

Tomo 05

Humanidades, Ciencias Sociales, y Bellas Artes

ARTÍCULOS DEL CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN ACADEMIA JOURNALS CDMX 2023
ELIBRO ONLINE CON ISSN 1946-5351 | VOL. 15, NO. 11, 2023

Rescatando Tradiciones Culinarias: Una Ventana hacia los Vestigios de Nuestra Cultura Gastronómica en el Municipio Xochiatipan, Hidalgo

Mtra. Amairani Soridi Guerrero Zúñiga¹, L.G Carlos Calderón Hernández², L.G. Karina Hernández Solís³, L.G. Oralia Hernández Hernández⁴

Resumen: La comida es identidad y herencia, es una forma de expresar pasión y orgullo por el origen y los secretos ancestrales que han pasado de generación en generación, celosamente custodiados por familias que comparten los sabores en cada uno de los alimentos elaborados con ingredientes locales y recetas que han sobrevivido con el paso de tiempo. El proyecto denominado “Rescatando tradiciones culinarias, una ventana hacia los vestigios de nuestra cultura gastronómica” surge de la idea de retomar recetas ancestrales, debido a que en la actualidad la población ha perdido la costumbre de elaborar platillos y bebidas tradicionales, ya que el hábito alimenticio ha cambiado debido a los diferentes estilos de vida. El proyecto fue desarrollado en el municipio de Xochiatipan, Hidalgo. Para su desarrollo fue necesario realizar diversas actividades iniciando con una investigación sobre los ingredientes que aún cultivan en la región y así determinar las preparaciones a producir. Una vez hecha esta investigación se procedió a elaborar las recetas para identificar los ingredientes y procedimientos, posteriormente se realizaron las pruebas correspondientes para determinar las cantidades y la presentación del mismo. Los resultados del proyecto muestran que por más que pase el tiempo se debe conservar el patrimonio culinario de la región, darle ese realce tanto a los platillos y bebidas ancestrales como a los ingredientes que están detrás de ellos, mismos que deben ser aprovechados y difundirlos a la sociedad de su existencia he incluirlos en la dieta cotidiana. Es por ello que es muy importante que más personas sepan de su existencia ya que forman parte del patrimonio culinario de México.

Palabras claves: Ingredientes ancestrales, gastronomía tradicional, patrimonio culinario

Introducción

La gastronomía es una ciencia y un arte de constante cambio, pues no es la misma aquella que se conoce hoy en día; se puede decir que dicha ciencia ha evolucionado y ha ido recobrando su importancia conforme el paso del tiempo, tanto a nivel local como internacional. La evolución es un cambio que experimenta cualquier ciencia, por lo que la gastronomía no es la excepción, más bien es un claro ejemplo que a través del tiempo, los métodos y formas de saber, cambian.

El mundo prehispánico tiene una estrecha relación con algunos productos específicos, como las tortillas, el maíz, el chile y el frijol; así como alimentos de origen animal, frutas y demás ingredientes propios de la tierra que combinados fueron y han sido la base de la dieta del pasado indígena.

No obstante, a pesar de las grandes riquezas gastronómicas que posee el territorio mexicano y que son reconocidas a nivel internacional, pareciera que una parte de esta se ha ido quedando en el olvido, esto es, la cocina, los ingredientes, así como los modos de preparación de los platillos ancestrales, mismos que han sido y serán siempre la base de cualquier platillo tradicional y de alta cocina. (Fernández, 2016)

Actualmente en la Huasteca Hidalguense, se ha ido perdiendo la costumbre de preparar platillos ancestrales, a pesar de que los ingredientes se tienen al alcance y son muy económicos. Cada vez es menos vista la preparación de este tipo de alimentos, salvo que sea por alguna festividad, la tradición de elaborar platillos con estos ingredientes ha disminuido y esto se debe a que los hábitos alimenticios en la actualidad han ido cambiando debido a los diferentes estilos de vida.

Esta investigación tiene como objetivo conocer la técnica de preparación de algunos alimentos ancestrales que se elaboraban en el municipio de Xochiatipan, perteneciente al estado de Hidalgo, reflexionando y

¹ Mtra. Amairani Soridi Guerrero Zúñiga es profesor investigador de tiempo completo del PE en Gastronomía de la Universidad Tecnológica de la Huasteca Hidalguense amairani.guerrero@uthh.edu.mx

² Mtro. Carlos Calderón Hernández es profesor investigador de tiempo completo del PE en Gastronomía de la Universidad Tecnológica de la Huasteca Hidalguense carlos.calderon@uthh.edu.mx

³ L. G. Karina Hernández Solís es profesor investigador de tiempo completo del PE en Gastronomía de la Universidad Tecnológica de la Huasteca Hidalguense karina.hernandez@uthh.edu.mx

⁴ L. G. Oralia Hernández Hernández egresada del PE en Gastronomía de la Universidad Tecnológica de la Huasteca Hidalguense 20180677@uthh.edu.mx

concientizándonos acerca de la importancia de consumir alimentos autóctonos elaborados a base de productos de la región, demostrando amor e interés por nuestras costumbres y maravillas culinarias y así darle vida al rescate de bebidas y platillos típicos que forman parte de nuestra cultura.

El presente proyecto se ejecutará en la población de Xochiatipan, hidalgo. Está dirigido a toda la población, especialmente a los turistas. El propósito principal es dar a conocer a los visitantes algunos alimentos que se elaboran a base de maíz, frijol, calabaza, que son nativos de la región desde la época prehispánica y que en la actualidad estos se encuentran en peligro de extinción, con este proyecto se prevé el éxito, porque en el no se encuentran factores que dificulten su ejecución, además los costos de las materias primas son muy bajos por lo que a la hora de comercializar el alimento será a precios muy accesibles a cambio de un producto de calidad elaborado de manera artesanal, lo que causará gran impacto en el turismo y como consecuencia esto se verá reflejado en la economía familiar y regional.

Descripción del método

La metodología utilizada en esta investigación fue de tipo documental, experimental y de campo, se realizó una investigación documental para adquirir más conocimientos acerca del tema. La investigación de campo se hizo al momento de hacer un recorrido por la milpa del municipio de Xochiatipan, y obtener parte de los ingredientes que se utilizarían dentro de las preparaciones, además de observar la forma tradicional en la que siembran y cosechan el maíz, frijol y calabaza y finalmente experimental se llevó a cabo la práctica de cada receta con ingredientes ancestrales que se seleccionaron de acuerdo al objetivo de la investigación.

Delimitación geográfica de la investigación

El proyecto se llevó a cabo en el municipio de Xochiatipan, Hidalgo se localiza entre una latitud No de 20 80' y 21 22', longitud 98 12' y una altitud de 829 m.s.n.m. (Hernández 1989). Xochiatipan, se deriva del náhuatl *xochitl* "Flor", *ati* "agua" *pan* "sobre" y significa "flor sobre el agua". Xochiatipan, un municipio lleno de costumbre y tradiciones, donde la mayoría de la gente se dedica a los trabajos del campo, a la siembra y cosecha de maíz, frijol, calabaza, sandía, melón, chile, aguacate, paguas etc.

El municipio es auténticamente náhuatl porque casi el 100% de su población habla esta lengua. El vestuario original para los hombres, es el calzón y camisa o chaqueta de manta, descalzo o huaraches de hule, sombrero de palma, paliacate al cuello. La mujer se distingue por sus amplias faldas y blusa bordada con estambres de diferentes colores, al cuello collares, aretes largos, trenzas con listones de vistosos colores y, en su mayoría, descalzas. En la actualidad, por la introducción del pantalón y del vestido, poco a poco se ha ido desplazando el vestuario original de los indígenas (Hernández 1989). (Dr.García, 1979)

Recetas y procedimiento de elaboración de las recetas

Se eligieron 4 recetas que serían las más típicas de cada ingrediente ancestral, se desarrollaron manteniendo el método de cocción tradicional, cuidando los aspectos básicos y respetando las cantidades exactas de las recetas. Los platillos elegidos fueron: *Axocotl*, *xokoatoli*, *eyojtlatsopeltili* (calabaza endulzada), *enetl* (bocoles de frijol entero). Los platillos fueron elaborados por Oralía Hernández, alumna de carrera de Gastronomía de la Universidad Tecnológica de la Huasteca Hidalguense (UTHH).

Axocotl

Para el *axokotl* (Figura 1) se lavó 1 kilo de nixtamal (maíz criollo nixmalizado) de manera que estos quedaron completamente blancos y limpios, en una olla se puso a hervir el nixtamal con abundante agua por 2 horas, hasta que los granos de maíz comenzaron a abrirse, minutos antes de bajar la olla del fuego se agregaron 3 hojas de guayaba, se retira del fuego y se deja enfriar, escurrir el nixtamal hervido.

Con esta preparación, se agregan 250 g de pilón (piloncillo) en un recipiente con 2 L de agua y se deja remojar hasta que se diluya. Posteriormente se mueve hasta homogenizar, se vacía el nixtamal en el recipiente con el agua de pilón. Se enfría y se sirve al gusto.



Figura 1 Proceso de elaboración del “Axocotl”

Xokoatoli (atole agrio)

Para el *xokoatoli* (atole agrio) primero se molió en el metate 1 kg de maíz criollo, en un recipiente con 2 L de agua se vació el maíz troceado con la finalidad de que este fermente, se dejó remojando por dos días, regularmente se deja cerca del fogón para acelerar el proceso de fermentación. Posteriormente se vuelve a moler en el mismo metate hasta obtener una pasta, se cuele y se lleva a fuego; debe moverse constantemente hasta que espese y se retira del fuego (Figura 2). Este platillo ancestral suele acompañarse de frijoles hervidos o existe su variante dulce con miel de pilón.



Figura 2 Proceso de elaboración del “Xocoatoli”

Eyojtlatsopeltili (Calabaza endulzada)

Para la calabaza endulzada (Figura 3), se puso a fuego 1 L de agua con 500 gr de pilón, hasta formar un almíbar (dependerá de lo espeso que se requiera). Posteriormente se lavó 1 calabaza y partió en trozos, se colocan en el almíbar, dejándose cocer durante 30 min. Pasado ese tiempo se revisa que la calabaza este en su punto óptimo de cocción, se retira del fuego, se deja enfriar y está listo para degustar.



Figura 3 Proceso de elaboración del “eyojtlatsopeltili” (calabaza endulzada)

Enetl (bocoles de frijol entero)

Para los bocoles de frijol entero se puso a cocer 250 gr de frijol con 500 ml de agua y 5 gramos de sal, una vez cocidos los frijoles, se retiran del fuego y se dejan enfriar, en un recipiente se pone 1 kg de masa (nixtamal molido), se le agrega 5 gr de sal y 250 gr de manteca de res se homogeniza de manera que la sal se diluya, posteriormente se

le agregan los 250 frijoles cocidos y se vuelve a amasar para que los frijoles queden dispersos. Se pone a fuego el comal de barro, una vez que se caliente se empieza a formar bolitas de masa y se van aplastando con la mano de manera que queden redonditas y gorditas, se ponen en el comal y se voltean ambos lados, una vez cocidos se sirven calientitos.

Se acostumbra acompañar con chiles asado.

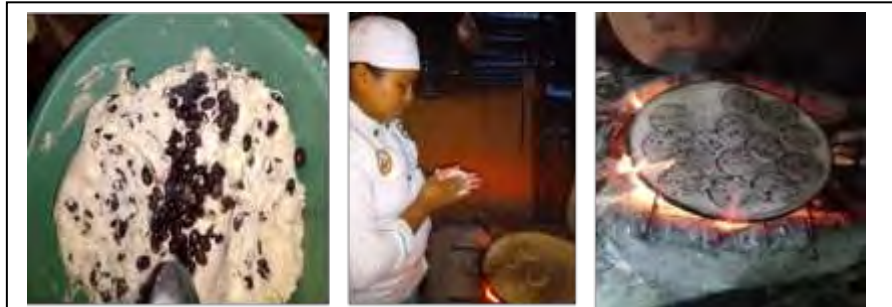


Figura 3.4 proceso de elaboración del “Enet” biscoles de frijol entero

Comentarios finales

Resumen de Resultado

En las actividades realizadas en el proyecto “platillos a base de ingredientes ancestrales del municipio de Xochiatipan”, los resultados fueron favorables ya que el proceso de recolección y elaboración de las recetas determinó el valor total de la materia prima utilizada en los diferentes platillos, así como también en el montaje. Se realizó primeramente una investigación acerca de los platillos más interesantes del municipio, una vez elaboradas las recetas, se puso en práctica para obtener estos resultados.



Figura 5 Axokotl

Es importante mencionar que los platillos se elaboraron respetando y manteniendo su método de cocción tradicional. La Figura 5 muestra el montaje de la bebida “axokotl” su nombre proviene del náhuatl que significa agua fermentada en este se observa un montaje muy simple pero armónico, el nixtamal (maíz hervido) cae en la parte superior del vaso, mientras que el agua de pilón le da vida a la bebida con su color café y de sabor dulce. Su preparación es a base de agua, pilón y nixtamal con un inigualable sabor aromatizada con las hojas de guayaba. Esta bebida se acostumbraba a tomar en los tiempos de roza (tumar monte para sembrar), después de una jornada de trabajo duro, los peones llegaban a la casa del “patrón” y les daba esta bebida refrescante y fortificante para recuperar sus energías, lamentablemente esta bebida saludable y natural ya no se consume y es sustituida por bebidas gaseosas que dañan la salud.



Figura 6 Xokoatoli (Atole agrio)

En la Figura 6 se muestra el montaje del Xokoatoli su nombre proviene del náhuatl que significa atole agrio. Como se observa en el montaje se presenta en un molcajete ancestral, el atole de color blanco con una consistencia espesa con sabor y olor a agrio, las gotas del caldo y los granos del frijol le dan vida y un toque de sabor a salado inigualable con notas aromáticas de cilantro. En el México prehispánico lo tomaban en las festividades de Hueytozoztli, que quiere decir gran vigilia, la cual era dedicada a una de las deidades de la agricultura, a Chicomecohuatl, que significa siete culebras. Pues en este periodo se adoraban a los dioses del maíz.

En la Figura 7 se muestra el montaje de la calabaza endulzada (*eyojtlatsopeltili*), se trata de un postre delicioso que se disfruta en otoño, se sirve caliente o al tiempo depende del gusto de la persona, lo que le da el sabor exquisito a la calabaza es el pilón (agua de caña caramelizada), el método de cocción de este postre es hervido a base de leña, de forma tradicional. Es un dulce tradicional que se degusta en festividades tradicionales como el Xantolo. La Figura 8 representa el montaje del platillo “*Enetl*” su nombre proviene de la lengua náhuatl que significa “bocoles de frijol entero”, los frijoles son legumbres ricas en almidón, en este platillo toman un papel muy importante, son ellos los que le dan un sabor exquisito a la masa se suele acompañar con un toque de manteca de cerdo, con chiles rayados tatemados.



Figura 7 Dulce de calabaza
(*eyojtlatsopeltili*)



Figura 8 Bocol (*Enetl*)

Conclusiones

Con base al estudio realizado en la presente investigación, es preciso concluir que el municipio de Xochiatipan, perteneciente al estado de Hidalgo, es una región que, a pesar de la marginación en la que vive su población, es un lugar rico en ingredientes y platillos ancestrales. Derivado de lo anterior, tal como se pudo percibir en el desarrollo de la exposición de la investigación en cuestión, en el municipio antes referido, existe una vasta tradición sobre la elaboración de platillos y bebidas, provenientes de las generaciones pasadas.

No obstante, cabe señalar que se ha cumplido con el cometido en virtud de que a través del conocimiento de las recetas ancestrales se ha logrado persuadir a un número determinado de lectores, quienes han mostrado sensibilidad para rescatar las recetas olvidadas y así preservarlas para futuras generaciones. Finalmente, como resultado del presente trabajo de investigación, se proporcionan las recetas expuestas a lo largo del desarrollo de este, no sin antes recalcar la relevancia de dar mayor promoción a la gastronomía ancestral para efectos de la preservación y rescate de la misma con el objetivo de que las personas que transitan por estos lugares conozcan un poco de la cultura tradicional de la Huasteca Hidalguense.

Referencias

- Ávila, C. A. (2014). La historia de dos frijoles, La historia de todos los frijoles. Límulus, sn/ejemplar.
- Barros, C. (1997). El maíz. Arqueología Mexicana, 4-5 ejemplar, número 5.
- Brandon S. Gaut. (2014) “The complex domestication history of the common bean”, Nature Genetics, 46, 663–664 (2014) doi:10.1038/ng.3017.
- Dr. García, U. J. (1979). Xochiatipan. Hidalgo: Sistema nacional de información municipal INAFED.
- Jeremy Schmutz (2014). “A reference genome for common bean and genome-wide analysis of dual domestications”, Nature Genetics, 46, 707–713 (2014) doi: 10.1038/ng.3008.
- Fernández, E. (2016). Gastronomía Mexicana Patrimonio de La Humanidad. Forbes, Edición, diciembre 2016.
- Peña, B. (2012). Gastronomía de la Huasteca Hidalguense. La Huasteca Hidalguense, 7-11 1era edición.
- Pérez, T. (2016). Tipos de maíz según su grano. Borau, ejemplar 16.
- Vela, E. (2010). La calabaza, el tomate y el frijol. Origen y domesticación de la calabaza). Arqueología Mexicana, edición especial, número 36.
- Walter Krickeberg. (1971) Mitos y leyendas de los aztecas, incas, mayas y muiscas, México: Fondo de Cultura Económica.