3 Las reuniones

En todas las sociedades es necesario un momento en el cual se pueda convivir con otras personas, a esta actividad se le denomina fiesta, en ellas se presentan elementos como la comida, la música, el baile, la moda, etc. En los tiempos prehispánicos, el alimento por excelencia era el guajolote, el pulque y el *xocolatl*. Posteriormente, con la presencia de los españoles y otras formas de cultura, se introdujo el carnero, la carne de res y de cerdo, el vino, entre otros. Asimismo, las festividades pueden ser religiosas o de cumpleaños, en ambos casos, principalmente en los pueblos, la gente es muy dadivosa pues se da de comer a todos los invitados, prueba de ello es la Emp3, quien menciona que en un pueblo de Tlaxcala, la gente se levanta desde temprano a preparar todo lo relativo a las fiesta del pueblo, cuando ya está todo listo, sólo esperan a los convidados, los cuales llegan alrededor de la una o dos de la tarde hasta cerca de las nueve de la noche o más.

Gracias a los franciscanos y la doctrina enseñada a los indígenas se logró hacer que muchos de los alimentos usados en los ritos prehispánicos fueran prohibidos, mientras los de origen europeo ocuparon su lugar en las prácticas religiosas, pero, algunos como el maíz no desaparecieron de la dieta de los naturales (Pilcher, 2001, p. 66).

De acuerdo con Rosalba Loreto López (2001, p. 8) y Janet Long (1996, p. 15) durante la colonia, los centros de mayor producción de platillos fueron los conventos. Al principio, eran sostenidos por la caridad de los habitantes del pueblo o ciudad, sin embargo, con el ingreso de las hijas de los ricos españoles, los criollos y los caciques

indígenas, recibieron una cooperación, la cual se usaba en dos formas: la primera, para sostenimiento del monasterio. La segunda, mantenía las costumbres de las futuras esposas de Dios.

En la preparación de la comida se utilizaban recetarios españoles o de otros lugares de Europa, posteriormente con la entrada de las mujeres indígenas a la cocina, las recetas sufrieron transformaciones y tomaron una consistencia más particular de la Nueva España, además de ser desconocidas por completo en España. Por esta razón, en los conventos se produjeron muchos recetarios (Long, 1996, p. 15).

En los conventos también tenían sus festejos, los cuales eran celebrados con gran lujo. Ejemplo de ello son la de los conventos, que básicamente eran dos: la selección de la madre priora y la del santo patrón, en ambas se preparaban diferentes dulces y en algunos casos un día antes se entregaba a algunos clérigos y diáconos cajetas, chocolate, unos pocos dulces o biscochos. En las festividades de navidad se realizan las posadas con música, entremeses y coloquios, se comían muchos dulces y postres. En todas fiestas participaban las autoridades civiles. Por otra parte, ser monja de origen español era garantía para tener todos los privilegios posibles, pues podían ingerir los alimentos en bajillas de porcelana o Talavera, usar los cubiertos, las servilletas; sin embargo, todas tomaban el chocolate en el refectorio, las monjas indígenas comían los alimentos en trastes más sencillos.

La comida conventual varía de acuerdo al monasterio de que se esté hablando, por ejemplo, en la casa profesa de monjas criollas se servía una escudilla de caldo y una libra de carnero, la cual se repartía entre la comida y la cena, al final se servía un postre de frutas. Durante los días de abstinencia comían pescado, en los de ayuno, tres huevos, caldo y una sobremesa. En los conventos de hermanas indígenas, se alimentaban de maíz, legumbres, etc. pero en el periodo cuaresmal, el ayuno se rompía sólo los domingos y en la navidad (Long, 1996. p. 13).

En los monasterios la creación de innumerables panes y dulces fue algo indispensable, por el consumo constante de chocolate por las mañanas, tardes o noches. Como en todos los conventos, los oficios se asignaban por un tiempo determinado, era muy difícil que alguna monja se quedara fija en una labor específica. Había una hermana encargada de asignar a las recién ingresadas en las labores de la casa profesa, a esta se le llamaba maestra de mozas, simultáneamente se encargaba de formar su conducta en este recinto. Unas eran designadas para ayudar a la encargada de la cocina en la molienda del maíz, el cacao, y otros alimentos en el metate, a otras se les encargaba apoyar en las labores del refectorio, algunas trabajaban en la sacristía, y un cierto número de ellas se ocupaban de la limpieza de la iglesia y el coro, así como el lavado del convento y la enfermería (Loreto, 2001, p. 19).

Al principio, en los conventos las monjas no tenían una vida comunitaria, es decir, cada monja tenían en su celda su cocina y sus sirvientas, pero por razones de comodidad y por las críticas de la gente hacia, la corona decidió en 1774, instituir la vida comunitaria, en la cual todo se realizaba en conjunto y la comida se efectuaba en el refectorio. Las cocinas conventuales no sólo eran grandes, sino tenían muchos recursos para la preparación de los alimentos, en ellas había cuartos anexos destinados como bodega, bollería, panadería, el amasijo, el chocolatero, el anterefectorio, etc. La cocina estaba junto al refectorio y se pasaba la comida por el torno (Long, 1996, p. 47).

Además, dentro de la vida cotidiana de los habitantes de un pueblo, las comida se dividen en diarias, semanales, estacionales, pero las fiesta son ocasiones en las que se preparan platillos especiales. De acuerdo con la fecha o la temporada, serán los ingredientes de la comida (Long, 1997, p. 323). Por ejemplo, en las comunidades católicas no es común comer carne de cerdo o res durante la cuaresma. En la navidad es usual el pavo, el bacalao, los romeritos, etc., pero estas son celebraciones de tipo ritual, no son con la finalidad de deleitar y hacer gozar a la gente, pues lo importante es la convivencia entre individuos. También existen las

fiestas de los barrios, en ellas se expresa lo popular y las buenas costumbres de los ciudadanos.

Ejemplo de ello, lo encontramos en el Archivo General Municipal de Puebla, (vol. 598, comisión de diversiones, fojas 488- 506), varios miembros de las diferentes cuadras de esta ciudad, pidieron al ayuntamiento se concediera permiso de realizar fiesta, kermés, etc., en las cuales se aprobaba, la ejecución de procesiones (en caso de los festejos de la iglesia), así como la presencia de músicos para amenizarlas, juegos, entre otras cosas. Todo se llevaba a cabo con la intención de difundir las buenas costumbres de la sociedad, además, todas las actividades se realizaban bajo la supervisión de la policía, la encargada de preservar el orden en los festejos.

La forma como se acostumbra adornar los templos recolocando alfombras de aserrín o de semillas y muchas flores. A todos los asistentes a la fiesta, se les daba de comer en abundancia, pero después de ella, la comida era tan austera como antes de la celebración.

Actualmente, en las fiestas patronales, se pueden ver juegos mecánicos y pirotécnicos, hay verbenas, personas alrededor de los puestos de comida, gente de diferentes partes de la referida ciudad, una multitud reunida entorno a una tradición. Por otra parte, en los pueblos, es una tradición preparar mole poblano, para el caso de Puebla, en otros lugares, algún platillo de la región y, se debe dar de comer a todos los invitados a la festividad.

4.4 Los libros de cocina y sobre cocina

El aspecto de la preparación y presentación de los platos ha sido algo importante en la sociedad, esta tarea siempre ha sido encargada a las mujeres, pues, desde tiempos antiguos, ellas siempre han preparado los alimentos con mucha delicadeza

para así lograr que de los platillos sean lo más artísticos posible, principalmente durante las fiestas religiosas.

Sin embargo, en la vida cotidiana, para la preparación de los alimentos era común el uso de los recetarios, los cuales fueron muy útiles en el desarrollo del gusto mexicano, en ellos había una gran variedad de recetas con alimentos nuevos con los cuales se mostraba la imaginación de los autores, además perpetúan las costumbres sociales (Long, 1997).

En Europa desde hacía ya varios años existía la tradición de crear libros de recetas, los cuales iniciaron poco después de la invención de la imprenta, sólo que en España, no se tenía esta costumbre, era más bien de los franceses, portugueses e ingleses⁷⁰. Los españoles la comenzaron a practicar en 1520, cuando se publicó en castellano el libro de guisos de Rupert de Nola y en 1525 fue traducido al catalán (Long, 1997, 462).

De acuerdo con Carlos Zolla, (1988), la comida de los mexicanos es una mezcla de las cocinas árabe, española, italiana, etc., esto lo debemos a los grandes maestros en el arte de la cocina, así como a los escritores de recetarios, tales como: Martino Fracois, Pierre de la Varene, Platina de Cremona y Ruperto de Nola quienes fueron cocineros de reyes, príncipes, cardenales y nobles.

Rupert de Nola fue cocinero de Fernando de Nápoles a finales del siglo XV y principios del siglo XVI, asimismo, de él se conocen: el "*Libre de totes maneres de tercontits*", un *Tratado manual cuatrocentista del arte de la dulcería*, el "*Liebre del coc*"h. Estos son un ejemplo de la aportación de la cocina catalana al arte culinario, principalmente en la repostería. Es importante mencionar el "*Libro de guisados y manjares*", en el cual se incluyen algunos de los ingredientes indígenas (Zolla, 1988, p. 115; Long, 1997, p. 462).

⁷⁰ Prueba de ello es que el primer libro de cocina es publicado en Francia en 1490, titulado "Vandierpour appareiller toutes manieres de viendes"(Long, 1997, p. 462)

En 1611, aparece el “*Arte de cocina, pastelería, bizcochería y conservería*”, de Francisco Martínez Motiño, quien era cocinero de Felipe II de España, este libro, influyó mucho en las cocineras Novohispanas.

Las publicaciones de La Varenne, sus publicaciones aparecieron alrededor de 1651, en ellas se encuentra el perfeccionamiento en la presentación de los platos, que aprendió de los grandes maestros italianos: el servicio en la mesa, el ordenamiento de las minutas, las técnicas en pastelería y confitería surgidas con el uso del azúcar (Zolla, 1988, p. 116). También tenemos a Diego Granado con su “*Libro de arte de cocina*” quien ignora al chocolate y los otros productos del nuevo mundo, además sus recetas son de estilo medieval y árabe, esto es, todas son a base de carne y aves, además, condimentada con canela, clavos de olor, nuez moscada, azúcar, cítricos y agua de rosas (Long, 1997) .

Asimismo, el desarrollo de la dulcería mexicana se dio gracias a la estrecha relación existente entre España y Nápoles, en esta ciudad fue donde se crearon y difundieron muchas de las recetas, las cuales pasaron al país peninsular y de ahí a la Nueva España y el resto de América (Zolla, 1988, p. 110). Todo esto se vio reflejado en el impulso de las autoridades mexicanas en publicar recetarios de cocina con el fin de crear un sentimiento de patriotismo en la comida.

De acuerdo con Jeffrey Pilcher (2001, p. 79- 80, 91), durante gran parte del siglo XIX, la comida de la mayoría de los mexicanos acaudalados era más extranjera que mexicana, razón por la cual, los gobernantes decidieron promover la nacionalidad por medio de la gastronomía. Para lograr esto, se dio impulso a la edición de libros de cocina y recetarios, tales como “*El cocinero mexicano*”, publicado en 1831. En él, el autor se expresa de manera muy mexicana tanto en lo lingüístico como en lo culinario, además, usó muchos mexicanismos, se enorgullecía de los platos picantes y se burlaba de la intolerancia de los extranjeros por lo picoso. También fue publicado “*El Almanaque de México*”, de Mariano Galván y otros libros

de cocina, como el de Vicenta Torres de Rubio, quien fue la primera mujer en publicar un libro de cocina, asimismo, indicaba el disgusto de los mexicanos por sazonar su comida con las técnicas y condimentos europeos, y su preferencia por los condimentos americanos. “*El manual culinario*”, de Manuel Murcia, entre otros. En todos ellos se podían encontrar una forma de controlar la dieta de la familia, pues en cada receta se incluía un presupuesto de los ingredientes necesarios y así no afectar mucho la economía del hogar, asimismo, hacia sentir seguras a las señoras sobre la alimentación de su familia, pues, cuando está es bien alimentada, se aseguraba la salud y el servicio a la nación.

Por ejemplo, en el recetario, *El cocinero mexicano* (2000, p. 413) podemos encontrar algunas recetas como esta del mole poblano:

Se mata el guajolote sofocándolo y no con cuchillo. Se desvenan y tuestan en un comal dos tantos de chile pasilla y uno de ancho, dorándolos bien sin quemarlos, y rociándolos con agua se muelen; enseguida se muelen también tomates cocidos, unas pepitas de chile tostado y ajonjolí también tostado; se muelen también juntos clavos, canela y unos granos de pimienta fina y un poquito de culantro tostado. Se unta cazuela con manteca, se pone a la lumbre, y estando curdas se echan las raciones crudas de guajolote, dos codillos, lomo y papada de puerco; enseguida se echa el chocolate deshecho en agua para que se fría con la carne hasta que empiece a salpicar; y entonces se echan los tomates molidos, deshechos también en agua, el agua suficiente para cubrir la carne y la sal necesaria. Se deja hervir todo hasta que ablanden las carnes y espese el caldillo, que se sirve con ajonjolí tostado por encima.

Sin embargo, no en todos los libros de cocina podemos encontrar la receta del mole poblano, por ejemplo, en el recetario novohispano (2000), no hay una receta de este paltillo, así como tampoco de los chiles en nogada, o de los tamales, etc.

De esta manera, algunos de los recetarios publicados, no sólo contenían recetas, sino también consejos de cocina para las amas de casa, también acerca de cómo comportarse en la mesa, un ejemplo nos lo muestra Juan Pérez Zúñiga (1898, pp. 9-12) en su “*Cocina Cómica. Recetas de guisos y postres, poesías culinarias y otros excesos*”, aconseja lo siguiente:

Cuando te inviten a comer, no debes llegar á casa del anfitrión después que hayan servido los postres; pero tampoco antes de que amanezca el día señalado para la comida

Sino ha precedido la invitación y eres tú quien se convida, bueno será que te anuncies con anticipación para que puedan prepararte comida buena y abundante. La creencia que donde come cuatro comen cinco es una majadería de primer orden. Comer cinco donde comen seis ya es algo más razonable.”

Si no te han señalado lugar en la mesa y hay señoras, no seas bobo y colócate junto a la más guapa, a no ser que esta tenga por costumbre limpiarse las manos en la ropa del comensal más / próximo o escupir sobre él las espinas de los pescados o el hueso de las aceitunas

No empieces jamás a comer antes de que haya majares en la mesa, pues no está generalizado entre los comensales de buen tono el ir a la cocina á catar los paltos...

Nuca pongas los codos sobre el mantel, y mucho menos el mantel sobre los codos

Esto va dirigido a todas las clases sociales, con la finalidad de que halla un comportamiento adecuado a la hora de sentarse a la mesa. Estos consejos serán de utilidad en las fiestas, pues en ellas es donde demostramos nuestras buenas costumbres alimenticias y de maneras de mesa.

Asimismo, cuando llegaba la hora de la comida, había un orden en el servicio, por lo general, las clases bajas hacían sólo tres comidas, mientras las altas tenían varias, por ejemplo: la primera era el desayuno, la segunda el almuerzo, la tercera el tentempié, la más fuerte de todas era la cuarta, la comida y se servía entre la una y las dos de la tarde, a esta hora, los hombres salían de sus trabajos o cerraban sus negocios y comer con sus familia. Algunos aprovechaban para descansar un rato y poder regresar a sus actividades cotidianas con más energías, otros, ya no regresaban, se dedicaban a reposar hasta la hora de la quinta comida, la merienda, en consecuencia, los habitantes de los siglos XV al XVIII eran bastante voluminosos (De Gortari, 2000, p. 19; Pilcher, 2001, p. 93)

De acuerdo con Javier Reinoso Ron (2004, p. 197, 198), las comidas se servían en varios tiempos, esto es, la forma en que son servidos los platos. Al principio era 14:

- 1) Los entremeses fríos,
- 2) Las sopas
- 3) Los entremeses calientes
- 4) Los pescados y mariscos
- 5) Las aves de carne blanca
- 6) Las de carne oscura
- 7) Las carnes blancas
- 8) Las carnes rojas,
- 9) Las ensaladas
- 10) Los quesos
- 11) Las nieves o helados
- 12) Los postres
- 13) Las frutas
- 14) Café o té

Con el tiempo fueron reducidas a ocho:

- 1) Entremeses fríos
- 2) Sopas
- 3) Entremeses calientes o pescados o mariscos
- 4) Platos fuertes (aves, carnes blancas o rojas)
- 5) Ensaladas
- 6) Quesos fuertes
- 7) Helados, frutas, nieves o postres
- 8) Café o té

Actualmente se realizan seis tiempos:

- 1) Entremeses fríos
- 2) Sopas
- 3) Plato fuerte (pescado, carne blanca o roja, que se servía con guarnición)
- 4) Ensalada, que se puede servir con el plato fuerte)
- 5) Postre
- 6) Café o té

Esto sólo se practicaba en las comidas y cenas muy formales, por lo general, en los días normales, los platos son más sencillos. Por otra parte, es conveniente mencionar que actualmente generalmente se realizan tres comidas, el desayuno, la comida y la cena, en algunas ocasiones se puede considerar una cuarta, el almuerzo.

Algo de gran relevancia es que, las cocinas de los indígenas eran muy diferentes a las nuestras, ellos en un solo cuarto tenían este lugar, se podía identificar por la presencia del fogón o *tlecuil*, la sala, sus petates, los cuales equivalían a las camas. Los españoles de clase baja también tenían esta forma de distribución de la casa (González de la Vara, 1996, vol. II).

María Stoopen (1988, p. 55) menciona algunas diferencias en las cocinas de Europa en el siglo XVI:

[...] estaban formadas por una gran chimenea pegada a la pared o en el centro de la habitación con una campana de humo hasta el techo, se prendía con leña o carbón. Sin embargo en edificios mayores estos lugares contaban con un horno de piedra o ladrillo en donde cocían el pan y otros alimentos. Las cocinas de los palacios eran muy oscuras y lúgubres. En la Nueva España eran más abiertas, amplias, con más luz y una chimenea.

Janet Long (1996, p. 39) menciona que con el tiempo, y los lujos de muchos europeos, la sociedad cambió considerablemente y, la cocina, como el resto de la

casa poco a poco se separaron, pues cada uno de ellos tuvo un lugar específico en el hogar, sin embargo, la zona destinada a la preparación de los alimentos generalmente estaba alejada de los cuartos de la familia, más bien, la colocaban cerca de las habitaciones de las sirvientas.

De acuerdo con la misma autora (1996, p. 47), durante el siglo XVI, las cocinas compartían el lugar con el comedor, pero, fue hasta el siglo XVII cuando estos se separaron. De la primera, sabemos su función, pero el comedor fue creado no sólo para ser el lugar en donde se sirvieran y comieran los alimentos, sino también como una forma de hacer que los visitantes pudieran ver las posesiones de la familia.

Por otro lado, en la revista Claudia de México (1969, no. 41, pp. 37- 38), durante el siglo XX, las cocinas cambian de manera drástica, ya no son los lugares oscuros y lejanos de la casa. Estos espacios por ser el lugar donde se realiza el mayor de los trabajos del hogar, debe ser un lugar armonioso, cómodo y luminoso⁷¹. Para esto, fue muy importante la sustitución de las estufas de petróleo o los braceros por las estufas de gas. Mismas que fueron de difícil aceptación de la gente⁷². La primera estufa fue fabricada por los hermanos Delgado (DELHER), en 1931. Ellos aprovecharon los mantos petroleros y por consiguiente de gas natural, el cual al ser industrializado dio por resultado el gas LP (Licuado de Petróleo), este, a diferencia del carbón, no da mucha luz pero calienta con más fuerza. En consecuencia, las cocinas se convirtieron en lugares más cómodos y poco tiempo después aparecieron las cocinas integrales.

Las cocinas integrales se caracterizan porque la estufa está unida al fregadero y el horno. Asimismo, la complementan otros accesorios como los trasteros,

⁷¹ En antaño se acostumbraba usar el blanco como símbolo de pulcritud, pero esto ya no tiene validez, porque este permite este color, lo más usual son colores claros y la buena ventilación.

⁷² El gas en su estado natural es inodoro, pues es producto de la formación de gases tóxicos como el monóxido de carbono, es por ello que, como medida de precaución es sometido al proceso de odorización, en el cual se le imprime un olor inconfundible.

despensas, botes de basura, etc. los cuales no tienen orden de distribución en la cocina.

Ahora bien, no es nuevo que hoy las cocinas de las casas sean muy pequeñas, pues, desde tiempos anteriores al nuestro se les había dado poca importancia, eran la habitación más pequeña y lejana de la casa, su ubicación estaba cerca de las habitaciones de los sirvientes. Fue hasta el siglo XX, cuando las casas comenzaron a tener cocinas amplias y ventiladas.

4.5 Los alimentos en la medicina

En algún momento de la existencia de la humanidad los hábitos de alimentación y la evolución de nuestro cerebro, el cual fue capaz de procesar percibida por los sentidos, esto hizo posible que muchos de los alimentos descubiertos fueran una experiencia, es decir, la gastronomía se había formado para unirse a la farmacología, pues muchas plantas y hierbas ya conocidas, no sólo eran utilizadas como alimentos, sino también como remedios medicinales. Los titici, los médicos, en sus curaciones usaban el chile, el zumo de maguey, la miel de abeja, el jugo del jitomate, el hueso del aguacate molido, la sal, el tabaco, las raíces o las cortezas, etc. Por ejemplo: el chile, gracias a su contenido en vitaminas A y C, se empleaba contra el dolor (McKenna, 1993, p. 42, Long, 1996, p. 8).

Según las observaciones de los doctores Cárdenas y Barrios (De León Pinelo, 1994), el chocolate influía en los bebedores no sólo en su perfil físico, si no también en su carácter. Los hombres y mujeres sanguíneos o de sangre caliente tienen la cara colorada, los cabellos castaños y la piel rosada. Lo que este autor nos ofrece en su obra es una visión diferente acerca del chocolate, pues alivia el asma, los cólicos, las ventosidades; también sustenta el cuerpo y ayuda a eliminar el mal humor por medio de la sudoración, la orina y la heces, asimismo, lo podían consumir las mujeres en lactancia, es decir, cuando están criando a sus hijos. Hoy día también

se usa para confortar el cerebro, se puede mezclar con almendras, alegría, avellanas, nueces tostadas, pepita de melón, de calabaza clavos, pimienta negra jengibre, nuez moscada, masa, y otras especias.

En casos como el de la miel, un excelente remedio en las enfermedades pulmonares o de la garganta, para las heridas, pues gracias a sus azúcares, es un buen regenerador de los tejidos de la piel, razón por la cual, las heridas no se infectan.

Asimismo otro de los remedios encontrados dentro de la amplia gama de la medicina natural es el té, el cual, alivia diferentes malestares, dependiendo de la planta que de este se prepare, en México, los hay de manzanilla, hierba buena, etc., pero estos, en realidad, son infusiones. El té verdadero es un brebaje de origen chino, Liliana Montiel (2006) nos relata como fue su descubrimiento:

El emperador chino Shen Nung, insistía que por higiene el agua debía ser hervida. Un día, en el año 1737 a. C., el emperador y su corte estaban a la sombra de un árbol, cuando unas hojas cayeron al agua hirviendo que sus criados preparaban y, al percibir tan agradable aroma, no se pudo resistir a la tentación y probó el brebaje que le pareció exquisito.

Después de tan agradable accidente, ordenó que fueran sembrados muchos de los árboles de donde procedían las hojas. Esta era, la planta del té.

Este es tan sólo un caso en el cual nos podemos corroborar que no siempre, los grandes descubrimientos son buscados, sino se originan por accidente.

De este remedio, hay muchas variedades, entre las más conocidas la misma autora nos menciona las siguientes: *yunnan*, uno de los té chinos negros más fuertes; *keemun*, es de sabor delicado y aroma fuerte; *rusian caravan*, una mezcla de té negro que bebían los rusos; *lapsang sounng chong*, posee un saborcillo ahumado; Formosa o long *peach blossom*, su especia a frutas, lo hace agradable al paladar, además, se puede perfumar con jazmín, gardenia, etc.

Durante el siglo XVIII, el té fue la bebida más popular en Inglaterra, pues se le consideraba un elemento de distinción en la sociedad. Posteriormente pasó a Francia y de este a España, donde, ante el conocimiento del café y el chocolate, fue rechazado al principio

También tenemos al amaranto, que es muy recomendado en los tratamientos contra la anemia, ayuda al crecimiento y fortalecimiento de los huesos, en palabras de nuestra informante Edul1: “Cuando mi hermano nació, mi mamá no tenía leche y para poderlo amamantar, mi mamá hacía atole de amaranto y si lo viera, está bien grandote”, esto debido a su alto contenido de calcio y magnesio y algunas proteínas. Igualmente podemos considerar a las almendras dulces, estas tienen grasas insaturadas, fósforo, hierro, potasio, magnesio, zinc, calcio, ácido fólico, vitamina B, por esta razón es un buen antioxidante, ayuda a la circulación sanguínea y al sistema cardiovascular, además, los médicos lo recomiendan para mejorar la visión (Montiel, 2006, p. 8; Dueñas, 2006, p.3 -4).

Por último, cuando escuchamos decir “cuerpo sano, mente sana”, es cierto, pues la comida no sólo es el medio por el cual mantenemos al cuerpo en condiciones óptimas para la realización de las actividades diarias, sino debido a los nutrientes que los alimentos poseen, pues física y mentalmente, el hombre adquiere fuerzas y su destreza se hace más aguda. Pero para lograr el consumo de ellos, es necesario ir hasta los lugares donde se los puede encontrar.

4.6 De los mercados a los mesones y los restaurantes

Un lugar importantísimo en el desarrollo de la comida de nuestro país fueron los tianguis o mercados, en todos los barrios de la época prehispánica existían y hoy siguen vigentes. Hernán Cortes, en sus cartas de relación (1973, p. 62- 64) hace una detallada descripción acerca de su vista al mercado de Tenochtitlan:

Tiene esta ciudad muchas plazas donde hay continuo mercado y trato de comprar y vender. Tiene otra plaza tan grande como dos veces la ciudad de Salamanca, toda cerrada de portales alrededor, donde hay cotidianamente arriba de sesenta mil ánimas comprando y vendiendo; donde hay todos los géneros de mercaderías que en todas las tierras se hallan, así de mantenimientos como de vituallas, joyas de oro y plata, de plomo y latón, de cobre, de estaño, de piedras, de huesos, de conchas, de caracoles y de plumas. Véndese cal, piedra labrada y por labrar, adobes, ladrillos, madera labrada y por labrar de diversas maneras. Hay calle de caza donde venden todos los linajes de aves que hay en la tierra, así como gallinas, perdices, codornices, lavancos, dorales, zarcetas, tórtolas, palomas, pájaros de cañuela, papagayo, búhalos, águilas, halcones gavilanes, y cernícalos; y de algunas de estas aves de rapiña venden el cuero con sus plumas y cabeza, pico y uñas[...]

[...] Finalmente que en los dichos mercados se venden todas cuantas cosas se hallan en toda la tierra, que además de las que he dicho, son tantas y de tantas calidades, que por la prolijidad y por no me ocurrir tantas a la memoria, y aun por no saber poner los nombres, no las expreso. Cada género de mercadería se vende en su calle, sin que entremetan otra mercadería ninguna, y en esto tienen mucha orden. Todo se vende por cuenta y medida, excepto que hasta ahora no se ha visto vender cosa alguna por peso.

Hay en esta gran plaza una gran casa como de audiencia, donde están siempre sentadas diez o doce personas, que son jueces y libran todos los casos y cosas que en el dicho mercado acaecen, y mandan castigar los delincuentes. Hay en la dicha plaza otras personas que andan continuo entre la gente, mirando lo que se vende y las medidas con que miden lo que venden; y se ha visto quebrar alguna que es falsa.

Esto se escribe con la finalidad de mostrar la importancia de los mercados en la sociedad mexicana, en ellos se desarrolla todo una organización no sólo de compra – venta, sino también del cuidado hacia los consumidores, pues todo lo que compran debía ser de buena calidad.

Asimismo, a lo largo de todo el *Cem- Anahuac*, podemos encontrar, mercados como los de *Acolman*, *Texcoco*, *San Antonio Sinacahua*, *San Mateo*, *San Miguel el grande*, *San Esteban Atatahuca*, *Chacaltongo*, *San Pedro el alto*, *San Agustín Tlacotepec*, sólo por mencionar algunos. Cada uno de estos lugares tenía su especialidad, por ejemplo, en el de *Acolman*, se pueden encontrar las mejores carnes; en *Texcoco*, los artesanos fabricaban vasijas; en *San Antonio Sinacahua*, se

producían sombreros; en San Mateo, se vendía yeso y peñasco; en San Miguel el grande y en San Esteban *Atatahuca*, armaban mesas y sillas; en *Chacaltongo*, se comerciaba con cerdos; en San Pedro el alto, se adquirían aves, por último, en San Agustín *Tlacotepec*, se mercaban verduras (Pilcher, 2001, p. 40, 42; Báez, 1982, p. 10).

En todos los lugares de México hay un día de tianguis, el cual se lleva a cabo cada cinco días y, en cada municipio se realiza uno diario, el cual se realiza en un día específico. En todos ellos es posible encontrar diferentes productos como ropa, utensilios, aves, pescado, frutas, etc. De este modo, ir al mercado, es toda una aventura para las amas de casa, pues en él muestran sus dotes de buenas administradoras del gasto de la casa, de esto dependerá la paz y economía del hogar. Así pues, a diferencia de los centros comerciales, en los mercados, se pueden encontrar cualquier producto más barato y fresco, además de una mayor variedad (Claudia, 1965, no. 2, pp. 78- 79).

No obstante, es trascendental mencionar la importancia de los mesones con respecto a los mercados. Los cuales tenían la finalidad de satisfacer las necesidades de los viajeros. También surgieron lugares con una función similar a la de estos, tales como: los albergues, cuya ocupación era dar alojamiento. Los bodegones, ahí se guisaba y daban de comer viandas ordinarias. En las cantinas se servían bebidas. En el figón se hacían y vendían cosas de comer a precio bajo. Las fondas eran un sitio en donde se daba de comer en las ciudades. En las hosterías u hostales, se daba de comer y alojamiento. Las hospederías eran habitaciones que en los conventos se preparaba a los huéspedes. En los hospicios se recibía por tiempo indefinido a la gente pobre. A las casas de descanso en los caminos se les llamaba paradores. En las tabernas se vendía vino y otras bebidas alcohólicas y, por último, las ventas, en ellas se daba de comer a los viajeros (Farga, 1993, p. 77)

Años más tarde, durante el siglos XIX, debido a la influencia de los europeos, las fondas sufrieron grandes cambios, pues muchas otras surgieron con el nombre

de restaurant⁷³, mismos que competían con los cafés en cuanto a comodidades y era muy visitado por militares, políticos literatos, actores, artistas, bohemios, toreros, etc. (Farga, 1993, p. 104).

Con todo esto, podemos darnos cuenta que los mercados son lugares trascendentales dentro del desarrollo de la sociedad mexicana y, por supuesto, de su comida. La razón de su importancia, radica en la convivencia realizada en sus pasillos, en ellos, las sirvientas de las casas de los grandes señores y las señoras que en sus casas guisaban compartían sus recetas. Por otra parte, los mesones, tabernas, etc. son significativos, en ellos los viajeros podían disfrutar de la comida preparada en estos lugares. Sin embargo, un factor de importancia en el desarrollo de la comida, es el surgimiento de los restaurantes y las fondas, así como de los hoteles, los cuales, brindan a los visitantes un ambiente cómodo.

Para finalizar, el hombre, ha pasado por diferentes periodos evolutivos los cuales han marcado el rumbo de su historia, porque al principio, cuando eran nómadas, sobrevivían de todo aquello encontrado a su paso (animales, hierbas, frutas, etc.). Con la finalidad de hacerlos más duraderos y fáciles de digerir los dejaban secar al sol o usaban la sal, sin embargo, el descubrimiento del fuego cambió todo, los hombres pudieron cocer sus alimentos, protegerse del frío y de las bestias salvajes.

Sin embargo, hubo tres factores importantes que influyeron en el cambio de vida de los hombres, es decir, pasar de ser nómadas a sedentarios. Uno de ellos fue el fuego, otro fue el desarrollo de la agricultura, y finalmente la caza, la pesca y la recolección de insectos. Alrededor de todo esto, fueron creados muchos mitos, esto como una respuesta para explicarse como habían obtenido todos esos dones.

⁷³ Quiere denotar “ restaurar las energías por medio de los alimentos” (Farga, 1993, p. 103)

Posteriormente, cuando cada grupo se estableció en un lugar y de acuerdo con sus características físicas se especializaron en diferentes actividades, unos en la caza, otros en la fabricación de utensilios para la preparación de los alimentos y otros a la agricultura. Con esto surgieron los tres cultivos más importantes de la historia del hombre: el arroz, el trigo y el maíz, aunque la existencia de otros cultivos significativos como el cacao y el azúcar, pero estos eran los abastecían la dieta básica de la gente.

De acuerdo con lo anterior, todos los pueblos se dedicaron y especializaron en diferentes cultivos, los cuales eran determinados por el clima de la región en donde se ubicaran. Ejemplo de ello, son los árabes, quienes entre sus principales actividades esta la producción de caña de azúcar. La sacarosa, era uno de sus principales ingredientes en la preparación de sus platos. Posteriormente, durante la invasión musulmana, este artículo pasó a los países europeos, donde lo dulce se incorporó a la dieta de sus habitantes. De Europa dio un gran salto a América, primero en las Antillas y después a tierra firme. En la Nueva España, fueron difundidas principalmente en los conventos, cada uno de estos recintos desarrolló una especialidad en la elaboración de dulces. Algo similar ocurrió con el cacao, pues para los antiguos mexicanos era un alimento muy sacramental, se mezclaba con chile, vainilla, achiote, etc., asimismo, tras la llegada de los españoles y la introducción del azúcar en la cocina indígena, se creó lo que hoy conocemos como Chocolate, una exquisita bebida capaz de hacer hasta al más recto de los hombres en un adicto a ella.

Los dulces y el chocolate, evolucionaron, cada uno tomó un rumbo artesanal e industrial, en el primer caso, surgieron los dulces típicos, como los camotes de Puebla, las cocadas, las pepitorias, etc. o los dulces de azúcar, los de bombo, que ya son más de tipo industrial. El chocolate, por su parte, fue y aun sigue siendo útil en la cocina mexicana, pues con él se pueden hacer bebidas como el champurrado, atoles, o sólo con agua, además de haberse elaborado las barras con este material, lo cual lo convirtió en un bien de producción industrial.

Finalmente, los alimentos, son de vital importancia para la sociedad, porque con ellos se pueden construir naciones como la nuestra, las cuales después de tantos siglos de dominación española, desarrolló su propia gastronomía mediante el uso y modificación de las recetas contenidas en los recetarios traídos del viejo continente y de posterior publicación en México.

CONCLUSIONES

El presente trabajo es una integración de datos acerca de cómo se puede realizar una investigación sobre la importancia cultural de la comida en el desarrollo de los pueblos. Pues en muchas ocasiones, los investigadores sólo se atreven a incursionar en temas relacionados con la política, la economía, las artes, etc., sin darse cuenta que los estudios sobre alimentos nos acercan a la población en general, por esta razón, se presentan mitos relacionados con el fuego y algunos alimentos, tradiciones y formas de comportarse en la mesa, etc.

Asimismo, para la realización de esta tesis, fue necesario el uso de libros especializados en la materia, esto es, autores como Ofelia Audry, *Decoración en la mesa. Trabajos de hielo, mantequilla, caramelo y chocolate* (1998), maneja el tema desde un punto de vista decorativo. Sophie y Michael D. Coe, *La verdadera historia del chocolate* (2000), quienes abordan el chocolate con un enfoque arqueológico. Alan Davidson, *Oxford companion food* (1990), escribió un diccionario de comida, por lo cual se mencionan algunos datos importantes de los alimentos. Norman Desrosier, *Conservación de alimentos* (2004), trata el tema de la comida desde un enfoque nutricional, refiere las propiedades de los alimentos. Jaén H. W Freeland- graves, Gladys C. Peckham, *A fundation of food* (199), lo trabajan con un aspecto de cómo se preparan los alimentos. Entre otros.

Por otra parte, la consulta de archivos fue muy importante, pues en estos lugares se encontró información que enriqueció la investigación, cabe mencionar el uso del archivo de la familia Sánchez López, pues este sirvió para ejemplificar el proceso de producción de algunos productos de chocolate. El uso de fuente hemerográficas también fue de gran utilidad, gracias a ellas se encontró una forma de contextualizar la información obtenida. Paralelamente, la realización de entrevista fue de muy importante, con ellas podemos observar la variedad de formas de elaboración de los alimentos.

En esta tesis, se comienza a hablar de la caza, la agricultura y la alfarería, a razón de ser estas las primeras actividades con las cuales los seres humanos comienzan su alimentación, pues en los bosques encontraban animales de lo que aprovechaban su carne, en los campos recolectaban las plantas y algunos insectos y en los recipientes, los guardaban para su posterior uso. Sin embargo, todo cambió a raíz de un suceso, el descubrimiento del fuego. Con él empieza la civilización de los hombres, pues, no sólo trata de la cocción de los alimentos, sino de una forma de protegerse de las bestias de los bosques o para mantenerse calientes durante la noche y el frío. Por esta razón muchos pueblos del planeta tenían veneración a todo lo relacionado con el calor, los romanos, tenían en gran estima a *Vesta*, los griegos a *Hestia*, los egipcios a *Ra*, los nahuas a *Tonatiu*, etc.

A la par de estos elementos, los hombres se dieron cuenta de los cambios de temperatura y el crecimiento de frutos y semillas. Al principio, recolectaban lo encontrado de manera silvestre, posteriormente, se dedicaron a la siembra y cosecha de los alimentos producidos por la tierra. Pero, para tener mayor control en la actividad agrícola, crearon formas de contar los ciclos, dando origen a los calendarios, los que, no obstante de regir el tiempo de trabajo, también disponían del horario de la comida.

En vista de todo lo obtenido, los hombres no se explicaban como era posible que siempre tuvieran algo de comer, por ello, crearon seres superiores, a quienes llamaron dioses y, en agradecimiento en ocasiones especiales, les preparaban ofrendas hechas con comida o de sacrificios humanos, esto dependía de la deidad.

Todo esto sirvió para el mejoramiento de su comportamiento en la mesa, porque se establecieron reglas las cuales hicieron de la hora de comer un momento solemne, pues era obligatorio estar limpio en ese instante, consumir la comida sosegadamente, etc., con el tiempo, se estableció el uso de los cubiertos, símbolo de distinción y cultura.

De esta manera, en la tesis la comida se determina por la cultura, es decir, aquellos momentos históricos en los que los hombres se dan cuenta de todo lo otorgado por la tierra. Por ejemplo, en china, el principal cultivo es el arroz, al cual desde tiempos ancestrales se le tiene en gran estima. Gracias a ellos y a los europeos quienes lo trajeron a América. Donde su cultivo fue prospero, y con el tiempo, su recolección fue mejorada con la ayuda de la trilladora. Por esta razón, hoy podemos disfrutar de su extensa variedad de platos y marcas.

El trigo es unos de los alimentos más consumidos en el mundo, pues con él se prepara una gran diversidad de panes que acostumbramos comer, a más de haberse adaptado a las usanzas de los naturales de estas tierras, pues se fabricó la tortilla de harina de trigo.

El maíz, el principal alimento de los mexicanos, tiene varias especies, todas las podemos disfrutar de diferentes maneras. Por otra parte, al ser llevado a Europa, se le usó como forraje, sin embargo, con el tiempo, se le cultivó para el consumo de la sociedad en general. Debido al alto consumo de la gente de lugares lejanos a México, este, se convirtió en exportador de dicho producto. Aunque es una lástima que en estos tiempos este alimento sea importado de otras partes del mundo.

El mejor compañero del maíz es el frijol, pues no sólo se siembra junto a la milpa, sino, forma parte de su contenido, es común que sea el relleno de los tacos, los tamales, los tlacoyos, etc., asimismo, con estos granos, se preparan un gran número de platillos, tales como los frijoles charros, la rosca de frijol, los ejotes, entre otros. Por su parte, el café, es uno de las semillas de mayor provecho en el mundo, de él, se obtienen una bebida maravillosa que produce bienestar en la gente, razón por la cual, tanto en sus lugares de origen como en otros, este producto, se convirtió en símbolo de cultura y refinamiento.

La papa por su parte, es uno de los alimentos más mencionados en las crónicas de los conquistadores, pues era el alimento por excelencia de los habitantes de las tierras sudamericanas. En Europa, fue utilizado principalmente para alimentar a los enfermos y pobres, hasta 1847 cuando hubo escasez de trigo. De este tubérculo, encontramos en el mercado muchas variedades, las cuales se utilizan para la elaboración de diferentes platos, como las papas fritas, las papas hervidas, etc. Paralelamente a ella, la mandioca o yuca, es uno de los alimentos más importantes de América.

Uno de los alimentos de importancia cultural es el pescado, pues además de aportar una gran cantidad de proteínas, minerales, etc., es un alimento importante dentro de la religión, pues de acuerdo con el cristianismo, es uno de los más usuales durante los días de cuaresma y semana santa, a más de ser un símbolo de fecundidad.

El azúcar es importante en el desarrollo de los pueblos, con ella se preparan los dulces y el chocolate. Su uso hoy es indispensable, sin ella, es imposible tomar cualquier clase de bebidas, pues incluso los líquidos para diabéticos tiene como ingrediente azúcar vegetal no proveniente de la caña de azúcar, sino de las frutas. La miel de abeja, comenzó siendo un elemento básico en la cocina, sin embargo, con la introducción del azúcar fue perdiendo su lugar quedando sólo como un condimento para dar sabor a los platos y postres. No obstante esto, es muy usada en medicina. De ella podemos encontrar un gran número de variedades y marcas.

Acerca de los dulces, son una herencia que los españoles enseñaron a los mexicanos, pues estos estaban presentes en las fiestas de las ciudades, en el recibimiento de los virreyes, obispos o personajes importantes. Con los años, la industria dulcera, pasó de la producción artesanal a la industrial, dando origen a los miles productos conocidos actualmente, tales como los dulces de caramelo, dulces de tamarindo, etc.

El chocolate, fue uno de los alimentos más importantes de América, los mayas lo preparaban con chile, achiote, vainilla, etc. Los españoles lo convirtieron en una bebida dulce al mezclarlo con el azúcar. Además de sus atributos de quitar la sed, reponer las fuerzas perdidas, curar enfermedades, etc., debido a su suavidad, fue abusado por la mayoría de la sociedad, principalmente por los religiosos. Por esta razón se dijo que rompía el ayuno eclesiástico y se prohibió su ingestión. Pero gracias a los jesuitas esta discusión terminó y fue considerado una bebida como cualquier otra. Durante el siglo XIX, se realizaron los mayores cambios de este alimento pues gracias a gente como Henri Nestle, Daniel Peters, Conrad Van Houten, Joseph Fry, entre otros se logró crear las primeras barras de chocolate y con ello, marcar el inicio de un nuevo capítulo en su historia.

En México, el chocolate tiene un significado diferente, es todavía conserva parte de su carácter ritual, aunque este se ha transformado, pues es común encontrar en las fiestas de los barrios a una mujer batiendo una tablilla en agua en una cazuela con un molinillo, o en fiestas como el día de reyes o en la fiesta de la candelaria. Aunque actualmente el consumo de chocolate ya no es tan común en las familias, muchas intentan mantenerla, manteniendo esta cultura en el núcleo familiar.

Con todo lo anterior, nos damos cuenta que en México, a partir del mestizaje humano, surge también uno culinario en el cual alimentos indígenas con europeos, se unieron para crear algo nuevo y diferente, en la que la unión del azúcar, el trigo, el cerdo, el maíz, y otros fueron la pauta para el surgimiento de nuevas recetas en las donde ingredientes americanos y europeos formaban uno solo.

Pero en la formación de la cocina mexicana intervinieron las cocinas españolas, árabes, inglesas, francesa, etc. esto mediante el uso de los recetarios, una aportación hecha por expertos chef que consagraron sus vidas a la preparación y decoración de los alimentos. Así como también el orden correcto para la ingestión de los mismos.

Para la obtención de los víveres, era necesario que las sirvientas y amas de casa fueran a abastecerse a los mercados, esos lugares en los que se va a convivir con otros sobre temas variados, a intercambiar las recetas, etc., mismas que eran preparadas en esos recintos llamados cocinas, las cuales cambiaron paulatinamente, después de estar en el lugar más solo y lejano de la casa, se ha convertido en principal lugar de la casa, el más iluminado y ventilado.

Con todo lo anteriormente expuesto, sólo queda decir que siempre la comida une a la gente, cambia el curso de la vida de la sociedad, pues por medio de ella, es como se interactúa con quienes nos rodean.

FUENTES Y BIBLIOGRAFÍA

Archivos

AGN, Consulado, volumen 172, expediente 7

AGN, Consulado, caja 33, volumen 172.

AGN, Propiedad Artística y Literaria, caja 445, expediente 948

AGN, Inquisición, caja 61, vol. 369, exp. 17.

AGN, Inquisición, caja 61, exp. 168.

AGN, Dirección General de Gobierno, 2.017(29)/2007

AGN, Dirección General de Gobierno, 2.017 (29)/184

(AGN, Templos y conventos, vol. 300, fojas 38, 47, 74, 104).

AGM, expedientes, tomo 300, fojas 132-134

AGM, expedientes, tomo 352, foja 204

AGM, expedientes, tomo 367, foja 175-176

AGM, actas de cabildo, tomo 28, fojas 108, 245, 245v

AGM, actas de cabildo, tomo 32, fojas 33 y 33v, 36- 36v+

Archivo familia Sánchez López, 1980.

Entrevistas

Margarita Sánchez López, ex productora de chocolate -Ech1,

Irma Arenas Melchor, ex productora de chocolate - Ech2, 16 de agosto de 2006

Gloria Pérez, comerciante - Emp1, 5 de septiembre de 2006

Guillermina Popoca Osorio, comerciante -Emp2, 10 de septiembre de 2006

Delfina Cordero Clila, ama de casa -Emp3, 16 de septiembre de 2006

Noemí Rojas productora de dulces -Edu1, 12 de febrero de 2006

Bibliografía

Arreola Izquierdo Ernestina, De oficio panadero. Testimonios de panaderos michoacanos, México: CONACULTA, 2003.

Audry Ofelia, Decoración en la mesa. Trabajos de hielo, mantequilla, caramelo y chocolate, México: Trillas, 1998.

Atala Alejandra, La barroca cocina poblana en fonda de santa Clara, Puebla: Corporación mexicana de restaurantes, Lindero editores, 2002.

Biblia, Deuteronomio, 14, 3- 8

——— Génesis, 22, 9-18

——— Tobías, 6, 4 -9

——— Tobías, 7, 2- 3

——— Tobías, 11, 7 – 13

Beckett Stephen T. (coord.), Fabricación y utilización industrial del chocolate. Traducción Mariano González Alonso, Zaragoza España: Acribia, 1994.

Bennion Marion, Introductory foods, New York: Mcmillan, 1990.

Braudel Fernand, Bebidas y excitantes, México: CONACULTA, Alianza editorial, 1994.

Broda Johanna, El culto mexica de los cerros en la cuenca de México: apuntes para la discusión sobre graniceros, en: Graniceros. Cosmovisión y meteorología indígena de Mesoamérica, México: Colegio mexiquense, UNAM, 1997.

Buenrostro Marco, Cristina Barros, Cocina prehispánica y colonial, México: CONACULTA, 2001.

Caillois Roger, El hombre y lo sagrado, México: F. C. E., 1996.

Calepino Antonio de Ciudad Real. Diccionario de la lengua Maya de Motul, tomo 2, México: UNAM, 1984.

Capel José Carlos. El pan nuestro. Elaboración, formas, mitos, ritos, gastronomía y glosario de los panes de España, España: Oria, 199

Caso Alfonso, El pueblo del sol, México: F. C. E., 2000.

Chapa Benavides Marta, Chocolate regalo del edén, Tabasco, México: Gobierno del estado de Tabasco, 2003.

Coe Sophie D., Michael D. Coe, La verdadera historia del chocolate, México: F. C. E., 2000.

Corcuera de Mancera Sonia, Entre gula y templanza. Un aspecto de la historia mexicana, México: aldina, 1979.

Cortés Hernán, Cartas de relación, séptima edición, México: Porrúa, 1973.

Crane Eva, El libro de la miel. México: F. C. E., 1997.

Davison Alan, Oxford companion food, Oxford: 1990.

Del Paso Fernando, et Alt., La comida mexicana, México: Diana, 2003.

Desrosier Norman W., Conservación de alimentos, trigésima edición, México: Continental, 2004.

Díaz Infante Fernando, La estela de los soles o calendario azteca, México: panorama, 2001.

Díez de Urdanivia Fernando, Dichas y dichos de la gastronomía insólita mexicana, México: LUZAM, seminario de cultura mexicana, 2003.

Elías Norbert, El proceso de la civilización. Investigaciones sociogenéticas y psicogenéticas, España: F. C. E., 1987.

_____ Teoría del símbolo. Un ensayo de antropología cultural, edición e introducción de Richard Kilminster, Barcelona: Península, 1994.

_____ La sociedad cortesana, México: F. C. E., 1996.

Esquivel Laura, Entorno al fuego. En: Patrimonio Cultural y Truismo. Cuadernos. Congreso sobre patrimonio gastronómico y turismo cultural en América Latina y el Caribe, Tomo I, México: CONACULTA 2002.

Frazer James George, La rama dorada. Magia y religión. México: F. C. E., 1994.

Freeland- graves Jaén H., Gladys C. Peckham, A fundation of food, 6° edición, New Jersey, Columbus Ohio: Merrill an imprint of prentice hall, 1999, pp. 268-269.

García Curado Anselmo J., Chocolate, oro líquido. Amor y chocolate, Zariquiey, Barcelona: Zendrera, 1996.

García Payon José, Amoxocoatl o libro del chocolate, Toluca, México: Escuela de artes, 1936.

García Rivas Heriberto, Cocina prehispánica mexicana, la comida de los antiguos mexicanos. México: Panorama, 1991.

Gironella De'Angeli Alicia, Cocina mexicana para le mundo. Saberes y sabores, España: Everest, 2002.

Guerrero Ferrer Adriana, La dulcería en Puebla. Historia cultural de una tradición, Puebla, México: CONACULTA, 2000.

Gutiérrez Ramón A., Cuando Jesús llegó, las madres del maíz se fueron. Sexualidad y poder en Nuevo México, 1500- 1846. México: F. C. E., 1999.

Harris Marvin, Bueno para comer. Enigmas de alimentación y cultura, Madrid: Alianza, Prado, 1994.

Hubard Arzoz María de Lourdes, Gran café de la parroquia: su valor patrimonial para la ciudad de Veracruz, tesis para obtener el grado de licenciado en Hotelería, Universidad de las Américas – Puebla: 1996.

Juanicó Diana, Café y ecoturismo en Oaxaca, en: Patrimonio Cultural y Truismo. Cuadernos. Congreso sobre patrimonio gastronómico y turismo cultural en América Latina y el Caribe, Tomo II, México: CONACULTA 2002, p. 277- 278.

Landa Diego De, Relación de las cosas de Yucatán, Edición de Miguel Rivero Dorado, España: Promolibro, 2003.

Landazuri Benítez Gisela, Verónica Vázquez Mantecon, Azúcar y estado 1750- 188, SEMIP, Universidad Autónoma Metropolitana, México: F. C. E. 1998.

Levi-Strauss Claude, Mitológicas 1. Lo crudo y lo cocido, México 3ª. Reimpresión, México: F. C. E., 1982.

León Pinelo Antonio De, Cuestión moral si el chocolate quebranta el ayuno eclesiástico, Facsímil de la primera edición de la primera edición, 1636, Prologo de Sonia Corcuera De Mancera, 2ª. Edición, México: CONDUMEX, 1994.

Long Janet, Conquista y comida. Consecuencias del encuentro de dos mundos, México: UNAM, 1997.

Lujan Néstor, Viaje por las cocinas del mundo, España: salvat, 1972

Mckenna Terrence, El manjar de los dioses. La búsqueda del árbol de la ciencia, del bien y del mal. Una historia de las plantas, las drogas y la evolución humana, Barcelona, España: Paidos, 1993.

Milton Ketherine, Primate Diets and gut morphology: implications for Hominid evolution, en: Food and evolution. Towar a theory of human food habits, Philadelphia: Temple University, Pres, 1981.

Mintz Sydney W., Dulzura y poder. El lugar del azúcar en la historia moderna. México: Siglo XXI, 1996.

Molinar Rita, Dulces mexicanos. Prólogo de Heriberto García Rivas. México: Prax-México, 1991.

Morales Pardo Luz Marina (Coordinador académico), Jesús Joel Peña Espinosa (coordinador técnico), El pan y sus molinos en la Puebla de los Ángeles, Puebla: Archivo General municipal, 1997.

Muir Edward, Fiesta y rito en la Europa moderna, España: Complutense, 2001.

Nair K. N., Animal protein consumption and the sacred cow complex in India, en: Food and evolution. Towar a theory of human food habits, Philadelphia: Temple University, Pres, 1981.

Olivas Rosario, Las diez regiones gastronómicas de Perú, en: Patrimonio Cultural y Truismo. Cuadernos. Congreso sobre patrimonio gastronómico y turismo cultural en América Latina y el Caribe, Tomo I, México: CONACULTA 2002, p. 129- 135.

Ontiveros Enríquez Elsa Eugenia, Mi Santo Pascual Bailón, yo te ofrezco este guiso y tu atiza mi fogón: Breve historia del mole poblano, Tesina, Puebla: Universidad Iberoamericana Puebla, 2003.

Pilcher Jeffrey M., ¡Vivan los tamales! La comida y la construcción de la identidad mexicana, México: CIESAS, CONACULTA, 2001.

Quintana Patricia, Panorama Gastronómico de México, en: Patrimonio Cultural y Truismo. Cuadernos. Congreso sobre patrimonio gastronómico y turismo cultural en América Latina y el Caribe, Tomo I, México: CONACULTA 2002.

Ramos Yolanda, Religión y comida, en: Patrimonio Cultural y Truismo. Cuadernos. Congreso sobre patrimonio gastronómico y turismo cultural en América Latina y el Caribe, Tomo I, México: CONACULTA 2002.

Reinoso Ron Javier, tratado de alimentos y bebidas I, México: LIMUSA, 2004.

Ruiz Lombardo Andrés Cafecultura y economía en le comunidad totonaca, México: CONACULTA 1991.

Ruvalcaba Mercado Jesús, Vida cotidiana y consumo de maíz en la huasteca veracruzana, México: Cuadernos de la casa chata, SEP, 1987.

Sahagún Bernardino De, Historia General de las Cosas de Nueva España, 5ª. Edición, México: Porrúa, 1982.

Sánchez Gómez Armando, Ch'ul awal ts'un ixim yu'un jme'tatik. Creencias de nuestros padres en la siembra del maíz, México: Instituto Nacional Indigenista, 1998.

Santamaría, Francisco J., Diccionario de mejicanismos, México: Porrúa, 1959,

Senz Bueno Silvia, Normas de presentación de originales para la edición. Originales de autoría y originales de traducción", España: Trea, 2001.

Sheldon Margen, The wellness Enciclopedia of food and nutrition. How to buy, store and prepare every variety of fresh food, Nee York: Univesity of California at Berkley, 1990.

Simeón Rémi; Diccionario de la lengua náhuatl o mexicana. México: Siglo XXI, 1996.

Stoopen María, El universo de la cocina mexicana, F. C. E., Fundación BANAMEX: México 1988.

Suárez F. Maria Cristina, La dulce Puebla. Los dulces de Puebla, Puebla: Secretaria de Cultura Puebla, Gobierno del estado de Puebla, 1991.

Tousaint-Samat Maguelonne. A history of food, Oxford, England: Blackwell, 1997.

Vargas Raúl, La cocina del Perú, en: Patrimonio Cultural y Truismo. Cuadernos. Congreso sobre patrimonio gastronómico y turismo cultural en América Latina y el Caribe, Tomo, México: CONACULTA 2002, p. 139- 145)

Yáñez García Mario, El cacao, origen, cultivo e industrialización en Tabasco. Tabasco, México: Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, Centro de investigación de ciencias agropecuarias, 1994.

Zolla Carlos, Elogio del dulce. Ensayo sobre la dulcería mexicana. México: F. C. E., 1988

HEMEROGRAFÍA

Barros Cristina, Por los dulces caminos de México, en: Guía México desconocido “La dulcería mexicana”, 50, (1999), 56- 63.

Carrillo Ana María, La cocina del tomate, frijol y calabaza, México: Clio, 1998

Benítez Muro Ana, Del cacao al chocolate, México, Clío, 1998.

Claudia de México, Vamos al mercado, Número 2, noviembre de 1965, pp. 76-80.

Claudia de México, Azúcar y tradición, Cocina, no. 14, noviembre de 1966, pp. 80-83.

Claudia de México, no. 27, diciembre de 1967, p. 7

Claudia de México, estufas..., febrero de 1969, no. 41, pp. 37- 38

Lavín Mónica, Cocina virreinal novohispana. Dulces hábitos. Golosinas del convento, tomo I, México: Clío, 2000.

Loreto López Rosalía, Colección Cocina virreinal novohispana, Un bocado para los ángeles. La cocina en los conventos, tomo II, México: Clío, 2001.

Gortari Krauss Yuri de, Edmundo Escamilla Solís, Colección Cocina virreinal novohispana, Guisos y golosos del barroco, tomo III, México: Clío, 2001.

González de la Vara Fernán, Yoko Sugiura, La cocina mexicana a través de los siglos, México antiguo, tomo I, México: Clío Fundación Herdez, noviembre 1996-1997.

González de la Vara Fernán, La cocina mexicana a través de los siglos, Época prehispánica, tomo II, México: Clío Fundación Herdez, noviembre 1996- 1997.

Brockmann Haro Carlos, La cocina mexicana a través de los siglos, Mestizaje culinario, tomo III, México: Clío Fundación Herdez, noviembre 1996- 1997.

Long Janet, La cocina mexicana a través de los siglos, La nueva España, tomo IV, México: Clío Fundación Herdez, noviembre 1996- 1997.

González de la Vara Martín, La cocina mexicana a través de los siglos, Tiempos de guerra, tomo V, México, Clío Fundación Herdez, noviembre 1996- 1997.

Gumá Montalvo Mariana, Sobre mesas que nunca preguntan, en: Nacional Geographic en español, Televisa, Enero de 2005

Mercado T. Cecilia, Gastronomía poblana, en: Puebla mágica, año 1, número 2, Fundación Amparo, noviembre de 1991.

Reid T. R. Cafeína. La droga perfecta, en: Nacional Geographic en español, Televisa, Enero de 2005

Suárez F. Maria Cristina, El proceso del azúcar, en: Guía México desconocido “La dulcería mexicana”, 50, (1999).

Ruvalcaba Alonso, <<Collige, virgo: vegetale eróticos>>, la jornada, 2 de noviembre de 2006, p.9 a.

De la redacción, <<Debe difundirse el consumo de chocolate en todo el país, considere arqueólogo>>, *La jornada* (México); 27 de julio de 2006, 10 a

Olivares Juan José, <<Gula convoca a la gran comilona de las revoluciones>>, La Jornada, (17de noviembre de 2005, p. 10 a.

Salinas Juan Pablo, <<El arroz vaporizado; descubre sus ventajas>> suplemento dominical “al fin de semana”, 27 de marzo de 2005, p. 3.

————— <<Cristal de caña>>, El Sol de Puebla, suplemento dominical “al fin de semana”, 16 de marzo de 2003, p. 2.

————— <<La miel>>, El Sol de Puebla suplemento dominical “al fin de semana”, 27 de abril de 2003, p. 8.

————— <<Golosinas a la mexicana>>, El Sol de Puebla suplemento dominical “Al fin de semana”, 24 de agosto de 2003, p. 11.

————— <<Repostería aristócrata>>, El Sol de Puebla suplemento dominical “Al fin de semana”, 31 de agosto de 2003, p. 7.

————— <<Pasión sabor chocolate>>, El Sol de Puebla, suplemento dominica “Al

fin de semana”, 7 de septiembre de 2003, p. 6.

_____ <<De México para el mundo. (Pasión sabor chocolate II)>> El Sol de Puebla, suplemento dominical “Al fin de semana”, 14 de septiembre de 2003, p. 2.

_____ <<Dulces para morirse>>, El Sol de Puebla, suplemento dominical “Al fin de semana”, 19 de octubre de 2003, p. 6.

_____ <<Postres a la mexicana>>, El Sol de Puebla, suplemento dominical “Al fin de semana”, 2 de noviembre de 2003, p. 11.

Dueñas Vicente, <<Los maíces de San Miguel Canoa>>, El Sol de Puebla, suplemento dominical “Al fin de semana”, 19 de febrero de 2006, p. 4

Montiel Liliana, <<Amaranto, un cereal muy nutritivo>>, El Sol de Puebla, suplemento dominical “Al fin de semana”, 2 de abril de 2006, p. 8.

_____ << ¿Cuál es el origen y la historia del té?>> El Sol de Puebla, suplemento dominical “Al fin de semana”, 9 de abril de 2006, pp. 4-5.

Literatura gris

Almanaque: UNPASA/ azúcar, S.A.: Almanaque dulce, serie de 1936 a 1956, México UNPASA., 1938.

Almanaque: UNPASA/ azúcar, S.A.: Almanaque dulce, serie de 1936 a 1956, México UNPASA., 1940.

Merlo Eduardo, “El alimento que nos heredaron los dioses”, en Del vino, Especial gastronómico del estado de Puebla, H. Ayuntamiento del estado de Puebla, 1996-1999.

Recursos electrónicos

Sitio web, <http://www.pitonisas.com.ar/calendarios/>, (México) (en línea), (12/11/05)

Sitio web, <http://cangalaya.tripod.com.pe/josecagalaya/id9.html>, (México), (en línea), (06/10/05)

Sitio web, [http://sepiensa.org.mx.contenidos/historia mundo/antigua/roma/dioses/dioses.htm](http://sepiensa.org.mx.contenidos/historia_mundo/antigua/roma/dioses/dioses.htm), (México), (en línea), (10/10/05)

Sitio web, http://proveedores.restaurantesdeMéxico.com.mx/provee_sugerencias/24junio05.cfm, (México), (en línea), (23/10/05)

Sitio web <http://www.afuegolento.com/noticias/81/firmas/jimena/3127/>, (México) (en línea), (13/09/05)

Sitio web, http://www.pascualinonet.com.ar/la_papa.htm(México), (en línea), (05/10/05)

Sitio web,
<http://www.buenasalud.com/lib/showDoc.cfm?LibDocID=3430&ReturnCatID=5>.
(Mexico), (en línea), (02/02/06)

Sitio web, <http://etimologias.dechile.net/?fri.jol> , (Chile), (en línea), (10/11/05)

Sitio web,
<http://www.viarosario.com.ar/viagourmet/noticiasgourmet.asp?idNota=49>, (Argentina),
(en línea), (03/03/06)

Sitio web, <http://club2.telepolis.com/pastranec/interesantes/calengri.htm>, (México), (en línea), (03/03/06)

Sitio web, <http://eureka.ya.com/altair1960/index-25.html>, (México), (en línea), (03/03/06)

Sitio web, <http://html.rincondelvago.com/arroz.html>, (México), (en línea), (17/09/05)

Sitio web, http://es.wikipedia.org/wiki/Calendario_chino, (en línea), (17/03/06)

Sitio web, <http://servicios.elcomerciodigital.com/gastronomia/>, (México), (en línea), (03/03/06)

Sitio web, <http://www.euroresidentes.com/Alimentos/remolacha.htm>, (en línea), (03/04/06)

Sitio web, <http://www.eufic.org/sp/food/pag/food29/food294.htm>, (en línea), (03/04/06)

Sitio web, <http://www.ivu.org/spanish/news/2-97/sugar.html>, (en línea), (03/04/06)

Sitio web, <http://www.zonadiet.com/nutricion/bioquimica.htm>, (México), (en línea), (05/04/06)

Programa, La ruta del sabor, Comalcalco, Tabasco. Productor Carlos Prieto, Conductor: Miguel Conde, SICOM, 8 de agosto de 2005.

Anexos

ANEXO 1

EL TIEMPO DEL CHOCOLATE

Año, mes, día	Acontecimiento
1493	Cristóbal Colón llevó a España desde la isla de Cuba el frijol.
1494	En la isla Isabela, Cristóbal Colón pidió a los reyes católicos que fueran sembradas plantas de azúcar.
1502	Cristóbal Colón y su tripulación encuentran una embarcación de cacao para comerciar.
1919	Es introducida la caña de azúcar en la Nueva España. Las tropas de Cortes fueron sitiadas cerca de Cintla, en unas huertas de cacao.
1525	Fueron otorgadas varias mercedes de tierras para la instalación de molinos de trigo.
1528	La corona española decidió controlar la zona del Soconusco.
1529	Hernán Cortes llevó a España los primeros árboles de cacao.
1535	El virrey Antonio de Mendoza es recibido por Cortes en México con un banquete en cual se utilizó cacao preparado de acuerdo a la usanza indígena.
1538	Hernán Cortes y el virrey Antonio de Mendoza organizaron un banquete con motivo de la firma de paces entre los monarcas Francisco I de Francia y Carlos V.
1570	Felipe II envió a Francisco Hernández para estudiar la naturaleza mexicana y recopilar datos sobre sus usos medicinales.
1581	Entra el azúcar en los conventos
1585	Sale de la Villa Rica de la Veracruz con rumbo a Sevilla el primer embarque de cacao.

- 1591 El doctor Juan de Cárdenas escribió “*problemas y decretos maravillosos de las indias*”.
- 1622 Legó la primera remesa de cacao a Veracruz.
Lorenzo Brancaccio y los jesuitas dictaminó que el chocolate es una bebida como cualquiera otra, con lo cual es permitido tomarla durante la cuaresma.
- 1624 Joan Fran Ranch hizo un escrito en cual condenaba el uso del cacao porque inflamaba las pasiones.
- 1625 Bernardo Salazar y Frías, obispo de Chiapas prohibió tomar chocolate en la catedral de esa ciudad, debido a eso, fue envenenado con chocolate.
- Diciembre 1 Fue concedido a Pedro Hernández Paniagua permiso para instalar un mesón.
- 1631 Antonio Colmenero de Ledesma escribió “*Curioso tratado de la naturaleza y calidad del chocolate*”, el cual, posteriormente fue traducido en ingles en 1640, en latín en 1644 y en francés en 1671.
- 1635 Debido a una escasez de cacao, el virrey mandó construir la alhóndiga de la ciudad de México, con la finalidad de almacenarlo y distribuirlo paulatinamente.
- 1650 Llega el chocolate a Inglaterra.
- 1651 Fueron impresas las “*resoluciones morales*”, en las cuales se aclara que gracias a los jesuitas, el chocolate no era motivo pata romper en ayuno eclesiástico.
- 1655 Los inglese tomaron la isla de Jamaica, donde encontraron plantaciones de cacao.
- 1670 hubo una epidemia en las islas del caribe que destruyó las plantaciones de cacao.
- 1671 Aparece el tratado sobre “*L’Usage du Café, du Thé et du chocolate*”, en Lion, sin nombre de autor.
- 1684 Jonh Esquemeli afirmó en su libro “*Bucaners of America*” sobre una incursión en Guayaquil en la cual relata como robaron un poco de chocolate.

- 1701 Un viajero ingles publica "*Chois Remark*", *Observaciones selectas* en el cual menciona como los españoles elaboran el chocolate.
- 1727 Se hace el primer intento de crear leche con chocolates cuando Nicholas Sanders combinó un poco de licor de cacao con el mencionado líquido.
- 1753 El botánico Carlos Lineo dio al cacao el nombre de theobroma cacao.
- 1765 Fue fundada en Alemania la fábrica de chocolates "Stinhund".
- 1774 La corona española estableció en los conventos la vida comunitaria.
- 1775 Doret inventó en Francia un molino hidráulico para cacao.
- 1784 Fueron matriculados los vendedores de dulces, debido al aumento de vendedores ambulantes.
- 1789 Daniel Peters sacó al mercado la primera barra de chocolate con leche.
Rudolph Lindt inventó la Concha, la cual mejoró el método y calidad en la elaboración del chocolate.
- 1790 Se empieza a cultiva café en México.
- 1819 Fracois Cailler abrió la primera fábrica de chocolates en Suiza.
- 1820 El gobierno mexicano intentó reanimar la producción de cacao mediante decretos y descuentos fiscales a quienes tuvieran en producción sus plantacione.
- 1824 Trasplantaron los portugueses árboles de cacao forastero a Sao Toé, en Brasil.
- 1828 Johannes Conrad Van Houten inventó una máquina capaz de extraer la mayor cantidad de manteca cacao, y a los que quedó lo llamó cocoa.
- 1845 Fue emitido un decreto en el cual se validaba al cacao como moneda ante la escasez de cobre.

- 1847 Francis y Joseph Store Fry descubrieron la forma para fabricar barras de chocolate macizo.
- 1853 septiembre 28 Manuel Gutiérrez de Rojas introduce y utiliza en México la primera máquina para hacer chocolate.
- 1859 julio 26 Julián González registró la patente de un molino de nixtamal.
- 1860 Fueron patentados en México los primeros molinos de maíz. Se exportaron dulces y azúcar a Perú y España.
- 1888 Aparece editado en Paris *“el nuevo cocinero mejicano”* en forma de diccionario.
- 1895 Se modernizó la industria azucarera.
- 1896 Un empresario danés por primera vez utiliza la grasa vegetal en la fabricación del chocolate.
- 1906 Fue fundada en México la fábrica “La esmeralda”.
- 1921 Secretaría de educación diseñó programas en los cuales se daba a niños pobres desayunos gratuitos.
- 1922 Fue fundada en México la fábrica “La suiza”.
- 1923 Fue fundada en México la fábrica “Larín”.
- 1932 De nuevo se moderniza la industria azucarera.
- 1938 Se instalan en México las fábricas “Luxus”, “La azteca”, “La cubana”, “La popular”, “La colonial”, “La estrella” y “El vapor”.
- 1942 Fue creada la Secretaría Nacional de Nutrición.

ANEXO 2

ALGUNAS RECETAS

Arroz con leche (6 a 8 personas)

Ingredientes:

1 taza de arroz remojado, lavado y escurrido

4 tazas de agua

1 rajita de canela

1 cascara de naranja o limon

1 lata de leche condensada la lechera

2 yemas

¼ de pasitas

Canela molida al gusto

Preparación:

Ponga a cocer el arroz con el agua con el agua, la canela y la cáscara de naranj. Ya cocido agregue la leche condensada y las yemas; mezclando bien para que las yemas no se cuezan, por último añada las pasitas.

Deje hervir 15 minutos y retire del fuego, espolvoree canela a gusto. Deje enfriar y sirva.

Marquesote (6 a 8 personas)

Ingredientes:

1 taza de harina de trigo

1 taza de harina de arroz o maicena

1 cucharadita de royal

¾ de taza de azúcar más una cucharada (aparte 3 cucharadas)

8 huevos separados

½ taza de mantequilla derretida

Azúcar glass al gusto

Preparación:

Precaliente el horno a 375° f. o 175° C durante 30 minutos. Engrase, enharine o empapele un molde para panqué de 8 – 13 X 40- 45 cm. o 2 moldes pequeños. En un molde cierna dos veces las harinas y el royal junto con el azúcar. Separe los huevos y bata ligeramente las yemas. Aparte suba las claras a punto de turrón y rocíe las 3 cucharadas de azúcar. Con cuidado vaya envolviendo las yemas a las claras suavemente. Envuelva la mantequilla derretida para obtener una masa esponjosa.

Vierta la pasta en el molde y horneela durante 30 minutos o hasta que se pruebe con un palillo y este salga limpio. Pase el molde a una rejilla y deje enfriar el marquesote durante 10 minutos; después desmóldelo.

Presentación:

Espolvoreé azúcar glass al marquesote y sirvalo en una charola. Acompañelo con café negro o chocolate batido.

Muéganos

Ingredientes:

Agua,

Anís,

Manteca de puerco,

Canela molida,

50 gramos de carbonato,

10 kilogramos de harina,

Una pizca de sal.

Preparación:

La canela molida se endulza con piloncillo. Todo se mezcla y amasa. Se hace una tira, delgada y redonda se corta y aplana. Se hornea a 360° se ponen en una tabla con obleas en la base, para que los mueganos no se peguen a la tabla.

Se disuelve el piloncillo en agua por 20 minutos.

Se enmielan los mueganos y se espolvorean con canela y se envuelven en papel de china.

Capirotada

Ingredientes:

4 bolillos partido en rebanadas

2 panochas de piloncillo

½ taza de cacahuate pelado

½ taza de pasas

1 taza de queso añejo, partido en cuadros

1 rama de canela

1 cucharada sopera de grageas de colores

Aceite para freír

Preparación:

Hierva el piloncillo en dos tazas de agua para formar una miel dore las rebanadas de pan en aceite y quite el exceso de grasa poniéndolas sobre una servilleta de papel.

En una cazuela coloque una capa de rebanadas de pan, cúbralas con pasas cacahuates y trozos de queso, luego ponga otra capa de pan, pasas, cacahuates, etc. y así sucesivamente. Bañe con la miel. Ponga la cazuela a baño María una ½ hora para que se suavice el pan; espolvoree con grageas de colores.

Corundas

Ingredientes:

1 kilo de masa de maíz
1 pizca de tequesquite
1 taza de leche
1 taza de manteca
Cáscaras de 8 tomates
Hojas verdes de maíz
Sal.

Procedimiento:

Hierva las cáscaras de tomate en una taza de agua con una pizca de tequesquite. Mezcle el agua e cáscaras de tomate con la leche. Bata la mezcla hasta que esponje y agregue poco a poco la mezcla de la masa; añada sal al gusto.

Con la hoja de elote forme un cucurucho y rellénelo con un poco de masa; cierre el cucurucho con el extremo de la hoja para formar un triángulo ligeramente aplastado.

Cueza los tamalitos al vapor durante una hora. Sírvalos calientes, sin hoja, con salsa de chile y con crema.

Papadzules

Ingredientes:

12 tortillas frescas
1 taza de pepita verde molida
250 g. de pulpa de jaiba
1 taza de caldo de pescado
4 huevos
2 jitomates
½ cebolla
3 dientes de ajo

1 rema de epazote

Aceite de oliva para freír

Preparación:

Se calienta el aceite de oliva y se pone a freír el ajo. El jitomate se asa, se pela y se le quitan las semillas. Se muele con la cebolla y la mezcla se sofríe con el ajo ligeramente dorado.

Los huevos se ponen a cocer.

La pulpa de la jaiba se limpia y se deja en el fugo hasta que se consuma.

La pepita molida se pone en un recipiente y se le va agregando el caldo de pescado caliente, poco a poco para que no se hagan grumos. Se pone al fuego y se mueve constantemente, siempre para el mismo lado a fin de que no se corte. Se agrega el caldo hasta tener una consistencia de salsa espesa.

Las tortillas se fríen y se rellenan con la pulpa de la jaiba formando tacos. Se colocan en un plato y se rocían con la salsa de pepita.

Los huevos duros se pican y con ellos se decora el platón.

Corona de frijol (8 a 10 personas)

Ingredientes:

½ de frijol bayo o canario, limpio

3 – 4 tantos de agua caliente

2 cucharadas de manteca

1 cebolla mediana cortada

1 cabeza de ajo partida a la mitad

Sal al gusto

3 manojos de cilantro atados

1 ¼ de manteca o aceite

1 cebolla grande picada finamente

4 jitomates grandes molidos

1 cebolla mediana molida
4 dientes de ajo molidos
4-6 chipotles adobados molidos

Preparación:

Ponga en la estufa una olla de barro con los frijoles y agua caliente. Incorpore la manteca y ajo. Cocine a fuego medio hasta se suavicen los frijoles. Sazónelos con la sal y el cilantro, continúe con la cocción hasta que espese. Retírelos de la lumbre, déjelos enfriar, saque las hierbas y aplástelos o muélalos. Una vez hecho el puré ponga a calentar una cazuela o cacerola. Agregue la manteca y dore la cebolla picada, el jitomate molido con la con la cebolla, los dientes de ajo y los chipotles adobados. Cocine la salsa hasta que espese e incorpore el frijol molido y refría todo hasta que forme una pasta y queden chinitos; durante la cocción sazone con sal y retírelos.

ANEXO 3

ENTREVISTAS

Ech1

-¿Cómo se hace la cobertura para hacer el chocolate?

Quieres saber lo que es la materia prima.

-Si

El 80% es azúcar, el..., probablemente el 50 es grasa vegetal, grasa, el 10 es cocoa, leche en polvo, lleva cantidades muy pequeñas de licetina, sal, esencia de vainilla y esos son los ingredientes.

-¿Cuál es el procedimiento?

Se tienen que calentar las máquinas, la grasa vegetal se calienta, se tiene que echar en la máquina y empezamos a echar el azúcar con la grasa a que empiece a diluirse y conforme la máquina revuelve el azúcar con la grasa y cuando ya está integrada la grasa, se le incorpora a la grasa la sal y la leche en polvo y la licetina y hasta el último la vainillina se deja en la máquina como ... como vamos viendo que va quedando conforme va ella pidiendo grasa y la dejamos en la máquina como una media hora o tres cuartos de hora ha que esté rodando ahí hasta que ya está tersa la dejamos el tiempo que necesita y ya la sacamos de la máquina

-¿Cuántos tipos de cobertura hay?

Esta es cobertura corriente, las finas nosotros no las hacemos en lugar de grasa vegetal llevan pura manteca de cacao, más cantidad de cocoa, cocoa de mejor clase, cocoa de dos una más cara y otras que es más barata, pero ya en la cobertura fina. Nosotros no podemos hacer la cobertura fina por que necesitamos un molino pulverizador; que saque el azúcar totalmente polvo,

aunque el azúcar que yo ocupo horita, aunque es azúcar glass, no es azúcar pulverizada, esa solamente e con un molino de azúcar especial que hay y por ejemplo la cobertura fina la compro a la esperanza, a la Corona, y nosotros nada mas hacemos la corriente.

-¿Cuánto tiempo tienes en este negocio?

En este negocio tengo como unos veinte años. Estábamos muy bien, pero de que empezó el problemas de las globalización, empezó a bajar las ventas y a tener problemas a raíz de los de hacienda y que tuve muchos gastos, entonces... si es negocio esto por que mira por ejemplo yo invierto en hacer dos bultos y medio de azúcar, y todo lo que lleva me llevo como unos tres mil pesos, y le he de sacar; hora quiero sacar una cuenta para ver cuanto, pero simplemente ve cuanto llevamos, cuanto entregamos y todavía nos quedó cobertura, el problema, mí problema horita es que los gastos y la venta no es estable, puedo vender y puedo no vender y cuando no vendo es cuando me acabo la existencia anterior. Ósea que si siempre vendiera siempre, siempre como antes, tu te acuerdas como se iba la camioneta llena pero como vamos ahora.

Si antes hacíamos doscientas paletas o trescientas en un día ya hora hacemos ciento cincuenta o cien por que para que hacemos mas si no las vamos a vender y antes si, teníamos que estar duro y duro por que acabábamos de una moldeada y empezábamos con la otra por que vendíamos mas y teníamos que producir mas ahora vamos haciendo lo que se va vendiendo y eso a mí me cuesta por que le estoy pagando a Irma un sueldo que hasta cierto punto no le venga

-¿Cuando no hay azúcar que haces?

Tengo que darme ideas, sin el azúcar no hago nada, me acuerdo que muchos años que casi no había azúcar y en donde nos la vendían no te vendían mas de cuatro bultos, que tu mamá, Norma, Ari, tu papá, y Miguel tuvieron que ir

todos y pedir cada uno cuatro bultos para que nosotros pudiéramos trabajar, sin azúcar y sin grasa vegetal sencillamente ya no se puede hacer nada.

Nada se puede sustituir, lo único que se puede sustituir es la esencia, por ejemplo, en lugar de vainillina se puede echar canela, u otro tipo de esencia, pero la licetina la cocoa las grasas vegetales, el azúcar no habiendo hecho eso no se puede hacer nada

-¿Con que tipo de grasas vegetales trabajases una grasa?

La grasa con la que la hacemos es una grasa especial a base de coco, no es una grasa como la del pan, que es de algodón, es otro tipo de grasa vegetal especial, si no consigo la grasa esa no puedo hacer nada

-¿Y cuál es tu competencia?

Pues aporíta realmente ya nadie hace paleta más que yo, antes había varias; estaba Rosy y otros que habían paleta, pero ya últimamente como yo doy más barato que ellas ya no, quien sabe en México si la sigan haciendo. A parte de que a los niños como que ya no les gusta la paleta ya les gustan productos que les son más atractivos como lo que veo que ahora venden mucho son esos botecitos que traen esencia de limón, el tamarindo también se vende muchísimo, los malvaviscos, el cacahuate, todo tipo de cacahuate se vende muy bien

Todo es distinto hay que aprender a hacerlo y tener la maquinaria para hacerlo por que todos son distintos procedimientos y distintas cosas.

-Y hablando de los cacahuates me acuerdo cuando hacían la pasita ¿era la misma cobertura?

Ahora ya no se pueden hacer esos productos de bombo, por que la grasa vegetal de ahora ya no es como la de antes que era líquida, antes quedaba muy bonito y brillaba pero ahora ya no. No se ahora como lo hagan por que sigue habiendo pasita no se si haya una cobertura especial o haya algo que no se que se le hecha a la cobertura para que se haga líquida, ósea que para

hacerlo trampado, pues es fácil por que bombo, ya horita no hay bomberos, los que trabajan el bombo ya son muy pocos es un oficio que ha poco a poco ha ido desapareciendo con el tiempo, todavía hay por que las farmacias ocupan los bombos para todas las pastillas cubiertas nada mas que nosotros dejamos de hacer eso por que ya no nos brillaba bonito, al no brillar bonito, o sea que la cobertura ya no viene como antes ahora ya es distinta, ahora ya es otra

-O sea que todo lo que seria el dulce confitado se hace con el bombo?

Si, ahora ya ahí unos bombos modernísimos, y me dijeron a mi que ahora cuando hacen la pasita, le echan la cobertura con una compresora especial y ya no con la mano, si no con una compresora el problema es la cobertura que ya no es la misma a hora, quien sabe como le harán ahora, antes teníamos que para trabajar la cobertura la teníamos que enfriar demasiado ahora hasta con la cobertura caliente puede uno trabajar y brilla,

-¿Entonces en cada chocolate hay diferentes tipos de cobertura?

Si y distintos tipos de fábricas a mí por ejemplo me gusta comprar la en la esperanza por que su cobertura es mejor en su sabor y todo, antes ocupaba yo la corona pero hora ya esta muy espesa y le tenemos que poner manteca de cacao para diluirla y tiene menos brillo y la esperanza no pero hay muchísimas fabricas que fabrican la cobertura la jiralda todas las fabricas que hacen productos hacen cobertura

Para empezar este negocio se necesita un capital grande para tener una variedad de productos y sobre todo propaganda etiquetas todo pero yo siempre he carecido económicamente todo lo he tenido que hacer con poquito

Hay muchos factores y para que un negocio de este tipo prospere y triunfe se necesita pues un poco de capital par poder modernizarlo por que lo que tu quieras hacer tienes que buscar quien te lo venga a enseñar los secretos que tu no sabes por ejemplo si yo quisiera seguir haciendo la pasa pero necesito

busca un bombero que viniera y me enseñara y eso tiene que ser en México por que aquí casi no hay fabricas.

Ech2

-Señora Irma ¿Cuánto años tiene usted de trabajar en el negocio de los chocolates?

Uy... tengo... desde que tenia yo como 13 años de trabajar en el negocio de los chocolates, pero con tu tía tengo pues casi desde que empezó.

- ¿Qué me puede decir acerca de cómo se hace la cobertura para el chocolate?

Bueno mira yo la hago al tanteo por que así de decirte exactamente las cantidades no las sé, pero lleva por ejemplo la de tu tía lleva grasa vegetal, azúcar sal, leche en polvo y lecitina y esencia de vainilla y todo los revolvemos en la maquina y la dejamos que se revuelva bien y según este espesa le ponemos grasa o lecitina te digo según como veamos que este de espesa y cuando ya esa la sacamos de la máquina y la ponemos en las latas y la dejamos que se enfríe para que la podamos traer del terreno.

-¿Y por ejemplo en la cobertura de la cereza y el enjambre?

A esa no es igual, bueno es que todos los dulces son diferentes por que bueno con las señoritas con las que aprendí me fijaba como hacían las coberturas, pero solo las que podía ver cuando se descuidaban por que no te daban las recetas mas que de algunos cuantos dulces que ellas querían, por eso yo aprendí a hacer la cereza y el enjambre, el torino, que es parecida a la del enjambre, la pasita que vez que se necesita el bombo pero que la dejamos de hacer por que no le gustaba a tu tía que no brillaba por eso la dejamos de hacer.

El enjambre se echa cobertura en el baño y se calienta despacio y se va sacando poco a poco y se le echa la nuez picada y un poquito de alcohol y se

van haciendo conforme salen de tus dedos la señora me enseñó a hacer el enjambre porque vio que no me sudaba la mano, por que eso si, si se moja el chocolate se corta la cobertura y ya no sirve y se tiene que tirar.

La cereza tu ya has visto que ponemos en el cazo agua a calentar y cuando ya esta hirviendo le echamos el azúcar y luego esencia de cereza y un poquito de alcohol y lo dejamos que se enfríe y al otro día ponemos la cobertura en el baño y la dejamos que se caliente y cuando ya esta caliente tomamos con un espátula la cobertura y la echamos en los moldes, pero no los llenamos todos, si no que dejamos que se quede en las paredes de los moldes y los metemos al refrigerador y cuando ya están fríos los sacamos y con un embudo les íbamos echando el licor y los metemos otra vez al refrigerador para que se enfríen y luego con otra espátula las tapamos.

- y ¿Qué tanto les ha afectado la competencia con otras chocolaterías?
Pues aquí en Puebla casi no hay fabricas que hagan chocolates como tu tía, pero si las hay pocas, pero lo que mas nos ha afectado es que a los niños ya no les gusta la paletita que hace tu tía, les gustan esos dulces que pican re-feo de chamoy y pica limón, y eso dulces de tamarindo .

-y la pasita ¿Como hacían la pasita?

Esa era diferente por que poníamos la pasita en el bombo y le echábamos la cobertura, pero esa cobertura era liquida por eso también la dejó de hacer tu tía por que con la cobertura que salió ya no quedaba igual y le era muy difícil después encontrar la cobertura. Pero la echábamos en el bombo y la dejábamos que diera vueltas y le echábamos el aire con el tubo ese que esta arriba del bombo.

Se vendía bien pero ya no quiso hacerla tu tía.

Emp1

En la entrevista realizada a esta persona, ella dijo que quien hacía el mole en su casa era su mamá, pero como ella es grande, ya no puede hacerlo, pero fijándose en la forma de su preparación, menciona los siguientes ingredientes:

Almendras, pasas, ajonjolí, clavo, canela, cacahuete, plátano macho o largo, chile mulato, chile pasilla y chile ancho, pero si se quiere más picoso se puede agregar chile chilpotle. Todo esto debe freírse y molerse. Una vez frito, se incorpora el caldo del guajolote, que es el que le da el sabor y personalidad al plato.

También se debe tener una tortilla quemada, casi carbón, se muele y se pone en un recipiente con agua. Cuando ya está hirviendo la mezcla, se echa la tortilla. Esto es lo que en realidad le da color al mole.

Por otra parte, mencionó que los chiles son importantes en la preparación del mole, pues van a contribuir en gran medida en el sabor, estos deben ser un tanto dulces y, deben ser de San Martín, los originarios de San Luis Potosí, generalmente son amargos y cambian el sabor del mole. Ella indicó una forma específica de identificar a los chiles, sus semillas, para el caso de los primeros, es más clara, mientras en los segundos es mucho más oscura.

Asimismo, el mole es un platillo que no fácilmente se come, pues debido a lo laborioso de su preparación es poco frecuente su confección, cuando su madre lo hacía, ella y sus hermanos la ayudaban en la elaboración.

El momento en el cual lo consumían más, era en la fiesta de los muertitos (como ella llamó a esta celebración) y en alguna otra ocasión importante, en total unas dos veces al año lo comen. Cada vez que lo hace su madre, ella convida a sus

hermanos una bolita y cada quien lo arregla a su gusto. De igual refirió al mole como *“una comida que envicia a la gente, cuando una lo come y está sabroso, uno quiere más”*.

Además este es un platillo que dura mucho tiempo siempre y cuando sea hervido o frito constantemente, aproximadamente entre tres y ocho días se debe realizar esta acción, de lo contrario se echará a perder.

Asimismo, expresó su orgullo de que el mole sea uno de los platos más representativos de México, pero es el principal de Puebla.

Emp2

En la entrevista realizada a esta persona, ella mencionó los siguientes ingredientes para la preparación del mole:

Chile mulato, pasa, ajonjolí, canela, cacahuete, almendras, tomillo, orégano, ajo.

Las pasas, el cacahuete y las almendras se fríen. El chile debe ser tostado y desvenado y puesto en agua para que se ablande. El ajo se tuesta, el tomillo y el orégano se tuestan hasta quemarse, estos van a dar el color y sabor. Todo esto se lleva al molino, después se sazona todo y se agrega el caldo, el cual puede ser de pollo, guajolote o cerdo.

Se pueden poner otros chiles, pero eso depende del gusto, si se quiere muy picoso o no. En su familia, no se le pone plátano ni chocolate, pues, si queda dulce, no se lo comen.

Por otro lado, mencionó que este es un plato de rápida preparación, sin embargo se debe tener en cuenta el humor de la gente, pues si quien lo prepara se

enoja, el mole ya no hierve o se le junta la grasa, cuando se le en contenta, ya está listo.

Asimismo, se refiere a este platillo como tradicional de nuestro estado e incluso simbólico del mismo. Los puede haber rojos, verdes, o de otros colores, pero el mole poblano es sólo de Puebla. De igual manera dice que este es preparado en pocas ocasiones durante el año, pues sólo lo hacen en la fiesta de días de muertos y fiestas importantes de la familia o del pueblo.

Emp3

En la entrevista que se realizó, ella mencionó los siguientes ingredientes:

Chiles mulatos, pasilla, (si se quiere picosito, se usa el chile chipotle) almendras, cacahuates, pasas, una tortilla, pan o galletas marías o de animalitos, ajonjolí, anís, canela, chocolate, plátano macho o largo. Pollo o guajolote, aunque algunos también lo hacen de puerco.

Se tuestan los chiles, Se fríen (hasta que estén dorados, no quemados, porque entonces va a quedar amargo) las almendras, las pasas, los cacahuates y el ajonjolí. Después se lleva todo al molino y una vez molido, se sazona hasta formar la pasta y se mezcla con el caldo, el cual puede ser de pollo, guajolote o cerdo. Una vez cocido, se sirve con ajonjolí tostado.

También dijo que ella tiene un sobrino en el Pueblo en Tlaxcala, y que le tocó estar en una de sus fiestas, y en la preparación de este platillo, es muy difícil, pues desde temprano, hay que ponerse a tostar los chiles y freír las semillas ya mencionadas, para que después las lleven al molino. Después de esto, al llegar a su casa, se pone a hervir y, la costumbre de su sobrino y su esposa es que el pollo se cueza en el mole, pero ella les aconsejó que primero pusieran a cocer el pollo por separado.

Una vez listo todo, cerca de la una o dos de la tarde, cuando los invitados llegan a comer, se sirve. A manera de queja, mencionó que hay gente que llega hasta las nueve de la noche y que hasta a esa hora les tienen que servir.

Asimismo mencionó que este es uno de los platos que son de origen indígena, es muy sabroso y gusta mucho a la gente y, además de eso, es muy tradicional de nuestra ciudad y nos da a conocer en todo el país. Y que hoy, con el uso de la licuadora o del molino, es más fácil su elaboración, ya que antes todo se tenía que moler en metate, que por cierto, según ella, en este instrumento tiene mejor sabor que en molino.

Edul1

En la entrevista ella mencionó que su familia posee una fábrica de dulces de amaranto y, desde casi los diez años ella les ayuda en la elaboración de estos productos. Refiere a su madre como la responsable del negocio, el cual tiene muchos años de funcionar.

En la preparación de los productos necesitan azúcar y piloncillo miel de abeja, nuez, pasas, pepitas de calabaza, cacahuete y otras semillas hornos, tarimas (tablas en la que ponen los dulces a secar), moldes, espátulas, reglas, cortadoras, empacadoras, cajas, etiquetas.

Por otra parte menciona que el precio de los dulces es bastante inestable, como es el caso de su principal elemento, el amarrando, no tiene un costo fijo, pues este año fue vendido hasta en el triple de su valor normal, esto es, el año pasado les costó trece pesos el kilo, esta vez 39 pesos.

También refirió al amaranto como un alimento utilizado desde tiempos de los aztecas, porque contiene vitaminas y proteínas, lo comparó con la carne, el ejemplo

comentado por ella fue cuando su hermano nació, textualmente dijo lo siguiente: “Cuando mi hermano nació, mi mamá no tenía leche y para poderlo amamantar, mi mamá hacía atole de amaranto y si lo viera, está bien grandote”.

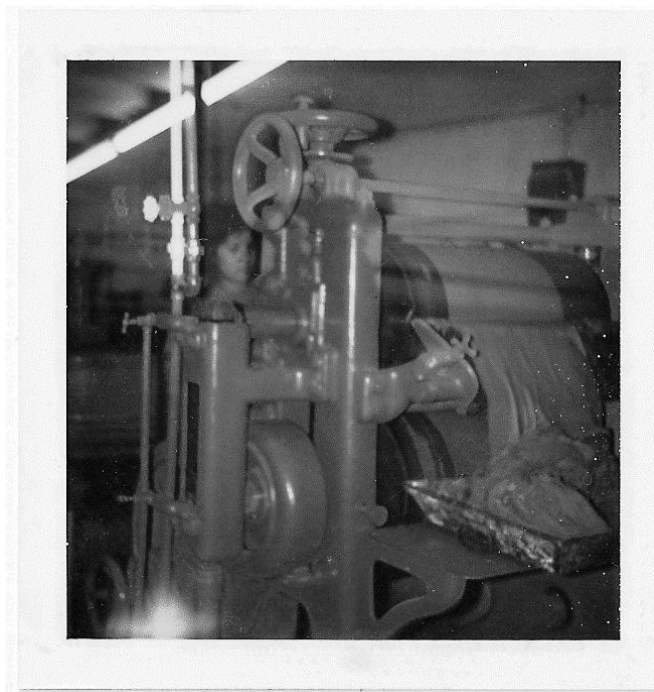
Asimismo, mencionó que la mayoría de los habitantes del pueblo se dedican a la producción de dulces de amaranto u otro tipo de dulces típicos.

ANEXO 4

IMÁGENES



Señora Margarita Sánchez en la elaboración de cobertura para chocolate en la mélangueur o mezcladora.
Acervo fotográfico de Aurelio Sánchez López



Proceso de refinamiento de la cobertura de chocolate.
Acervo fotográfico de Aurelio Sánchez López



Mélangeur o mezcladora para preparar cobertura de chocolate.
Taller de Margarita Sánchez López
Acervo fotográfico de Aurelio Sánchez López



Bombo, en él se pueden hacer las pasa con chocolate, las almendras confitadas, etc. es una bola hecha de cobre, con un hoyo en el centro.
Taller de Margarita Sánchez L.
Acervo fotográfico de Aurelio Sánchez López

"LA SUIZA"

(U. C. P. R. S.)

FABRICA DE DULCES Y CHOCOLATES

TELEFONOS: Ericsson 6-85-00; Mexicana, Q-08-00.

8a. DEGOLLADO, 195.

MEXICO, D. F.

APARTADO 8418.

EXTENSO SURTIDO DE: CAMELOS (macizo y relleno); COLACIONES, COMPRIMIDOS, CHOCHOS, CHICLES, PASTAS DE FRUTAS, PASTILLAS DE GOMA, BOMBONES VARIOS DE CHOCOLATE, CREMAS, CHOCOLATES ESPECIALES, PARA MESA Y POR PIEZAS ENVUELTAS, FRUTAS CRISTALIZADAS Y CAJAS DE FANTASIA.

Nuestros Productos se Imponen por su Calidad

Etiqueta. Fábrica la Suiza, 1925. Almanaque dulce, serie de 1936 a 1956 (1940).



Neptuno recibe de América el chocolate
Coe Sophie D., Michael D. Coe (2000)