

Alimentación y cultura en dos pueblos del sur de la Cuenca de México

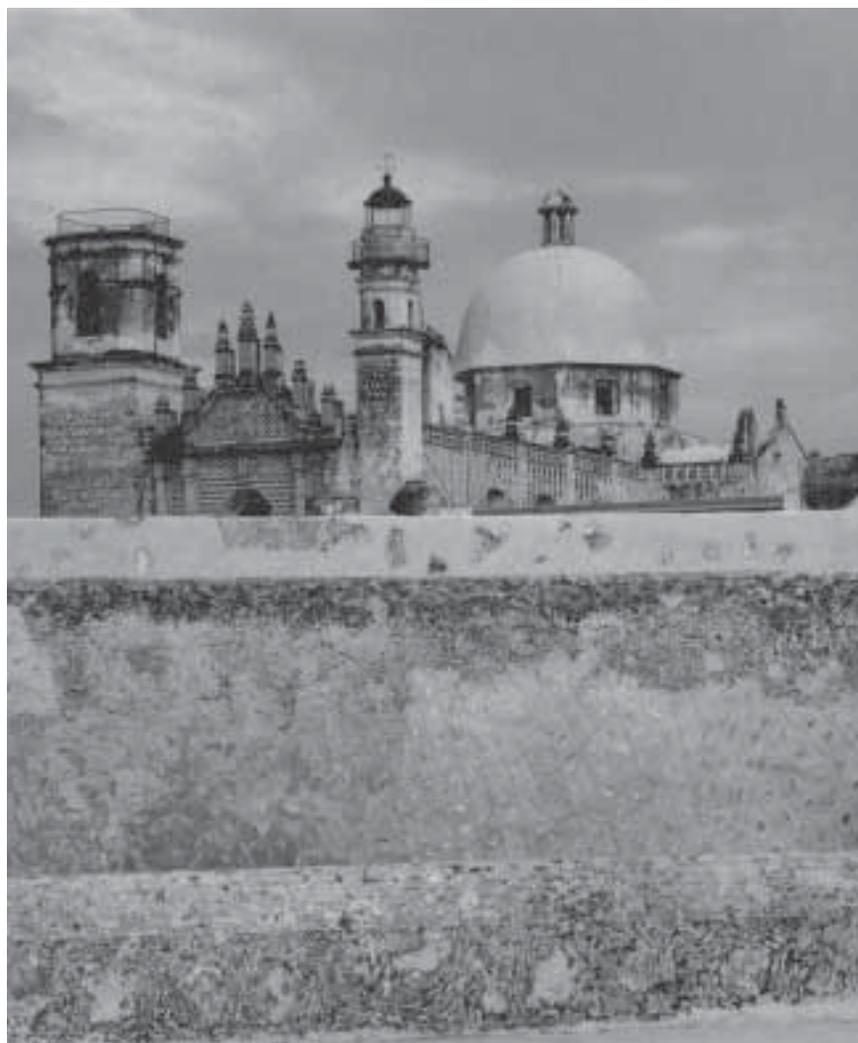
Maestra María de la Luz del Valle Berrocal

luzdel_valle@hotmail.com

Maestra Verónica Isabel Torres Cadena

vtorrescadena@yahoo.com

INSTITUTO DE INVESTIGACIONES ANTROPOLÓGICAS - UNAM



Templo de San José desde las terrazas del baluarte de San Carlos. © Arquitectura militar de México.

En este trabajo se hace una exposición de algunas reflexiones acerca de la dinámica cultural que vive la Ciudad de México, a través de las prácticas alimentarias de los pueblos del sur de la Cuenca, específicamente Milpa Alta¹ y Tláhuac.² Ambas investigaciones se basan en el enfoque

de cultura alimentaria, la cual toma en cuenta las costumbres, las representaciones, los aspectos sociales y también los gustos alimentarios. Los argumentos sobre de la cultura alimentaria revelan los comportamientos y hábitos alimentarios de los individuos.

Pocas regiones de América tenían recursos alimentarios no agrícolas tan abundantes como la Cuenca de México: la pesca, la caza, las aves, la extracción de la sal, la captura de ranas, ajolotes, pequeños crustáceos, moluscos e insectos diversos y larvas, así como algas y otras plantas acuáticas contribuyeron al enriquecimiento de la dieta y de la subsistencia de los habitantes de esta región hasta que lagos y pantanos se fueron desecando (Gibson, 1981), para readaptar nuevas formas de vida, donde los alimentos significan la fórmula indispensable para la supervivencia.

Las delegaciones de Tláhuac y Milpa Alta forman parte de la Cuenca de México y se ubican al sur del Distrito Federal y no obstante de tener origen lacustre, de pie de monte, de las chinampas y de la explotación agrícola en la alimentación, éstas presentan diferencias dignas de destacarse.

Milpa Alta, cuyas unidades, pueblos, barrios o colonias están constituidos por un conjunto de espacios sociales muy diversos, que han sido integrados a la rígida estructura delegacional buscan una cierta unidad, tanto histórica y social, como alimentaria.

El hábito alimentario de los milpalenses tiene que ver con su condición geográfica, su topografía irregular hizo de este lugar un territorio poco apetecible desde tiempos históricos. A diferencia de la mayor parte de los pueblos vecinos del oriente (el actual Estado

de México) y el nororiente (Morelos), no vivieron en el periodo colonial una presión sobre sus tierras por parte de los hacendados. Ello también tiene que ver con su cercanía a Xochimilco, que mantuvo por mucho tiempo su importancia en la producción chinampera, y que los españoles respetaron por no encontrar una alternativa económicamente viable (Gibson, 1981:60-75).

La revolución tuvo un impacto enorme en la zona, al representar una barrera natural entre la Ciudad de México y la región central del zapatismo en Morelos, hacia Milpa Alta se aplicó una estricta política contra-insurgente, que incluyó la quema de los pueblos y el desalojo total de la población, que fue obligada a peregrinar en terribles condiciones de miseria. En esas condiciones, la siguiente década (de los veinte) fue de reconstrucción de los pueblos y de los campos, los recuerdos de esos años son de privaciones y dificultades. Pero en la década siguiente, empezaron a llegar a Milpa Alta algunas importantes mejoras materiales, tales como la carretera México-Oaxtepec (1928), el agua potable (1935), la primera escuela secundaria (1938) y la luz eléctrica entre 1942 y 1952 (Chavira, 1949).

Las familias milpaltenses debieron echar mano de distintas estrategias para subsistir, además de ir variando los hábitos alimentarios, aunado a esto, el considerable impulso que se dio a la industria alimenticia durante la década de los cincuenta, con lo que llegaron hasta las comunidades más lejanas nuevos alimentos y bebidas industrializadas y envasadas, también se produjeron cambios en la dieta popular básica; quizá este fenómeno se haya resentido especialmente en la región de los pueblos nahuas debido a su cercanía con el Distrito Federal. Sin embargo, entre los productos cultivados de mayor consumo en Milpa Alta se encuentran la papa, el frijol, el chile, el haba, el maíz y el nopal. Este último tiene una mayor demanda, ya que a partir de la década de los años setenta, los milpaltenses encontraron que el nopal tenía gran aceptación entre los habitantes no sólo del Distrito Federal sino también de otros países. La demanda creció con rapidez y con ella la superficie sembrada. Se selec-

cionó la gran variedad adecuada a las condiciones del suelo y el cultivo dejó de limitarse a huertos familiares. Y esa planta se transformó en cimiento económico sólido para la región (Gomez-césar, 2000:47).

Los campesinos se dieron cuenta en corto tiempo que la nopalera sí producía ganancias y requería menos cuidados y tiempo, por lo tanto, cambiaron los sembradíos de maíz y otros, por nopaleras y comenzó una producción masiva desde hace 30 años aproximadamente (op.cit.:37).

El nopal-verdura³ posee características que permitieron su fácil adaptación en la zona: crece bien en los accidentados suelos de Milpa Alta, no requiere de riego y es fácil emplear abono de vaca y de borrego. Además, se produce prácticamente todo el año, pero es en invierno cuando mejores precios alcanza en el mercado.

La forma de prepararlos y combinarlos puede variar: asados con tortillas, en ensaladas, en sopas y cremas, con legumbres, con verduras, con queso, con huevo, con camarones, con pescado, con carne, con menudencias, en tamales y hasta en dulces, y postres. Asimismo, algunas plantas que se utilizan como condimento: epazote, hierbabuena, cilantro y las hierbas de olor (tomillo, mejorana y hojas de laurel), entre otras.

El maíz por su parte, se dejó de sembrar como primer cultivo hasta que la productividad del nopal fue mayor, aunado a que la zona tan accidentada está por debajo del límite de la sustentabilidad de la producción maicera.

El maíz se utiliza principalmente para hacer tortillas, tamales, gorditas, quesadillas, atoles, etcétera, y existe una gran variedad de ellos, por ejemplo el cacahuazintle, que se emplea para hacer pozole, mientras que el "azul" tiene mayor demanda para las tortillas. Los elotes se comen hervidos o asados con mayonesa, chile y limón.

El consumo del frijol se presenta más ampliamente, debido a que, en el desayuno, en la comida o en la cena, se utiliza como complemento de cualquier otra comida, pueden ser refritos o en caldillo y de acuerdo con la variedad es como se guisan; los negros, por ejemplo, se condimentan con epazote

y a veces les agrega chicharrón. La papa se consume en una gran variedad de guisados, ya sea frita, hervida o machacada para puré o "tortitas".

Las frutas forman parte del consumo diario y entre las más destacadas se encuentran: los ciruelos, chabacanos, limones, capulines, naranjas y plátanos, aunque estos últimos no sean cultivados en Milpa Alta.

El chile se consume con regularidad y se acostumbra prepararlo en formas muy variadas, como salsas, moles, caldos o solo, ya sea molido, asado o picado. Entre los que se utilizan con mayor frecuencia están: el serrano, el cuaremeño, el de árbol (fresco o seco), güeros, ancho, cascabel, guajillo, mulato y pasilla. También se consumen verdolagas, quelites, chayotes, calabazas con algún chile, acompañados con tortillas.

Sin embargo, la dieta de los milpaltenses presenta cambios de acuerdo con las posibilidades económicas que, aunado al avance acelerado de la tecnología, ha modificado de manera singular las estructuras sociales y por lo tanto, los hábitos alimentarios. El uso de la electricidad aplicada a numerosos inventos ha provocado cambios definitivos en el interior de los hogares, porque facilita a las mujeres muchas tareas que anteriormente les eran muy laboriosas. Su tiempo se libera y sus labores domésticas se hacen más ligeras; también la comida se simplifica, por ejemplo: todo se molía en metate, desde las especias y el chile para el mole, hasta el maíz de nixtamal para las tortillas, actualmente existen los molinos que lo hacen fácilmente.

Por lo tanto, la dieta diaria de las familias de escasos recursos se basa en frijoles, chiles, tortillas y té. Estos últimos regularmente obtienen sus alimentos de los productos que siembran; de las plantas silvestres que crecen en el campo; de los árboles frutales que cultivan en sus casas; de los hongos que recolectan en los montes en tiempo de lluvia, y de los animales que crían o que cazan. Se trata de una dieta variable e irregular y dependiente del ciclo agrícola vigente, en donde las mujeres se ocupan de todas estas tareas con excepción de la caza. Ellas recogen duraznos, tejocotes, chabacanos, capulines, higos y tunas; mientras

que en el monte, recolectan diversas clases de hongos como los: “escobeta”, “clavito”, “trompa de cochino”, “tejamanilero”, “guajitos”, “panza”, “ojo de venado”, “mezayale”, “duraznillo” y “yemita”, entre otros. Todos ellos se comen acompañados con tortillas, carne de puerco (puede o no llevarla), chile, epazote y uno o dos dientes de ajo.⁴ Sin embargo, hay que reconocer que algunos de ellos son venenosos y advertidos por tal fenómeno desde su corte: si el tallo se torna morado es peligroso comerlos.

También cuando van al monte, aprovechan y cortan algunas plantas que ya tienen identificadas para el té o agua de uso. Para la mayoría de la gente el té es muy importante, pues lo toman en el desayuno, cena o en la comida como sustituto del refresco, del agua de frutas o de sabor. El más común es el de canela, pero también consumen el de hojas de naranjo o limón, tabaquillo, te-limón, manzanilla, cabellos de elote, y el de toché, este último tiene una gran demanda y lo cortan en la parte baja del monte. Aunque también hay que mencionar que existe una gran variedad de hierbas para uso medicinal como el ajeno y el estafiate, para él estomago.

En cuanto a la carne, se consume esporádicamente en la comida diaria, pero se incrementa cuando existe alguna celebración de índole religioso (tener a cargo alguna mayordomía, primera comunión, bautizos y bodas, entre otras), cumpleaños y funerales. En estas ocasiones abunda la barbacoa, las carnitas, el mole, el revoltijo y los tamales de carne. Los distintos tipos de carne que se utilizan son sobre todo los de ovejas y cerdos, los que son sacrificados en el rastro junto con otras provenientes de zonas aledañas o de la cría local. Mientras que las aves de corral (gallinas y guajolotes), que tienen menor demanda, se obtienen básicamente del mercado de la zona y de la crianza de traspatio. La carne de res también se consume con frecuencia, aunque no necesariamente en algún tipo de evento. Son frecuentes el “caldo de res” y “mole de olla”, los cuales se preparan con la carne en trozos, huesos porosos y verduras como el chilacayote o calabazas, zanahorias, ejotes o elotes. Al primero se le

agregan garbanzos y al segundo chile pasilla previamente hervido y molido. Las vísceras de la res, también son aprovechadas en su totalidad, ya que se realizan guisados, como la “pancита”, tacos de “tripa” o “pancita en chile verde”, entre otros.

Entre los cultivos agrícolas más relevantes se encuentra la avena forrajera, el nopal, la alfalfa y en menor proporción el maíz.

Los hábitos alimentarios en Milpa Alta nos inducen a la cuestión de cómo –a través del tiempo- determinados productos alimentarios se fueron configurando históricamente como elementos integrantes de la cocina de los milpaltenses.

En lo que concierne a los habitantes de Tláhuac desde antes de la llegada de los españoles además de dedicarse a la caza de animales, la recolección de plantas y raíces también se ocupaban en la producción de alimentos a través de la agricultura en chinampas.

Algunos de los guisos que se elaboraban hasta mediados del siglo XX están por perderse como los locales lacustres y los de pie de monte, debido a que ya no se encuentra ese tipo de fauna: jabalí, el armadillo, los patos o algunas hierbas como el atlacuesón⁵ con el que se preparaba el mixmole, no obstante prevalecen los chinamperos.

Dentro de la alimentación lacustre y chinampera originaria a finales del siglo XX, todavía se consumían ingredientes y platillos como: el ahauatle o hueva de mosco que se podía preparar en caldo, en salsa verde con nopales o en tortas con calabacitas, los acociles con xoconoxtles, la carpa en jitomate, la tortuga asada, el pato silvestre, en mole de olla, pato en mixmole, pato con lenguas de vaca y xoconoxtle, mixmole⁶ o salsa de pescado, la rana en salsa verde, los mextlapiques de ajolote, de pescado blanco o charales en salsa verde.

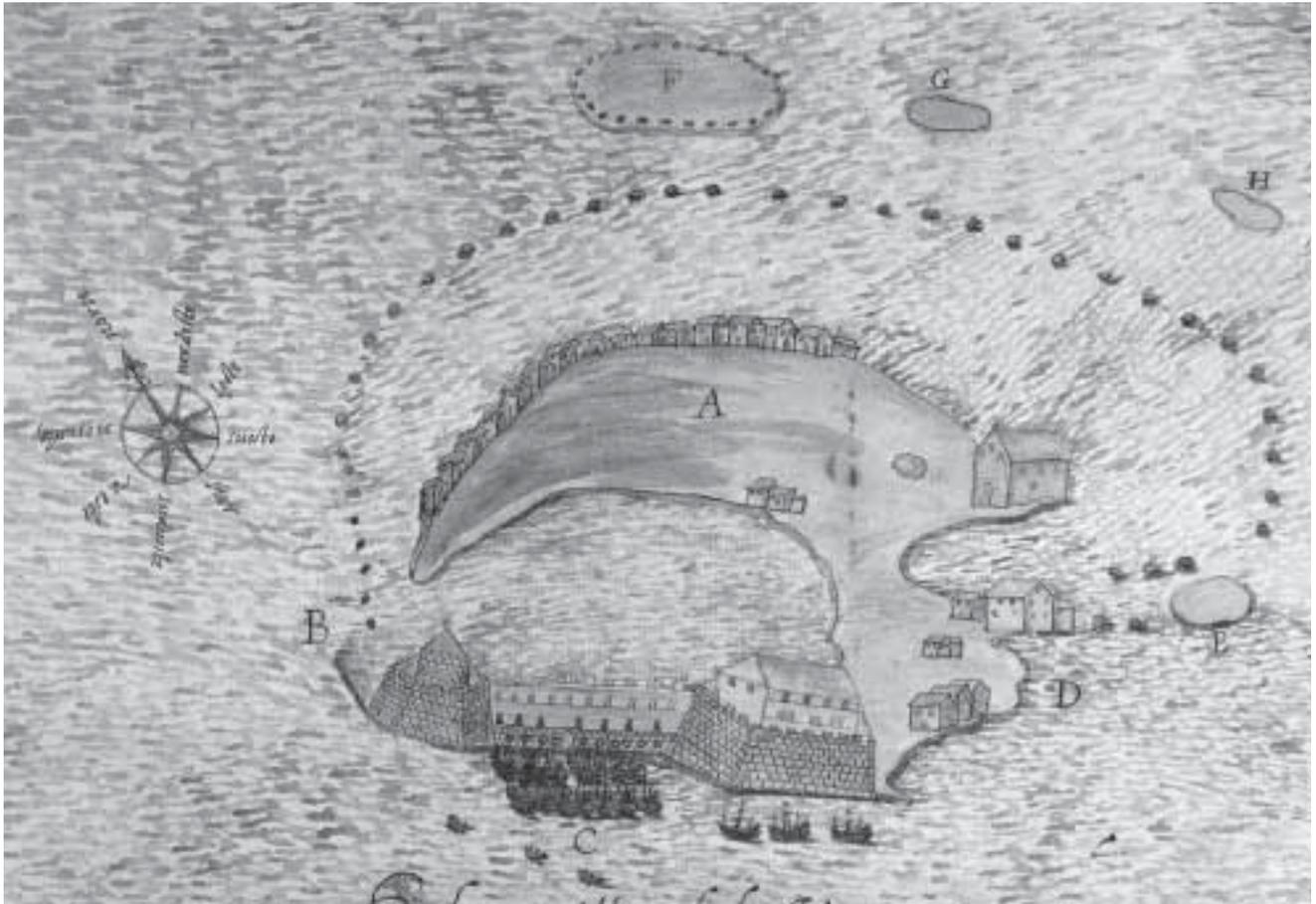
Entre la alimentación de pie de monte figuran platillos como los quelites, las verdolagas, las tortas de hongos, las tortas de flor de maguey, los tacos de gusano de madera, las quesadillas de flor de calabaza, los romeritos, la sopa de flor de calabaza, los ayocotes en adobo, las quesadillas de huitlacoche, el chileatole con elotes (con chile ancho o verde), tamales

de frijol, atole de masa, atole de frijol quebrado, atole blanco con sal, elotes hervidos, tostadas en piedras de hormigüero al comal, gorditas, el conejo en chile pasilla o guajillo, mixiotes de conejo, conejo al mojo de ajo, en mole verde, las tuzas asadas, el zorrillo en caldo, el tlacuache asado y el caldo de víbora de cascabel, entre otros. Los condimentos por excelencia eran epazote, tequezquite y pericón, este último sólo en época de lluvias. Entre los dulces destacan: el dulce de tejocote, necuatole en trozo con caña y hojas de naranjo, dulce de calabaza, amaranto, palomitas con forma de granizo y como endulzante sobresale la miel;

Los alimentos enlistados nos muestran que la mayoría eran elaborados principalmente con maíz, chile, frijol y calabazas, además del amaranto, los quelites, quintoniles y de la fauna que se obtenía del lago.

Los cambios en la alimentación en Tláhuac en los comportamientos y hábitos alimentarios en las últimas dos décadas, se han debido a tres factores: a) al modificarse la actividad productiva principal de sus habitantes, como es la agricultura, b) con la industrialización y urbanización de la localidad con más intensidad a partir de 1950 y c) gracias a la comercialización de alimentos a escalas más amplias en estos últimos dos periodos. Si bien hoy en día en el lugar, la forma de abastecerse es vasta, porque permite comprar directamente con el productor, por ejemplo con los chinamperos (legumbres, hortalizas), en los establos (leche, queso), en las granjas (pollos y huevos), con los carniceros (carne, chorizo, chicharrón, quesadillas), entre otros, así como los del tipo industrializado (en tiendas y supermercados), estos productos tienen aceptación entre sus habitantes y en particular entre las señoras que trabajan, ya que buscan pasar menos tiempo en la cocina para poder ocuparse en otras actividades.

Las influencias culinarias que llegan a México no han sido ajenas a los habitantes de estos lugares, los progresos que la industria alimentaria nacional y transnacional con el paso del tiempo han ido ganando aceptación entre ellos; sin embargo las empresas transnacionales de comida rápida han comenzado a instalarse en Tláhuac,



Nicolás Cardona, 1623. Vista del islote de San Juan de Ulúa con clave toponímica (a) su Castillo, (c) Muro de las argollas, (e) islas de Gavias, (f) Anegada de fuera, (g) Blanca. Biblioteca Nacional de Madrid. © Veracruz. Primer puerto del continente.

Milpa Alta no lo ha permitido, lo cual no obsta para que no consuman este tipo de alimentos.

No se pretende decir que Tláhuac sea el único lugar del Distrito Federal en el que se consumen productos de la industria alimentaria nacional y transnacional, sino que por ser una delegación con características rurales, el consumo de este tipo de alimentos se está elevando, lo cual en contextos completamente urbanos forma parte de sus gustos alimentarios de manera inconsciente que ya los pobladores no lo perciben. Durante las fiestas patronales o de santos menores es a través de las ferias como se introducen los nuevos productos alimentarios que en algunas ocasiones las personas sólo las consumen para conocerlos, y en otras comienzan a modificar comportamientos y hábitos alimentarios, al incorporarlos a sus dietas.

Referente a los comportamientos culinarios al momento de la preparación en la alimentación diaria, ésta se vuelve rutinaria porque por lo regular interviene una sola persona en ella, cuando se trabaja en conjunto la situación se vuelve más relajada y hay mas

entusiasmo entre las cocineras, como sucede en las fiestas.

En la alimentación festiva se procura ofrecer platillos tradicionales que se elaboran con productos frescos locales, se trata de no utilizar ingredientes de la industria alimentaria nacional o transnacional.

Durante las fiestas, los platillos que destacan son: el arroz rojo que por lo regular se sirve con pollo en mole tipo poblano, carnitas de cerdo, si es barbacoa de borrego se ofrece también consomé, mixtotes de pollo, de carne de res, cerdo o de conejo, en ocasiones se ofrece espagueti con crema, queso y jamón o sopa aguada de tallarines o fideo a la que se le agrega queso. Cuando es mole se elaboran tamales de frijol para acompañarlo o tamalotes de agua o largos como también se conocen. Las salsas, los frijoles y las tortillas son elementos que no faltan en este tipo de comidas. Dentro de las bebidas que sirven figuran las aguas frescas de jamaica, horchata, tamarindo, piña, el refresco de sabores o de cola y dentro de las alcohólicas destacan el tequila, el mezcal, algunos brandies, la cerveza y en menor medida el pulque

solo o curado. En este tipo de festejos se prepara un poco más de lo calculado, para obsequiar a las personas que ayudaron en la elaboración de los alimentos y para regalar a los compadres invitados.

Lo anterior ayuda a constatar lo que Conteras (2002:18) señala respecto a las comidas que se sirven en las celebraciones. La fiesta exige una alimentación determinada, en ella, la comida se consume, tanto en calidad como en cantidad de manera diferente que en los días ordinarios. Los alimentos que se consumen son menos frecuentes, tienen más calidad y son más difíciles de preparar, requieren más tiempo y son más caros. Respecto a los comportamientos alimentarios durante las festividades, éstos expresan también cómo un individuo muestra su voluntad de integración en determinado grupo social.

En la investigación se consideran para su estudio las fiestas en dos aspectos las colectivas o comunitarias y las domésticas o familiares. Las colectivas abarcan las patronales, las de los santos menores o de barrio, paralelamente las que se relacionan

con el ciclo de la naturaleza y de la agricultura, dentro de la cosmovisión mesoamericana como (La Candelaria, la Santa Cruz y Muertos), así como las que tienen que ver con el culto católico como los jubileos, los carnavales, la cuaresma y la semana santa, las posadas, la Navidad y día de reyes, en las domésticas⁷ o familiares se contemplan las del ciclo de vida y ritos de paso (bautizo, confirmaciones, comuniones, XV años, bodas y muertes).⁸

En lo que atañe al lugar donde se preparan los alimentos tanto diarios como festivos, el espacio culinario se presenta en los ámbitos doméstico (dentro de casa) y el extradoméstico (fuera de casa); el espacio culinario en la alimentación festiva familiar es el doméstico, en el que destacan las cocinas convencionales o de humo y los patios de las unidades domésticas, donde se ocupan parrillas de gas de tres y hasta cuatro quemadores, los braseros y el tlecuil o fogón.

En días de fiesta, al tratarse de los festejos patronales y de santos menores o de barrio, el espacio culinario que predomina es el extradoméstico, en las calles, las plazas, atrios de iglesia, en donde se instalan las parrillas de gas de hasta cuatro quemadores, así como los tlecuiles o fogones improvisados.

Las mujeres en estas ocasiones se preparan con una semana de anticipación, mediante la compra de los insumos por utilizar para la elaboración de los platillos; puede ser un día antes o el mismo día de la preparación el que las mujeres se organicen en conjunto, dependiendo del festejo. Esta actividad por lo regular pasa desapercibida por las personas que degustan las viandas.

Tocante al sistema culinario de Tláhuac, entendido como el conjunto de ingredientes y técnicas que han pasado de generación en generación, presenta una combinación de alimentos originarios con otro tipo de componentes que se fueron adaptando hasta nuestros días, aunado a los productos de la industria alimentaria.

En ambas delegaciones la alimentación es parecida tanto para la diaria como la festiva, por tener un origen común, es decir la Cuenca de México; sin embargo, como se pudo observar a lo largo del trabajo, existen parti-

cularidades que las hacen diferentes, lo cual permite que cada delegación destaque como signo de identidad a la alimentación, asimismo se comprueba que pese a los cambios urbanos, Milpa Alta y Tláhuac sostienen una organización tradicional que se ha readaptado hasta la fecha.

Notas

¹ Véase Del Valle Berrocal, María de la Luz. *Rituales alimentarios y ciclo de vida en Villa Milpa Alta, Distrito Federal*, tesis de Maestría en antropología, Facultad de Filosofía y Letras, Universidad Nacional Autónoma de México, México, 2003.

² Véase Torres Cadena, Verónica Isabel. *La alimentación en Tláhuac Distrito Federal. Estudio de caso sobre cultura alimentaria en México*, tesis de maestría en Antropología, Facultad de Filosofía y Letras, Universidad Nacional Autónoma de México, México, 2003.

³ Éste se distingue por la hoja tierna del nopal, excluyendo la explotación de la fruta (la tuna).

⁴ El ajo, además de ser un condimento de suma importancia, se utiliza como señal para saber si el hongo es venenoso, ya que si se torna de color oscuro, la comida puede ser peligrosa.

⁵ El atlacuesón es una hierba que nacía a la orilla de los canales se utilizaba para preparar el mixmole.

⁶ Sobre el mixmole se puede decir que era el platillo que se acostumbraba ofrecer para dar por terminada una boda a los ocho días siguientes, en Mixquic se le conoce como la correteada (debido a que era una forma sutil de decirles a los invitados "hasta aquí llegué", además los asistentes ya no se veían comprometidos a seguir ayudando en la elaboración de más alimentos y en servirlos). En la organización de su preparación intervenían los esposos de las mujeres que cocinaban, se hacía una asamblea para ir a traer de los canales de las chinampas los pescados y el tlacuesón, que era de las plantas que se necesitaban para su elaboración, los hombres decían "yo traigo la red o yo la consigo". En los últimos tiempos las personas que han tenido algún difunto a los nueve días también lo elaboran, sin embargo, se conoce más este platillo para finalizar las bodas.

⁷ Esta breve clasificación de las festividades no es rígida, porque no niega que en las domésticas no se celebren la cuaresma, la semana santa, las posadas, la Navidad, etcétera, sino que fue una forma de dar orden en la presentación de los resultados.

⁸ El total de fiestas que se registraron fueron 58, algunas de ellas se observaron en

dos ocasiones y en otras se trató de ir la mayor cantidad de veces, para obtener la observación como más precisión.

Bibliografía

CONTRERAS, Jesús, *Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres*, Alfaomega, España, 2002.

CHAVIRA OLIVOS, Francisco, *Historia de la Delegación de Milpa Alta*, (mimeografía), 1949.

GIBSON, Charles, *Los aztecas bajo el dominio español (1519-1810)*, México, Siglo XXI, 1981.

DEL VALLE BERROCAL, María de la Luz, *Rituales alimentarios y ciclo de vida en Villa Milpa Alta, Distrito Federal*, tesis de Maestría en antropología, Facultad de Filosofía y Letras, Universidad Nacional Autónoma de México, México, 2003.

GÓMEZCÉSAR, Iván, *La palabra de los antiguos, territorio y memoria histórica de Milpa Alta, México*, tesina de maestría UAM-Iztapalapa, 2000.

GRACIA ARNAIZ, Mabel, *La transformación de la cultura alimentaria. Cambios y permanencias en un contexto urbano*. (Barcelona 1960-1990), Madrid, Ministerio de Educación y Cultura-Centro de publicaciones, 1997.

TORRES CADENA, Verónica Isabel, *La alimentación en Tláhuac Distrito Federal. Estudio de caso sobre cultura alimentaria en México*, tesis de maestría en Antropología, Facultad de Filosofía y Letras, Universidad Nacional Autónoma de México, México, 2003.



Ampolleta para 30 minutos. Museo Naval, Madrid. © Carlos V. La náutica y la navegación.