



**UNIVERSIDAD MICHOACANA
DE SAN NICOLÁS DE HIDALGO**



FACULTAD DE HISTORIA

**LA COCINA TRADICIONAL MICHOACANA COMO INCENTIVO
TURÍSTICO Y PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL EN
MORELIA, 2000-2020.**

Tesina

**que para obtener el grado de
Licenciada en Historia**

Presenta:

Claudia Guzmán Ramírez

Asesor:

Dr. Ramón Alonso Pérez Escutia

Morelia, Michoacán de Ocampo, Octubre de 2024

Resumen

Con el marco histórico de referencia necesario, sobre la evolución de la manifestación cultural de la comida en México y Michoacán, se aborda en este trabajo la situación que guarda la llamada cocina tradicional con especial énfasis en el protagonismo de los actores sociales que se involucran en ello, así como el entorno que propicia su potencial en el sector turístico. Con el testimonio de cuatro maestras cocineras tradicionales se procede a desarrollar una narrativa que me permita posicionar la importancia que tiene en el bagaje cultural de la entidad esa actividad. Se ponen de manifiesto, además, las políticas públicas y las acciones que en lo que transcurre del siglo XXI, han ejecutado tanto las autoridades de los tres niveles de gobierno y la sociedad para consolidar esas labores. De igual forma, se destaca el incentivo que ha representado la declaratoria de patrimonio cultural de la humanidad por parte de la (UNESCO) para que ello se consolide y arraigue en el espectro cultural estatal y regional.

Palabras clave: *Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad; Cocina Tradicional; sector turístico; estado de Michoacán; Morelia.*

Abstrac

With the necessary historical framework of reference, on the evolution of the cultural manifestation of food in Mexico and Michoacán, this work addresses the situation of the so-called traditional cuisine with special emphasis on the prominence of the social actors who are involved in this, as well as the environment that fosters its potential in the tourism sector. With the testimony of four traditional master chefs, a narrative is developed that allows me to position the importance that this activity has in the cultural background of the entity. Furthermore, the public policies and actions that have been carried out by the authorities of the three levels of government and by society to consolidate these tasks so far in the 21st century are made clear. Likewise, the incentive that the declaration of cultural heritage of humanity by UNSECO has represented so that it is consolidated and takes root in the state and regional cultural spectrum is highlighted.

Keywords: *Intangible Cultural Heritage of Humanity; Traditional Cuisine; tourism sector; state of Michoacán; Morelia.*

Agradecimientos

En primer lugar, quiero expresar mi más sincero agradecimiento a la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo y a la Facultad de Historia, por brindarme la oportunidad de formarme y crecer tanto académica como personalmente a lo largo de estos años. Gracias a la dedicación de cada miembro de esta institución, he podido adquirir conocimientos y experiencias que han sido fundamentales en mi desarrollo.

Deseo extender mi más profundo reconocimiento a mi asesor de tesina, el doctor Ramón Alonso Pérez Escutia, por su invaluable guía, paciencia y apoyo durante todo este proceso. Sus consejos y enseñanzas no solo enriquecieron mi trabajo, sino que también me inspiraron a superar desafíos y alcanzar un nivel académico del que me siento orgullosa.

A los maestros que me acompañaron en este camino, les debo un especial agradecimiento. Cada uno de ustedes dejó una huella en mi formación, no solo por compartir su conocimiento, sino por su dedicación entusiasmo y compromiso con nuestra educación.

Finalmente, expreso mi gratitud a mi familia y amigos; a mi mamá, principalmente, ya que ha sido el pilar incondicional durante mi vida; a mis hermanas Gaby y Mony. A mis amigos Alicia, Sheila, Orlando, Marlene, Alex, Arturo, Memo, Fany, Alex Garduño, Armando y Démora. Gracias por su amor, apoyo y por creer en mi en todo momento. Su confianza en mis capacidades me dio la fuerza para seguir adelante, incluso en los momentos más difíciles. Esta tesina es también un logro de ustedes, porque sin su respaldo, no habría sido posible.

Introducción

Cuando hablamos de “cocina tradicional Michoacana” se nos viene a la mente diferentes ideas, podremos pensar en las raíces indígenas, en la herencia española, en la biodiversidad o la diversidad cultural del estado de Michoacán. De igual forma pensamos en una infinidad de platillos, sabores, técnicas, recetas. En efecto, así es, toda esa diversidad de sabores es la cocina tradicional local, cada vez más valorada y apreciada desde nivel local hasta internacional.

En la presente investigación abordo como narrativa central la cocina tradicional michoacana, y de cómo los encuentros estatales periódicos de Cocineras Tradicionales constituyen una parte de la evidencia del expediente titulado: “La Cocina Tradicional Mexicana. Cultura comunitaria, ancestral, popular y vigente”. El caso de Michoacán, se presentó a la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) en el año 2010, y por el cual le otorgaron el nombramiento como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad.

De tal suerte que, con este nombramiento de la UNESCO, es un gran logro y, queda claro el interés de la sociedad por hacer tan representativos sus platillos. En ese tenor, ello motivó al Gobierno del Estado de Michoacán de Ocampo para promover tan importante patrimonio a través del turismo, generándose un desarrollo con beneficios económicos mayores para los involucrados, así como la creación de proyectos encaminados al enriquecimiento cultural.

La narrativa de este trabajo se sustenta en el planteamiento y respuesta para tres preguntas de investigación básica alrededor de la temática de mi interés. En primera instancia cuestiono ¿qué se entiende y cómo ha evolucionado la cocina tradicional en México y Michoacán? En segundo, lugar me pregunto ¿cómo se gestiona y posiciona un patrimonio cultural como es el caso de la gastronomía? Y por último plante sobre ¿cuál ha sido el camino que ha recorrido la cocina michoacana a través de sus exponentes - las cocineras tradicionales- como patrimonio cultura en el tiempo que ha transcurrido del siglo XXI?

Para el adecuado desarrollo de esta tesina no omito destacar la relevancia que tiene la gastronomía mexicana. Hablar de ella implica hacer un viaje en el tiempo para

aprender acerca de los elementos alimenticios más importantes no solo en la historia de América Latina, sino de todo el mundo. Las tradiciones en este ámbito son lo suficientemente fuertes para defenderse en el vórtice de un mundo moderno que busca desesperadamente simplificar los procesos de todo el contexto del quehacer humano.

Además, hago hincapié de que la cocina tradicional michoacana, es popular por sus recetas que hunden sus orígenes en el pasado y se mantiene viva gracias a las grandes cocineras que en las riberas de sus lagos y en la Meseta Purépecha, principalmente, conservan sus tradiciones y han rescatado recetas centenarias, para socializarlas en todos los espacios públicos que se han considerado como los más pertinentes y útiles.

De igual forma enfatizo en que la cocina tradicional evoca escenas de misticismo y sobriedad casi ceremoniales. Pero ello no impide que la generación de jóvenes pueda tener acceso a las técnicas, preparaciones y recetas de la cocina tradicional michoacana. Prueba de la excelencia de la gastronomía actual es el gran reconocimiento que se le dio a nuestra cocina por parte de la UNESCO, instancia internacional que el 16 de noviembre de 2010 declaró la Comida Mexicana como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad.

Para desarrollar una narrativa sólida y congruente alrededor del tema central de esta tesina es necesario plantear con la debida claridad algunos conceptos esenciales. En primera instancia cabe consignar que la *cultura* es el conjunto de elementos y características propias de una determinada comunidad humana. Incluye aspectos como las costumbres, las tradiciones, las normas y el modo de un grupo de pensarse a sí mismo, de comunicarse y de construir una sociedad. El concepto de *cultura*, en este caso, es un término amplio que abarca costumbres, tradiciones generada y compartida por un grupo utilizando elementos materiales e inmateriales que se transmite generación tras generación.¹

Por lo que, la *tradición cultural* se refiere a las prácticas, creencias, costumbres y valores transmitidos de generación en generación dentro de una comunidad o sociedad. Estas tradiciones pueden incluir celebraciones, rituales, arte, música, danza, vestimenta

¹ Cuche, Denys, *La noción de cultura en las ciencias sociales*, Buenos Aires, Editorial Nueva Visión, 1999, pp. 12-13.

y gastronomía, que forman parte de la identidad cultural de un grupo. Las tradiciones culturales son importantes, porque conectan a las personas con su pasado, les proporcionan un sentido de pertenencia y continuidad, y ayudan a preservar y transmitir el patrimonio cultural a las generaciones futuras.²

En ese tenor, las fiestas y tradiciones mexicanas están ligadas a su cocina y no podríamos entender los grandes acontecimientos del hombre y la mujer mexicanos, desde su nacimiento hasta su muerte, sino en torno a un platillo que lo conmemore.³ Con el nombramiento por parte de la UNESCO como Patrimonio Cultural Intangible de la Humanidad, la cocina mexicana en particular reclama su lugar en nuestro tiempo moderno ya que respeta sus tradiciones. Los alimentos que se consumen en los pueblos hablan mucho sobre su identidad y cultura.

La UNESCO define a la cultura como el conjunto de los rasgos distintivos, espirituales y materiales, intelectuales y afectivos que caracterizan a una sociedad o un grupo social. Ella engloba, además de las artes y las letras, los modos de vida, los derechos fundamentales al ser humano, los sistemas de valores, las tradiciones y las creencias y que la cultura da al hombre la capacidad de reflexionar sobre sí mismo. Es ella la que hace de nosotros seres específicamente humanos, racionales, críticos y éticamente comprometidos. A través de ella discernimos los valores y efectuamos opciones. A través de ella el hombre se expresa, toma conciencia de sí mismo, se reconoce como un proyecto inacabado, pone en cuestión sus propias realizaciones, busca incansablemente nuevas significaciones, y crea obras que lo trascienden.⁴

Algunos aspectos importantes acerca de la tradición abarcan la identidad, como una característica propia de un grupo y la continuidad cultural con el mantener y practicar las tradiciones, tienen significado simbólico, adaptación y una evolución. Por lo que las tradiciones culturales son los elementos fundamentales que ayudan a dar forma a la

² Geertz, Clifford, *Conocimiento local: ensayos sobre la interpretación de las culturas*, Barcelona, Editorial, Paidós, 1999, pp. 55-56.

³ Riestra, Mario, El mole poblano y los productos alimenticios mexicanos, consultado el 12 de abril de 2024, en: <https://www.cultura.gob.mx/turismocultural/cuadernos/pdf12/articulo8.pdf>

⁴ Unesco en México, conferencia mundial sobre las políticas culturales en México, declaración sobre el concepto de cultura, consultado el 16 de marzo de 202, en <http://www.unesco.org/new/es/mexico/work-areas/culture/>

entidad; son expresiones vivas y dinámicas de la historia y el patrimonio compartido de un grupo que valen la pena preservarlas.

Bajo este marco, el sector de Cultura es uno de los espacios del programa general de la UNESCO que, a lo largo de los años, ha tomado parte de la elaboración de siete convenciones internacionales en este rubro del quehacer humano, asumiendo además la función de secretaría para todas ellas. El sector ayuda a los Estados Miembros a proteger y promover su diversidad cultural, adoptando medidas que abarcan la protección, rehabilitación y salvaguardia del patrimonio cultural. También les ayuda a preparar y aplicar políticas culturales y a dotarse de industrias culturales viables”.⁵

Otro sector, que ayuda con los nombramientos es la Convención de 2003, que cuenta con dos órganos reglamentarios que son la Asamblea General de los Estados participantes en la Convención. En ella concurren los representantes de los Estados signatarios de la misma y que se reúne cada dos años para proporcionar orientaciones estratégicas relativas a su aplicación. No se omite mencionar al Comité Intergubernamental para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial, el cual se compone por 24 miembros que son elegidos por la Asamblea General de la UNESCO a través de votación abierta y democrática.

En torno de ello se prioriza todo aquello que requiere medidas urgentes de salvaguardia, así como seleccionar los programas, proyectos y actividades que plasmen mejor los principios y objetivos de la Convención para obtener un registro óptimo de buenas prácticas de salvaguardia.

El Patrimonio Cultural Inmaterial no solo incluye tradiciones heredadas del pasado, sino también usos rurales y urbanos contemporáneos característicos de diversos grupos culturales. Así mismo no se presta para preguntas sobre la pertenencia de un determinado uso a una cultura, sino que contribuye a la cohesión social fomentando un sentimiento de identidad y sólo puede serlo si es reconocido como tal por las comunidades, grupos o individuos que lo crean, mantienen y transmiten. Sin este

⁵ Lista representativa del patrimonio cultural inmaterial de la humanidad, consultado el 14 de mayo de 2024, en <https://ich.unesco.org/src/06859-Es.pdf>

reconocimiento, nadie puede decidir por ellos que una expresión o un uso determinado forma parte de su patrimonio.

Morelia, Michoacán, octubre de 2024

LA IDENTIDAD CULTURAL EN TORNO A LA GASTRONOMIA

La comida como expresión de la identidad cultural.

México ocupa el cuarto lugar mundial en biodiversidad gracias a su ubicación geográfica sobre el hemisferio norte. Cuenta con una gran variedad de ecosistemas que albergan el 15% de las especies terrestres de todo el planeta. Hasta el año 2010 se registraban 23,424 especies de plantas vasculares, de las cuales al menos 1,500 son comestibles y cerca de 4,000 tienen propiedades curativas. En cuanto a fauna, nuestro país dispone de alrededor de 535 especies de mamíferos; 1,050 de aves; 1,100 de reptiles y anfibios; y 2,695 de peces. Además, se estima que existen aproximadamente 48,000 especies de insectos.⁶

De la misma manera se identifica a México como el país donde se reconoce una gran diversidad cultural y lingüística. Según datos del Instituto Nacional de Lenguas Indígenas (INLI), para el año 2015, se contaba con 11 familias lingüísticas, y dentro de éstas se habían catalogado 68 lenguas, con 364 variantes. Las sociedades que las hablan se asientan en diferentes estados de la república, aunque la mayor parte de las localidades se ubican en las regiones centro y sur del país, sin descartar que existe un número importante de hablantes de estas lenguas que radica en ciudades cercanas a sus lugares de origen y que otro número significativo ha migrado a otros estados del país e incluso a otros países -sobre todo a Estados Unidos de América- por diversos motivos.⁷

Sobre la percepción que se ha generado en medios académicos alrededor de esta manifestación cultural, Eckart Boege nos menciona que el caso de México es muy importante en esta discusión, ya que todas las lenguas de los pueblos indígenas son endémicas y se localizan en regiones geográficas determinadas, por lo que representan una filosofía de territorios, ecosistemas y prácticas determinadas. Son lenguas ágrafas

⁶ Loyden, Esmeralda, *Las voces de la biodiversidad en México*, México, Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales, 2015, pp. 14-17.

⁷ Fernández Ham, Patricia, Juan Enrique García y Diana Esther Ávila, "Estimaciones de la población indígena en México", en *La situación demográfica en México*, México, CONAPO, 2002, pp. 169-182.

(aunque históricamente algunas tuvieron escritura) que no tienen más documentación que la práctica cultural, y cuya pérdida es equiparable con la que sufren las especies o los ecosistemas.⁸ Si se pierde una especie o un paisaje, la humanidad habrá perdido conocimiento de los pueblos en cuestión. Las lenguas son el principal instrumento cultural utilizado para desarrollar, mantener y transmitir el conocimiento generado en la praxis cotidiana y, en el ámbito ecológico, para usar y transformar los ecosistemas.⁹

Las culturas indígenas no pueden entenderse sin su relación con la biodiversidad y el territorio. Con base en esta relación, analizo los conceptos de cultura alimentaria, cocina tradicional y gastronomía. La alimentación en estas culturas no solo implica procesos simbólicos y experiencias de vida, sino también el conocimiento y aprovechamiento de la naturaleza para las necesidades materiales. En ese tenor, se consideran los procesos vividos, históricos, identitarios, culturales, ideológicos e innovadores, sin dejar de lado el escenario económico.¹⁰

Cuando se adentra en el conocimiento y análisis de la cultura alimentaria, en la apreciación de Dijck, se distingue a la cultura como “un enorme cuerpo de conocimiento que nunca se cuestiona y que aceptan todos los miembros potencialmente competentes de una cultura. Este conocimiento se denomina fundamento común de un grupo o cultura”. De tal suerte que, como lo establece el propio Dijk, la cultura es un sistema basado en un conocimiento común compartido por el grupo, sin cuestionar y que determina su forma de ver y comprender la vida y su manera de estar en el mundo y en sus relaciones, denominándolo fundamento común.¹¹

Por lo tanto, dentro de esta visión, aquello que denominamos alimento cobra un sentido diferente al solo hecho de comer o buscar un proceso de supervivencia, de subsistencia o nutrición. Mintz puntualiza que los alimentos que se comen tienen historias

⁸ Boege, Eckart, *Etnografía del patrimonio biocultural de las regiones y territorios indígenas de México*, México, Secretaría de Cultura de la Ciudad de México, 2024, vol. I, pp. 34-35.

⁹ Hernández Albarrán, Lilia, De cultura alimentaria, cocina tradicional y gastronomía mexicana: algunas reflexiones, consultado el 23 de abril de 2024, en: <https://revistas.inah.gob.mx/index.php/diariodecampo/article/view/13335/14445>

¹⁰ Manríque Castañeda, Leonardo, *La población indígena mexicana*, México, INEGI-INAH-ISS/UNAM, 1994, pp. 32-33.

¹¹ Dijck, José van, *La cultura de la conectividad. Una historia crítica de las redes sociales*, México, Siglo XXI Editores, 2016, pp. 73-74.

asociadas con el pasado de quienes los comen; las técnicas empleadas para encontrar, procesar, preparar, servir y consumir esos alimentos varían culturalmente; su consumo siempre está condicionado por el significado. Mas allá de solo el término alimento, Mintz nos hace mención de como el hecho de preparar, servir cobra un sentido diferente no solo el alimentarse por nutrición sino por gusto propio de cada alimento.¹²

Por su parte, Contreras y Gracia, definen a la cultura alimentaria como: “conjunto de representaciones, de creencias, conocimientos y de prácticas heredadas y/o aprendidas que están asociadas a la alimentación y que son compartidas por los individuos de una cultura dada o de un grupo social determinado dentro de una cultura.”¹³ Bajo esa percepción, en conjunto, los sistemas alimentarios son procesos complejos que permiten a los grupos humanos obtener los recursos básicos o materias primas para elaborar su comida o bebida, con base a una determinada cultura, tecnología o estructura social. Esta cultura alimentaria guarda una estrecha relación con la memoria. Toledo y Barrera-Bassols establecen que la memoria de la especie humana es triple: genética, lingüística y cognitiva.¹⁴

En primera instancia, la cognitiva resume y explica la historia al mostrar cómo diferentes segmentos de la población humana se adaptaron a las diversas condiciones de la tierra. Mientras que la genética y lingüística tiene una interacción entre la humanidad y la naturaleza conformando un archivo histórico, es decir, una memoria. De tal forma que, como sucede con muchos otros aspectos de la realidad, la memoria de la especie que resulta de la concurrencia entre lo biológico y lo cultural, se encuentra seriamente amenazada por los fenómenos de la modernidad: principalmente procesos técnicos y económicos, pero también informáticos, sociales y políticos.¹⁵

¹² Hernández Albarrán, Lilia, De cultura alimentaria, cocina tradicional y gastronomía mexicana: algunas reflexiones, consultado el 23 de abril de 2024, en: <https://revistas.inah.gob.mx/index.php/diariodecampo/article/view/13335/14445> p 17-18.

¹³ Contreras, Jesús y Gracia, Mabel, *Alimentación y Cultura: Perspectivas antropológicas*, Barcelona, Editorial Ariel, 2005, pp. 23-24.

¹⁴ Toledo, Víctor Manuel y Barrera Bassols, Narciso, *La memoria biocultural. La importancia ecológica de las sabidurías tradicionales*, Barcelona, Junta de Andalucía, Icaria Editorial, 2009, p. 65.

¹⁵ Hernández Albarrán, Lilia, De cultura alimentaria, cocina tradicional y gastronomía mexicana: algunas reflexiones, consultado el 23 de abril de 2024, en: <https://revistas.inah.gob.mx/index.php/diariodecampo/article/view/13335/14445>

Conceptualización de qué es la cocina

Antes de adentrarme al concepto de cocina, es necesario mencionar que hace más de 500 años nada era lo que es hoy. Los habitantes del territorio, ahora llamado México, sólo creían en los dioses que les brindaban la lluvia, el sol y el maíz, su principal alimento. Cuando la expedición conquistadora europea al mando del capitán Hernán Cortés se percató de esa cosmovisión no dudó en intervenir en la destrucción de ese imaginario y las costumbres inherentes. Los españoles arrasaron con la mayoría de los usos, ritos y costumbres de los pueblos mesoamericanos que constituían la parte medular de su religión, su lenguaje y hasta su comida. Sin embargo, se configuró casi en forma simultánea un sólido sincretismo gastronómico de lo que dan cuenta el maíz, el cacao, la calabaza y el maguey cinco ingredientes que, a más de medio milenio de la Conquista, siguen siendo parte esencial de la dieta alimenticia del pueblo de México.¹⁶

Hace muchos siglos los habitantes de estas tierras fueron nómadas y recolectores; emigraban de un lado a otro en busca de alimentos y otros elementos de subsistencia. Pero su forma de vida fue cambiando poco a poco toda vez que empezaron a cultivar algunas plantas; se cree que las primeras fueron la calabaza, el chile y el jitomate, que crecen sin demasiados cuidados en las diferentes comarcas climáticas de México. Después, en el contexto de la colonización europea fueron llegando de España distintos tipos de ganado, la caña de azúcar, las semillas de distintos cereales, empezando por el trigo. También se trajo al país con el trasiego comercial de los españoles el nombre Caribe de nuestra planta nacional, el *teoxintli*, llamada en lengua de las islas maíz. Había comenzado así el mestizaje gastronómico.¹⁷

En relación con el mestizaje cultural cabe abundar en que, los españoles se aficionaron al consumo de alimentos como el chile; y los indígenas, a su vez, probaron el aceite y otras grasas. La historia de la comida va ligada a la historia de la agricultura. En México esa historia no puede separarse de la domesticación del maíz. Esta gramínea es originaria de América y se han encontrado como sus remotos antecedentes restos prehispánicos de mazorcas pequeñas, pero a lo largo del tiempo se fue perfeccionando

¹⁶ García Rivas Heriberto, *Cocina Prehispánica Mexicana, La comida de los antiguos mexicanos*. Editorial Panorama, 1997, pp. 23-24.

¹⁷ García Rivas, *Cocina Prehispánica Mexicana*, p.24.

su cultivo. Por su importancia, el maíz también se convirtió en objeto de culto religioso y en torno a él se organizaron varios tipos de ceremonias. Fue así que este cereal subsistió y sigue formando parte eminente de nuestra comida, aunque el trigo que los españoles trajeron también se aclimató y ahora podemos verlo en todas las panaderías, en forma de teleras, bolillos y una infinita variedad de panes dulces.¹⁸

Conforme transcurrieron las primeras décadas de la colonización del Nuevo Mundo, los españoles trajeron productos como el garbanzo que se ha incorporado a nuestra cocina al igual que otras legumbres, entre ellas el chícharo, la lenteja y las habas. Con todo, el frijol, de origen mesoamericano, sigue siendo el amo, pues no en balde la gente expresa con sabiduría y resignación cuando la vida está cara “ya no alcanza ni para frijoles”.¹⁹ Los elementos gastronómicos de la temprana colonización incluyeron elementos como el aceite que sirvió en la Nueva España para preparar todo tipo de caldillos, en los que predominaba el uso del jitomate molido en molcajete junto con el ajo y la cebolla traídos desde España. Y asociados con el chile, los alimentos adquirirían una nueva gama de sabores y refinamiento.²⁰

Este breve panorama no puede quedar bien redondeado sino traemos a colación la introducción y el uso del azúcar. Este producto llegó a México casi al mismo tiempo que los primeros conquistadores. Los antiguos mexicanos gustaban del sabor dulce tanto como nosotros, endulzaban sus bebidas y manjares con mieles de avispa, de tuna, de maguey, y de maíz. De tal suerte que, el sabor dulcísimo del azúcar de caña fue rápidamente apreciado y mezclado con cientos de productos locales, como el cacao, los capulines, los chilacayotes. Al refinar la caña de azúcar se obtienen productos como el piloncillo, azúcar mascabado, morena y blanca.²¹

La concurrencia de los productos alimenticios aportados por las sociedades mesoamericanas y los traídos en unas cuantas décadas por los colonizadores españoles, a la vuelta de tres siglos configuraron los elementos básicos de lo que ahora

¹⁸ Novo, Salvador, *Cocina Mexicana, Historia Gastronómica de la Ciudad de México*, México, Editorial Porrúa, 2002, p. 132.

¹⁹ García Rivas, *Cocina Prehispánica Mexicana*, p. 32.

²⁰ Muñoz Zurita, Ricardo, *Larousse Verde, Blanco, Rojo en la Cocina mexicana*, Editorial Larousse. 2010, pp. 43-44.

²¹ Farga, Amando, *Historia de la comida en México*, segunda edición, México, Editorial Trillas, 2003, pp. 54-56.

se conoce como la gastronomía mexicana. Aunque se estima que sus rasgos ya más distintivos datan del tiempo posterior a la consumación de la Independencia, cuando los mexicanos en la búsqueda de su identidad nacional reconfiguraron muchos de los elementos y usos traídos desde Europa a los que sumaron otros provenientes del Lejano Oriente.²²

Los espacios habituales en los que se gestó y desarrolló la gastronomía mexicana incluyó lugares como los recintos religiosos, sobre todo los conventos y las tierras asignadas a ellos, en los que los frailes de las diferentes órdenes mendicantes enseñaron a los indios otras formas de cultivo y técnicas de conservación, así como formas de preparación de alimentos. De tal suerte que, los conventos de monjas, consolidados hacia mediados del siglo XVII, aportaron a la comida mexicana, como principal contribución, los primores de los postres y el refinamiento de los moles.²³

Sobre este particular cabe abundar en que, asociado a los conventos y a la infinita paciencia de las monjas, el mole exigía tiempo de preparación y un ingenio singular. Sin duda alguna, fue producto eminentemente mestizo por su manera de elaborarse y por el tipo de costumbres que impuso en la época colonial. Sin las instituciones de este periodo, sobre todo las eclesiásticas, el mole no habría existido; sin productos mexicanos, tampoco; sin el mestizaje, mucho menos.²⁴

Ahora bien, la cocina es el resumen de la cultura y de la historia. Por un motivo: todos los hombres a lo largo de la historia han tenido que comer y para eso han puesto su ingenio. Con el fuego se inventó la cocina, no la comida.²⁵ Con esta premisa de la evolución cultural sostengo que, la cocina fue creada como una manifestación de la creatividad humana, la conexión con la naturaleza y la expresión de nuestra identidad y valor. A través de la comida, podemos compartir conocimientos, historias, celebrar la diversidad cultural y construir puentes entre diferentes orígenes y experiencias.

²² Farga, *Historia de la comida en México*, p. 67.

²³ Fernández, Beatriz L, ...*Y la comida se hizo*, México, Editorial Trillas, 1990, p.13.

²⁴ Novo, *Cocina Mexicana*, p. 65.

²⁵ Muñoz Zurita Ricardo, Saberes que saben, consultado el 12 de junio de 2024, en: www.meridadeyucatan.com/entrevista-ricardo-munoz-zurita-saberes-que-saben/

En ese tenor, la cocina es un medio de expresión cultural y creativa que trasciende las barreras lingüísticas y geográficas. A través de la comida, podemos explorar y apreciar las tradiciones, historias y sabores únicos de diferentes culturas de todo el mundo. Además, la cocina, fomenta la conexión interpersonal y el compartir momentos significativos alrededor de la mesa, fortaleciendo los lazos familiares, fomenta la comunicación, el cariño y una sensación de pertenencia. Muchas recetas y técnicas culinarias, han sido transmitidas a lo largo de generaciones, preservando la herencia cultural y los sabores distintivos de una región o grupo étnico. Al preparar y disfrutar de platos tradicionales, podemos conectarnos con nuestras raíces y honrar la memoria de aquellos que vinieron antes que nosotros.²⁶

Bajo ese escenario, la gastronomía de México adquirió e incorporó a su patrimonio particular una gran diversidad de platillos típicos. Los utensilios y formas de preparar la comida han ido cambiando conforme el paso del tiempo, pero se empezó con un metate de piedra, comal de barro, cazuelas, ollas y molcajete. En el México antiguo la comida se asaba o cocía. A pesar de la enorme variedad de alimentos que la caza y la pesca ofrecían, la alimentación de los hombres que vivieron en este lugar que llamamos México era muy sencilla. La comida diaria era austera y, cuando había sequía, escasa; y solía haber épocas de hambre. Pero en las fiestas y convites se volvía espléndida, diversa y abundante. En las fiestas se mataban guajolotes, se hacía barbacoa y se preparaba pozole. Decenas de mujeres servían la comida y hacían las tortillas, así mismo bebían pulque y chocolate.²⁷

Uno de los temas que no hay que dejar por un lado en este trabajo de investigación, y que resaltan la compra de los productos que se utilizan en la cocina, son la creación de los tianguis o mercados a México, en donde se llevaban a cabo actividades en lugares donde la gente se congregaba a realizar este tipo de intercambio comercial y hasta cultural. En el país existían los tianguis, entre ellos el

²⁶ Hernández Garre, José Manuel y de Maya Sánchez Baldomero, *Antropología de la alimentación: gastronomía sociedad y cultura*, Murcia, Ediciones de la Universidad de Murcia, 2022, pp. 12-13.

²⁷ Salazar Simarro, Nuria, “Los monasterios femeninos”, en Rubial García, Antonio, coordinador, *Historia de la vida cotidiana en México. La ciudad barroca*, México, Fondo de Cultura Económica, El Colegio de México, 2005, t. II, pp. 233-234.

mercado de Tlatelolco, donde llegaban de todos lados productos como chocolate y vainilla, pescados, guajolotes, petates, elotes y tamales, cueros, chiles de todas formas y colores frescos y secos, tortillas, maíz, tomates y jitomates, los miltomates, el achiote, chía, flor de calabaza, tunas, papaya, epazote, aguacate, zapote, guanábanas, nuez, maguey, jícama, frijoles, entre muchos otros productos. También había variedad de aves, perros, insectos, pescados, ajolotes, camarones, ranas, tortugas, cangrejos y ostras. Por otro lado, también estaban los nopales, las tunas y el maguey, donde podían proveerse de estos productos para llevarlos a la cocina y preparar diferentes tipos de platillos.²⁸

Las investigaciones arqueológicas y antropológicas han puesto de manifiesto que, el pueblo seguía, con todo, frecuentando los mercados, donde como en el tianguis prehispánico se vendía de todo y se podía comer. La dieta del mexicano de las clases populares siguió siendo básicamente la misma que antes de la Independencia.²⁹ Los españoles llegaron primero, pero el tianguis permaneció. Con la irrupción de los británicos, franceses y alemanes, junto a los restaurantes elegantes y banquetes porfirianos, el tianguis resurgió vigoroso. Hasta nuestros días y en el contexto de la globalización económica y cultural, a pesar de la omnipresencia de los supermercados y otros modernos espacios de comercialización, cada semana, en todas las colonias, a lo largo y ancho del país se instalan tianguis y mercados sobre ruedas, donde las amas de casa compran sus verduras, frutas y quesos.³⁰

Es habitual en nuestro tiempo que en los supermercados los individuos elijan su verdura y la pesen, mientras que la carne se vende empaquetada y cortada previamente, con precios visibles en etiquetas. Los cereales, galletas y frijoles ya no se venden a granel, sino en cajas o bolsas de uno o dos kilos. La leche se encuentra en lata o cartón, y el café y té son instantáneos. El aceite vegetal reemplaza a la manteca, y los envases desechables contribuyen a la civilización del desperdicio. Ante esa situación, la herencia de los tianguis hoy en día es una mezcla de tradiciones mercantiles de

²⁸ Novo, *Cocina Mexicana*, pp. 45-47.

²⁹ Salazar Simarro, “Los monasterios femeninos”, en Rubial García, coordinador, *Historia de la vida cotidiana en México*, t. II, pp. 236-237.

³⁰ Farga, *Historia de la comida en México*, p. 32-33.

pueblos prehispánicos de Mesoamérica, incluyendo el azteca y de los bazares del Medio Oriente llegados vía España a América.³¹

Al recapitular alrededor del concepto de cocina, se le puede ver en una apreciación de perspectiva y conjunto cómo un arte culinario que combina habilidades técnicas, creatividad y pasión puede transformar ingredientes. Es una expresión cultural que refleja tradiciones, gustos personales y diversidad de ingredientes disponibles en las diferentes regiones y que van desde platos caseros hasta platillos gourmet ya que abarca una amplia gama de estilos. De tal forma que, la cocina, puede ser un catalizador para el turismo gastronómico, ya que muchas personas viajan específicamente para experimentar la cocina local y probar platos auténticos en su lugar de origen. Esto no solo impulsa la economía local, sino que también fomenta el intercambio cultural y la apreciación de la diversidad culinaria en todo el mundo.

Y todavía más, la cocina es una herramienta poderosa para promover la inclusión y la integración social. A través de programas de cocina intercultural o eventos culinarios que destacan la diversidad de cocinas y tradiciones culinarias, las comunidades pueden reunirse para celebrar y apreciar las diferencias culturales mientras comparten experiencias y sabores. El transmitir los conocimientos y técnicas de preparación de alimentos en la cocina tradicional puede ser una forma de preservar y revitalizar las prácticas culinarias tradicionales que de otro modo podrían perderse. Al aprender y compartir recetas y técnicas ancestrales, podemos mantener vivas las conexiones con nuestro patrimonio cultural y transmitir estos conocimientos a las generaciones futuras.³²

Bajo ese escenario, en tiempos recientes, empieza a surgir otra comida, sabrosa y refinada, donde se casan distintos ingredientes: el chocolate ya no sirve como moneda, poco a poco será la bebida de los curas y las señoritas, servido espumante con leche y con azúcar. Los tamales serán más suaves y esponjosos porque se les ha añadido manteca. Las tortillas siguen usándose como principio, medio y fin de las comidas y de su inagotable especie surgirán los antojitos: las tostadas, las garnachas, los sopes, las

³¹ Fernández, ...*Y la comida se hizo*, p. 11.

³² Hernández Garre y de Maya Sánchez, *Antropología de la alimentación*: pp. 21-22.

pellizcadas. En torno de esto cabe mencionar que el guacamole es una de las combinaciones más emblemáticas con el aguacate y el jitomate mexicano y la cebolla y perejil europeos, así como las rajas de chile en caldillo o las flores de calabaza capeadas.³³

Mientras que, en lo referente a bebidas y alcohol, en las grandes haciendas coloniales de la Nueva España se destilaba el chinguirito, aguardiente de caña que consistía en echar agua y miel en cueros de res y junto a la lumbre se dejaba para acelerar la fermentación y en un alambique casero se refinaba. También bebían tepache. Por lo tanto, la comida mexicana se crea por el mestizaje entre usos y alimentos indígenas y españoles. Al término de la Independencia en 1821 europeos y estadounidenses introdujeron algunas de sus costumbres en comida y mesa, estableciendo también hoteles y restaurantes con refinadas comidas.³⁴

En cambio, las clases altas tuvieron una afición por las costumbres francesas, las altas modas, restaurantes de alcurnia, banquetes, entre otras más, sobre todo a partir de la intervención francesa y el porfiriato. Existen libros de cocina desde la época colonial, pero su importancia como herramienta para el desarrollo de la gastronomía data del siglo XIX. La mayor parte son textos de procedencia extranjera -adaptados al gusto mexicano- y como siempre destinados a los sectores sociales pudientes. Esos recetarios suelen ser a la vez manuales de buena conducta y trato social, tanto para la mesa como para las reuniones a la última moda, con el tipo adecuado de vajillas, cristalería y cubertería. Pero como sucede en la comida, las costumbres se mestizan y junto a esas exquisiteces extranjeras importadas se hace gala de las mancerinas de plata para el chocolate, las vajillas de talavera y las cazuelas y los jarros.³⁵

³³ Fernández, *...Y la comida se hizo*, p.23.

³⁴ Farga, *Historia de la comida en México*, p. 27.

³⁵ Muñoz Zurita, *Larousse Verde*, p. 77.

El contexto histórico de la cocina mexicana

La Independencia de México provocó un cambio importante de la economía del país. En lo que concierne a la gastronomía cabe consignar aspectos tales como que la carne de ganado vacuno dejó de ser un alimento básico debido a su alto precio y la alimentación de la población debió reconfigurarse alrededor del consumo de frijoles, maíz, sobre todo la tortilla; verduras, frutas, insectos y una gran variedad de chiles. Luego, durante el Porfiriato, se estableció un gusto general por la comida francesa en las clases altas de la sociedad. Se empezaron a imitar recetas francesas incorporando ingredientes nativos en México. Durante este periodo, extranjeros especializados en alta cocina francesa llegaron a México con recetarios y nuevas técnicas de cocina. La característica principal de la comida de una clase social alta era la abundancia.³⁶

A pesar de esos procesos fue en las zonas rurales en donde surgió la verdadera comida tradicional mexicana, debido a que las posibilidades para conseguir productos fuera de su lugar de origen eran casi imposible. Los postres también destacaron en esta época. La mayoría se preparaba con harina, manteca y huevos. Algunos ejemplos son las cocadas, las frutas cubiertas, el zapote con canela y vino y xoconostles rellenos de coco. La Revolución Mexicana de 1910 tuvo un impacto significativo en diversos aspectos de la vida mexicana, incluida su gastronomía. Uno de los legados más visibles es el surgimiento de ambulante gastronómico, que ha perdurado hasta el día de hoy. Esta práctica dio lugar a la venta de alimentos como tamales en las esquinas, panes transportados en bicicleta, carritos con camotes, antojitos vendidos en la calle, puestos de jugo y frutos de temporada, entre otros.³⁷

Entre estos alimentos de ese convulso periodo de la historia nacional, se destacan los tacos al pastor como uno de los de mayor difusión y crecientemente más populares. Este platillo, inspirado en la cocina árabe, se adaptó rápidamente a las necesidades y gustos del pueblo mexicano, convirtiéndose en una opción accesible y deliciosa que ha

³⁶ Novo, *Cocina Mexicana*, p. 35.

³⁷ Superprof blog -Jonás, Historia de la cocina mexicana y su evolución, consultada el 13 de abril de 2024, en: <https://www.superprof.mx/blog/la-historia-de-la-cocina-mexicana/>

perdurado en la cultura culinaria del país. Así, la Revolución Mexicana no solo marcó un cambio político y social profundo, sino que también contribuyó a la evolución y diversificación de la gastronomía mexicana, enriqueciéndola con nuevas tradiciones culinarias arraigadas en la vida diaria de los mexicanos.³⁸

La evolución continua de la gastronomía mexicana ha sido fascinante y se debe en gran parte a su rica diversidad cultural. Esta cocina contemporánea es el resultado de la fusión de tradiciones culinarias indígenas, europeas, africanas y asiáticas, adaptadas y transformadas a lo largo de los siglos. Hoy en día, la gastronomía mexicana no se limita a los platos más conocidos como los tacos, burritos o mole, sino que abarca una amplia gama de sabores, ingredientes, técnicas y presentaciones. Los chefs mexicanos son reconocidos por su creatividad e innovación, reinterpretando recetas clásicas y explorando nuevas combinaciones de sabores que reflejan tanto la tradición como la modernidad. La cocina mexicana es reconocida por su complejidad en todo el mundo.³⁹ Para el tema que me ocupa en esta investigación, vemos a la cocina como el lugar donde se preparan diferentes tipos de alimentos, determinando a la cocina, como arte consistente en la elaboración de alimentos por medio de técnicas, que puede ser tanto una necesidad básica como una forma de expresión creativa. Ahora bien, una cocina se considera tradicional cuando sus prácticas, recetas y métodos de preparación se han transmitido de generación en generación dentro de una comunidad o cultura específica. Estas tradiciones culinarias reflejan la historia, los recursos disponibles, las creencias y los valores socioculturales del grupo. La cocina tradicional se caracteriza por su estabilidad y resistencia a cambios rápidos, aunque puede adaptarse y evolucionar lentamente en respuesta a nuevas influencias y circunstancias. La autenticidad, el uso de ingredientes locales y las técnicas ancestrales son elementos clave para definir una cocina como tradicional.⁴⁰

La cocina tradicional, no existiera sino fuera, gracias a los grupos étnicos, a la herencia de los antiguos mexicanos y sus pueblos originarios a partir de que instituciones

³⁸ Fernández, ...*Y la comida se hizo*, p. 22.

³⁹ Superprof blog -Jonás, Historia de la cocina mexicana y su evolución, consultada el 13 de abril de 2024, en: <https://www.superprof.mx/blog/la-historia-de-la-cocina-mexicana/>

⁴⁰ Hernández Garre y de Maya Sánchez, *Antropología de la alimentación*: pp. 19-20.

como UNESCO han puesto especial atención en lo que se conoce como cocinas tradicionales, de modo que formen parte del registro de manifestaciones del patrimonio inmaterial de la humanidad, se ha generado una especial atención en este tema, en el ámbito de políticas de inclusión que pretenden preservar, conservar y difundir sus expresiones.⁴¹

En ese tenor, sin la protección de la biodiversidad y los territorios de las comunidades, no puede existir la manifestación cultural conocida como cocina tradicional. La biodiversidad proporciona los ingredientes y recursos naturales esenciales, mientras que los territorios de las comunidades son fundamentales para preservar las prácticas y conocimientos ancestrales que dan vida a la cocina tradicional. Según la UNESCO, la cocina tradicional mexicana es un modelo cultural completo que comprende actividades agrarias, prácticas rituales, conocimientos prácticos antiguos, técnicas culinarias y costumbres y modos de comportamiento comunitarios ancestrales. Esto ha llegado a ser posible gracias a la participación de la colectividad en toda la cadena alimentaria tradicional: desde la siembra y recogida de las cosechas hasta la preparación culinaria y degustación de los manjares.⁴²

Así mismo, la gastronomía mexicana se compone de diversos platillos en los que se refleja la riqueza que se ha acumulado durante el tiempo: desde la época prehispánica, a la colonial e incluso la contemporánea y es que, pese a que nuestra cocina es reinventada continuamente, algo de nuestros pueblos originarios se mantiene latente en ella. En el *Diario Oficial de la Federación* se estipula que la gastronomía no sólo forma parte de nuestra política económica sino también cultural, al conformarse como patrimonio invaluable que requiere de una adecuada promoción y difusión de nuestros recursos gastronómicos al constituirse como valores, símbolos y riqueza cultural de México. Ello en la percepción de que, la gastronomía mexicana consta de un

⁴¹ Iturriaga, Yuriria, “Sobre la cocina tradicional mexicana y la UNESCO”, en *Archipiélago. Revista Cultural De Nuestra América*, 2011, núm.18 (70), 2011, pp. 12-13, consultado el 20 de agosto de 2024, en <https://www.revistas.unam.mx/index.php/archipelago/article/view/24358>

⁴² Gobierno de México, Día Nacional de la Gastronomía Mexicana, consultado el 3 de junio de 2024, en: <https://www.gob.mx/agricultura/articulos/dia-nacional-de-la-gastronomia-mexicana-319667#:~:text=De%20acuerdo%20con%20la%20UNESCO,modos%20de%20comportamiento%20comunitarios%20ancestrales%E2%80%99D.>

conjunto de platillos que son característicos por la riqueza de sabores, aromas y la ancestralidad de su origen.⁴³

Capítulo dos

ENFOQUE TEÓRICO SOBRE LA COCINA

Saberes locales: Ingredientes, técnicas y recetas de una cultura

A modo de introducción es necesario destacar que, el conocimiento sobre ingredientes en su sentido más general, alude a la información valiosa, habilidades, que son acumulados para utilizar ingredientes adecuados. En este sentido, la cocina mexicana es famosa mundialmente por su variedad, sabor, color y tradición. Su especialidad radica en la mezcla de culturas, la diversidad de ingredientes y el característico sabor y picor de sus platillos. Estas cualidades no surgieron espontáneamente, sino que son el resultado de una rica herencia cultural. Ha ido evolucionando desde la gastronomía mesoamericana y prehispánica hasta la contemporánea, transformándose y adaptándose a los gustos de cada época y región, sin perder sus raíces. Como cualquier civilización, la base cultural de un país está estrechamente relacionada con su ubicación. México no es la excepción, la historia gastronómica de México tiene relación con su situación geográfica.⁴⁴

De tal suerte que, la gran variedad de terrenos fértiles proporcionan una interesante mezcla de productos frescos y propician el desarrollo de flora y fauna que se han aprovechado para integrarse a la cocina del país y a la dieta de los mexicanos”.⁴⁵ El maíz es el ingrediente fundamental y la piedra angular de la cocina mexicana, presente en una gran variedad de platillos en todo el país. Su importancia histórica y cultural es

⁴³ *Diario Oficial de la Federación*, Acuerdo para instrumentar la Política de Fomento a la Gastronomía Nacional, consultado el 11 de junio de 2024, en: https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5405996&fecha=02/09/2015#gsc.tab=0

⁴⁴ Superprof blog -Jonás, Historia de la cocina mexicana y su evolución, consultado el 13 de abril de 2024, en: <https://www.superprof.mx/blog/la-historia-de-la-cocina-mexicana/>

⁴⁵ Muñoz Zurita, *Larousse Verde*, p. 14.

tan significativa que incluso los mayas tenían un dios del maíz, representado frecuentemente con una mazorca como ornamento. El frijol, presente en el 60% de las recetas mexicanas, es casi tan esencial como el maíz. De las 150 especies de frijol en el mundo, al menos 50 se encuentran en México, lo que explica su constante presencia en la historia de la cocina mexicana.⁴⁶

En tanto que, el chile es un ingrediente icónico de la cocina mexicana, amado por su picor y su toque distintivo. México cuenta con una gran variedad de chiles, utilizados en numerosos platillos como chiles en nogada, chiles rellenos, salsas, chilaquiles y sopas. Incluso muchos dulces mexicanos tienen un sabor picante. Por su parte, el jitomate y tomate, aunque similares, difieren en sabor, color y tamaño: el jitomate es mas grande, rojo y dulce, mientras que el tomate es mas pequeño, verde y ácido. Ambos son esenciales en la cocina mexicana, utilizados en salsas, guisos, ensaladas y guacamoles. Originario de América, el jitomate fue domesticado en México y Perú hace mas de 2,000 años, y su uso se extendió a Europa en el siglo XVI gracias a los españoles. En ese tenor, la calabaza es un ingrediente esencial por su versatilidad y sabor. Junto con el maíz y el chile formó parte de los cultivos básicos de los pueblos mesoamericanos. Como último ingrediente básico está el nopal, otro símbolo de México, también es ampliamente utilizado en ensaladas, jugos y guisos. Estos elementos, que son además autóctonos, son elementos básicos utilizados en la cocina tradicional mexicana.⁴⁷

Como se ha mencionado, el mercado en México siempre ha estado presente y ha evolucionado. El espacio que tuvo mayor presencia desde mediados de la época colonial fue el del barrio de La Merced en la capital de la República. También había ferias donde encontrabas de todo, desde los productos mexicanos más tradicionales hasta las importaciones más exóticas y caras, comidas humildes y exquisitas y las más extranjeras y refinadas. En el siglo XX se aceleró la tecnología y se modifican los hábitos alimenticios y las maneras de mesa. La electricidad facilita muchas tareas y libera tiempo; también la comida se simplifica. Los refrigeradores han pasado por varias modificaciones como por ejemplo para los años cuarenta eran muebles de madera con un receptáculo pequeño

⁴⁶ Farga, *Historia de la comida en México*, p. 19.

⁴⁷ Farga, *Historia de la comida en México*, pp. 13-15.

para el hielo, para los años cincuenta se industrializan en México los refrigeradores eléctricos.⁴⁸

Los cambios esenciales que diferencian al ama de casa del siglo XX de sus abuelas o tatarabuelas de la centuria precedente pueden resumirse de esta manera: la tienda de autoservicio, los electrodomésticos, las conservas y los alimentos envasados, algunos de los cuales ya se conocían a finales del siglo XIX. Las mujeres organizan de otra forma su vida: tienen que ahorrar tiempo, cocinar rápido, aprovechar todas las ventajas que les brinda la nueva tecnología y suplir con ella la escasez de mano de obra, cuya abundancia durante los siglos anteriores propiciaba platillos deliciosos de preparación minuciosa y ardua.⁴⁹

Hasta el primer tercio del siglo XXI se siguen usando braseros mucho después de la Revolución, al igual que los comales y las tortillas se hacen a mano. Las estufas se modifican, en vez del petate se usa la licuadora y la batidora; los trastes de barro son reemplazados por la melamina y las cucharas de madera por las de plástico. La gelatina en polvo llegará para sustituir varios de los postres tradicionales, se venden natillas y flanes en polvo. Se abandonan los dulces tradicionales mexicanos por productos comercializados. En tanto que, las bebidas embotellados han sustituido al pulque en el campo mexicano y son consumidos igualmente por las grupos trabajadoras y las clases altas de las ciudades.⁵⁰

No se omite mencionar que, se matiza la influencia europea que sufrió nuestra comida y en la ciudad de México se abren varias cadenas de restaurantes que se popularizarán después de los años setentas. Para los años cincuenta surgen establecimientos móviles que expanden hamburguesas, helados de máquina instantáneas y pizzas. Estas cadenas se extienden por toda la provincia. En nuestro tiempo, hay restaurantes que conservan la tradición. En la ciudad de México, por ejemplo, se localiza el Café Tacuba, la Flor de Lis, las fondas elegantes de comida

⁴⁸ Juárez López, José Luis, *Nacionalismo culinario: la cocina mexicana en el siglo XX*, México, Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, 2008, pp. 21-22.

⁴⁹ Fernández, ...*Y la comida se hizo*, p.15.

⁵⁰ Juárez López, *Nacionalismo culinario*, p. 17.

mexicana, las tamalerías donde se venden tamales de toda la república y atoles de varios sabores; las churrerías que ofrecen chocolate a la española, caliente y espeso, acompañando a los churros.⁵¹

La adopción de horarios corridos en el comercio, modifica los hábitos alimenticios de los mexicanos que trabajan, esto favorece el consumo del *lunch*, como el sándwich, servido en restaurantes de comida rápida o autoservicios. Durante la primera parte del siglo en desarrollo, el pueblo y los estudiantes solían comer en las famosas torterías o tomar un *lunch* ligero. Las torterías de entonces se han convertido en las taquerías de hoy, demostrando la predilección del mexicano por sus alimentos habituales: maíz, frijol y chile. Ahora los tacos y las cebollitas son preparadas al carbón, representando una nueva artesanía nacional. El brasero resurge y se incorpora a restaurantes higiénicos y de rápida atención internacional. A pesar de ello, el mercado tradicional sigue resistiendo, manteniendo su apariencia eterna similar al tianguis, lo que demuestra la supervivencia de la tradición prehispánica. El uso racional de la tecnología impulsa el progreso al permitirnos desarrollar nuevas soluciones, mejorar la eficacia y mejorar la calidad de vida.⁵²

El rol de la gastronomía en el turismo y la economía

México ofrece una amplia gama de destinos turísticos en los que se incluyen el turismo ecológico, deportivo, cultural, artístico y de playa; pero todos se vinculan a la gastronomía. Durante el desarrollo de esta investigación se ha mencionado la palabra gastronomía, pero ¿qué es en realidad? Para dar respuesta a esta interrogante se dice que la gastronomía primero es una actividad la cual es comprendida como un arte y que, además, estudia las relaciones del ser humano con su modo de alimentación y con el entorno cultural en el que la cocina se da.⁵³

⁵¹ Fernández, ...*Y la comida se hizo*, p. 21.

⁵² Juárez López, *Nacionalismo culinario*, p. 43.

⁵³ Hernández Garre y de Maya Sánchez, *Antropología de la alimentación*: pp. 9-10.

El turismo es uno de los sectores de la economía mexicana con mayor capacidad de generar beneficios y efectos positivos en aspectos sociales, económicos y ambientales. El estado de Michoacán es una de las entidades con el nivel de desarrollo económico más bajo en México. Sin embargo, ha sido reconocido a través de la historia por su potencial para diversas actividades turísticas. Los ingresos provenientes de este sector económico, así como el número de turistas que visitan la entidad, se han incrementado en forma significativa en los últimos años. Como establece Gloria López Morales, “un pueblo que reniega o pierde sus costumbres en torno a la comida, pierde no sólo su identidad, sino también su soberanía”.⁵⁴

Ahora bien, la gastronomía mexicana es una rica fuente de posibilidades para los turistas interesados en la cultura. Incluso el contacto superficial con la comida mexicana despierta curiosidad sobre su historia y orígenes. La gastronomía desempeñó un papel fundamental en este desarrollo económico. A manera de ilustración tenemos que: en sus *Cartas de Relación*, Hernán Cortés menciona con gran sorpresa, admirado, la existencia del magnífico tianguis de Tlaxcala. Lo mismo puede decirse de Bernal Díaz del Castillo, que en su *Historia Verdadera de la Conquista de la Nueva España* describe el asombroso número de personas que a diario comerciaban mercancías provenientes de tierras remotas, la organización con que se realizaba este comercio y la vigilancia para que se hicieran transacciones honestas y se guardara el orden en todo momento.⁵⁵

Gracias a la labor de cronista de Bernardino de Sahagún, fraile franciscano que llegó a la Nueva España en 1528, conocemos mucho sobre la gran gastronomía indígena. Las técnicas y maneras de cocinar en México hoy en día son heredadas de estas culturas indígenas. En las cocinas de la Nueva España, el mestizaje gastronómico surgió por la influencia indígena en la preparación de alimentos y la atracción de los españoles hacia ingredientes locales. La diversidad gastronómica de México es vasta, con un gran potencial turístico para explorar desde el norte hasta el sur, y desde el Golfo

⁵⁴ Serrato García, Marco Antonio, Rayas Carbajal, Víctor Manuel y Murillo Salgado Román Tomás, La cultura gastronómica p'urhépecha como un gran activo turístico en Michoacán, consultado el 12 de julio de 2024, en: <https://redalyc.org/articulo.oa?id=88122240016>

⁵⁵ Farga, *Historia de la comida en México*, pp. 45-46.

de México hasta el Océano Pacífico. El Instituto Nacional de Antropología e Historia, a través de la Dirección de Turismo Cultural, ha creado un programa de recorridos gastronómicos en y fuera de la Ciudad de México, destacando esta rica herencia culinaria.⁵⁶

En ese contexto, México, es mundialmente conocido por sus playas, entre las que destacan las de Acapulco, Cancún, Manzanillo, Huatulco, Puerto Vallarta y Zipolite, que son destinos populares para los turistas. Además de sus atractivos costeros, muchas otras playas mexicanas como las de Veracruz, Campeche y Mazatlán, también destacan por su arquitectura y gastronomía, especialmente su cocina de pescados y mariscos. El turismo gastronómico tiene el potencial de convertirse en una de las principales y más inagotables fuentes de atracción en México. La gastronomía en México, se ha convertido en un campo significativo para el desarrollo y ha ganado reconocimiento internacional. Juega un papel crucial en el fortalecimiento de las relaciones sociales y se considera un elemento de identidad y distintivo cultural, destacando tanto la cocina tradicional como la popular.⁵⁷

En los últimos años, el sector gastronómico en México se ha fortalecido significativamente, aportando el 2% del PIB y generando 5.5 millones de empleos directos e indirectos, según datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía en 2013. A partir de 2010, el interés global por la cocina mexicana se ha acentuado debido al reconocimiento de la cocina michoacana como patrimonio intangible de la humanidad y entre las que destacan las bebidas, productos y culinaria tradicionales".⁵⁸

La gastronomía en México se ha convertido en un asunto de política pública. Desde agosto de 2015, el Gobierno Federal implementó la Política de Fomento a la Gastronomía Nacional (PFGN), con el objetivo de aumentar la productividad del sector.

⁵⁶ Muñoz Zurita, *Larousse Verde*, p. 19.

⁵⁷ Olivé Negrete, Julio César, *Antropología mexicana*, México, Instituto Nacional de Antropología e Historia, 2000, pp. 75-76.

⁵⁸ López Ojeda, Andrés, Pérez Camacho, Carmen, Guzmán Hernández, Celia y Hernández López, Ricardo, "Caracterización de las principales tendencias de la gastronomía mexicana en el marco de nuevos escenarios sociales" consultado el 22 de junio de 2024, en: https://www.researchgate.net/publication/322728696_Caracterizacion_de_las_principales_tendencias_de_la_gastronomia_mexicana_en_el_marco_de_nuevos_escenarios_sociales

Esta política beneficia a productores, cocineros, emprendedores y, a regiones con tradición y diversidad gastronómica abarcando todos los eslabones y agentes de la cadena de valor. La Secretaría de Turismo está a cargo de la implementación de la PFGN, destacando la prioridad del binomio Turismo-Gastronomía en la agenda pública. El contexto sociocultural y económico actual ha dado lugar a varias tendencias gastronómicas: la gastronomía cosmopolita, las cocinas tradicionales y populares, la gastronomía turística patrimonialista, la cocina de autor, la estetización de la gastronomía, la gastronomía responsable y saludable, y el fenómeno de los foodies en el consumo.⁵⁹

La gastronomía en México es un asunto serio debido a su impacto en distintas dimensiones: cultural, social, económica, educativa, política e incluso identitaria; se ha conformado como un factor de desarrollo, y un caso particular lo reviste la órbita turística; la cocina tradicional y popular ha acrecentado su importancia y visibilidad en el mercado gastronómico; resulta necesario fortalecer el conocimiento del sector gastronómico para entender su desarrollo y proyección. El campo de la gastronomía en México, es de gran interés por varias razones. Facilita la identificación y la relación social a través de comidas familiares y con amigos. Además, crea elementos de identidad y distinción cultural, como la comida indígena, festiva, mexicana y *gourmet*. También impulsa una economía del gusto, que se refleja en el sector de la restauración y la industria alimenticia.⁶⁰

La importancia de la gastronomía hoy en día está relacionada con el proceso de globalización, que ha influido en varios niveles y dimensiones, así como en la forma en que este fenómeno se define y desarrolla. La aceleración, producción y monopolio de la información y datos, impulsados por nuevas tecnologías de comunicación, son la base

⁵⁹ Serrato García Marco Antonio, Rayas Carbajal, Víctor Manuel y Murillo Salgado Román Tomás, La cultura gastronómica p'urhépecha como un gran activo turístico en Michoacán, consultado el 12 de julio de 2024, en: <https://redalyc.org/articulo.oa?id=88122240016>

⁶⁰ López Ojeda, Andrés, Pérez Camacho, Carmen, Guzmán Hernández, Celia y Hernández López, Ricardo, Caracterización de las principales tendencias de la gastronomía mexicana en el marco de nuevos escenarios sociales, consultado el 22 de junio de 2024, en: https://www.researchgate.net/publication/322728696_Caracterizacion_de_las_principales_tendencias_de_la_gastronomia_mexicana_en_el_marco_de_nuevos_escenarios_sociales

de la economía actual. Además, están marcando la transición hacia un nuevo paradigma social basado en el conocimiento.⁶¹

El informe mundial de la UNESCO del año 2005 sobre las sociedades del conocimiento destaca que, aunque la cantidad de información es crucial para el acceso y la difusión de innovaciones y el aumento de la productividad, el vasto potencial cognitivo de los pueblos del mundo es esencial. Este conocimiento crea sentido y debe ser valorado. En el terreno cultural, ello explica la revalorización de la diferencia cultural, de lo local frente a lo global, lo cual se conecta, en el plano gastronómico, por la tendencia a visibilizar las cocinas tradicionales y populares.⁶²

Lo anterior se encuentra vinculado con la revalorización del patrimonio no solo como bien simbólico que incide en la construcción de nacionalismo y pertenencia comunitaria, sino también como factor de desarrollo. En el primer caso, la inscripción de una de las cocinas tradicionales de México a la Lista Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad- el Paradigma Michoacano, refuerza el interés por las propias gastronomías frente a los anteriores modelos predominantes que constituyeron la medida de lo refinado, lo culto o lo sofisticado. Por ejemplo, las cocinas francesa o italiana, las cuales se siguen impartiendo en la mayoría de los programas gastronómicos como modelos de la alta cocina.⁶³

En el ámbito del turismo, las gastronomías ancestrales, tradicionales y locales han ganado protagonismo. Actualmente, hay tendencia creciente hacia la gastronomía turística patrimonialista, la cual enfatiza la preservación y promoción de esta actividad como parte integral del patrimonio cultural y turístico, destacando su historia, tradiciones y valores culturales. Las iniciativas, dirigidas por la Secretaría de Turismo, del gobierno de México, buscan fortalecer la gastronomía como un símbolo de identidad cultural,

⁶¹ Flores y Escalante, Jesús, *Breve historia de la cocina mexicana*, México, Editorial Grijalbo, 2003, p. 16.

⁶² Olivé Negrete, *Antropología mexicana*, pp. 102-103.

⁶³ López Ojeda, Andrés, Pérez Camacho, Carmen, Guzmán Hernández, Celia y Hernández López, Ricardo, Caracterización de las principales tendencias de la gastronomía mexicana en el marco de nuevos escenarios sociales, consultado el 22 de junio de 2024, en: https://www.researchgate.net/publication/322728696_Caracterizacion_de_las_principales_tendencias_de_la_gastronomia_mexicana_en_el_marco_de_nuevos_escenarios_sociales

además de promover su desarrollo económico. Otra consideración relevante implica el hecho de visualizar a la gastronomía como un elemento de desarrollo por su aporte a la generación de empleo e ingreso que explica, por ejemplo, la articulación de la política de fomento a la órbita del turismo. Un reto, en este sentido, sería la creación de productos gastronómicos capaces de complacer a los distintos consumidores. La gastronomía nacional, en este terreno, tiene un área de oportunidad toda vez que, en México, el turista nacional exhibe un interés claro por las cocinas regionales.⁶⁴

Introducción a la cocina tradicional de Michoacán

En primer, lugar se debe recordar lo ya mencionado páginas atrás en el sentido de que, la gastronomía mexicana prehispánica incluye platillos como tortilla, tlacoyos, tamales, pozole, quesadillas de hongo, insectos y flor de calabaza, así como el huitlacoche que es considerado un manjar. La colonia o el virreinato en el país fue un periodo en que la gastronomía mexicana tuvo un cambio radical. El comercio, la exportación y migración de europeos y africanos permitió que se incorporara a la gastronomía mexicana alimentos nunca antes vistos en América como el arroz, el trigo, la avena, el aceite de oliva, el ajo, orégano, cebollas, cilantro, canela, clavo y un largo etcétera. Del mismo modo se introdujeron nuevos animales domesticados como los cerdos, vacas, pollos, cabras y ovejas para producir carne y leche.⁶⁵

Ahora bien, al llegar al ahora estado de Michoacán de Ocampo, algunas de las tradiciones, técnicas y costumbres la comida típica de Michoacán se hizo muy variada, además, gracias a la diversidad geográfica del propio estado. Los habitantes de la entidad se identifican ampliamente por su comida, que destaca por los sabores étnicos mezclados con otras culturas principalmente la española. No hay solo un platillo que defina la cocina mexicana, ya que esta es tan diversa como el país mismo. Existen decenas de platillos típicos, algunos contemporáneos y otros con más de 700 años de

⁶⁴ Muñoz Zurita, *Larousse Verde*, pp. 132-133.

⁶⁵ Superprof blog -Jonás, Historia de la Cocina mexicana y su evolución, consultado el 13 de abril de 2024, en: <https://www.superprof.mx/blog/la-historia-de-la-cocina-mexicana/>

antigüedad. La pregunta sobre si los platillos actuales son iguales a los originales plantea la necesidad de explorar la evolución de la gastronomía mexicana. Esta evolución ha llevado a cambios y adaptaciones en los platillos típicos a lo largo del tiempo.⁶⁶

La cocina tradicional michoacana, es producto de la riqueza cultural y de los recursos naturales que hay en todo su estado y marca el resultado de la mezcla de culturas de pueblos originarios y de otros que fueron conquistadores, de nuevas formas y sabores que los migrantes han traído a estos lugares.

Al hablar de nuestra comida es remontarnos siglos atrás hasta las civilizaciones prehispánicas que habitaron en lo que hoy es el territorio mexicano. Su cocina era una muestra de técnicas milenarias y ritos que complacían algo más que el apetito. La cocina tradicional mexicana es un modelo cultural completo que abarca actividades agrarias, prácticas rituales, conocimientos antiguos, técnicas culinarias y costumbres comunitarias ancestrales. Esto se logra gracias a la participación de la colectividad en todas las etapas, desde la siembra hasta la degustación de los alimentos. Los elementos principales son el maíz, el frijol y el chile, junto con métodos de cultivo únicos como la milpa y la chinampa, y técnicas culinarias como la nixtamalización. Los utensilios tradicionales, como los metates y morteros de piedra, también son parte de este sistema.⁶⁷

La producción, la preparación y el consumo de los alimentos tuvieron connotaciones sagradas para la cultura purépecha. Se manejaba una relación de reciprocidad con sus divinidades, mediante la cual el pueblo proveía ofrendas para que ellos permitieran la continuación de los ciclos agrícolas y, por ende, el abastecimiento de alimentos para la población. A su vez, incorpora ingredientes autóctonos como tomates, calabazas, aguacates, cacao y vainilla, junto con productos básicos. Es un arte culinario elaborado y simbólico, donde las tortillas y tamales son parte de las ofrendas el Día de Muertos.⁶⁸

⁶⁶ Farga, *Historia de la comida en México*, pp. 26-27.

⁶⁷ Novo, *Cocina Mexicana*, pp. 56-57.

⁶⁸ Durston, John W., *Organización social de los mercados campesinos en el centro de Michoacán*, México, Instituto Nacional Indigenista, Secretaría de Educación Pública, 1976, pp. 56-63.

En Michoacán y en todo México, grupos de cocineras y practicantes de tradiciones culinarias trabajan en la mejora de cultivos y cocina tradicional, fortaleciendo la identidad comunitaria y los vínculos sociales a nivel local y nacional. Los esfuerzos en Michoacán resaltan la importancia de la cocina tradicional como un medio de desarrollo sostenible. El patrimonio cultural y el turismo son pilares importantes para promover, preservar y disfrutar de la riqueza cultural de una región. Los proyectos que se desarrollan en este sentido contribuyen a difundir y poner en valor la cultura, atrayendo a visitantes y generando un impacto positivo en la comunidad local. La Coordinación Nacional de Patrimonio Cultural y Turismo, en México, reconoce en el turismo una oportunidad para generar recursos económicos a partir de la explotación del patrimonio cultural inmaterial. Esto incluye fiestas patronales, danzas, música tradicional, comida y otras expresiones culturales que contribuyen a la generación de vínculos y la reproducción de identidades culturales en las comunidades.⁶⁹

En la última década, tanto comunidades como gobiernos locales en los países de la región han ganado influencia en decisiones legislativas y presupuestarias. Esto destaca la importancia de ampliar la valoración y el discurso sobre la conservación del patrimonio cultural, más allá de su valor histórico o estético, reconociendo su papel vital en las identidades locales y su potencial para generar recursos económicos y empleos de manera sostenible para la comunidad. Michoacán es un México en miniatura, con sus cinco climas, su costa tropical, su sierra fría y sus lagos. Además, es uno de los estados con mayor diversidad de población indígena.⁷⁰

En los últimos años, la entidad ha destacado como líder en el rescate y promoción de la gastronomía mexicana tradicional. La cocina tradicional de Michoacán, declarada Patrimonio Intangible de la Humanidad por la UNESCO en 2010, es un elemento clave del atractivo turístico tanto de la entidad como de México en su conjunto. Esta práctica mantiene vivas las tradiciones, productos, procedimientos y técnicas ancestrales, formando parte de la vida cotidiana y cultural de las comunidades locales. La

⁶⁹ *Estudio de política turística de México*, México, OCDE, 2016, pp. 24-25.

⁷⁰ Hernández López, José de Jesús y Barragán López, Esteban, coordinadores, *Michoacán patrimonio del alma de México*, Zamora, El Colegio de Michoacán, 2019, pp. 22-23.

gastronomía indígena purépecha, siempre ha sido considerada como propia por los michoacanos. La declaración de la UNESCO respecto a su inclusión en la lista representativa del patrimonio inmaterial de la humanidad es un reconocimiento a este legado cultural, aceptado socialmente desde épocas prehispánicas. No es común, entre las cocineras tradicionales conservar un recetario ya que ellas fueron aprendices y transmisoras de sus conocimientos oralmente a las nuevas generaciones, lo cual agudiza la vulnerabilidad de este patrimonio, otro motivo por el cual, su conservación es urgente.⁷¹

En ese tenor, cuando se buscó inscribir la Cocina Tradicional Mexicana en la Lista Representativa de Patrimonio mundial de la UNESCO, se exigió presentar un estudio de caso sobre acciones concretas realizadas a favor de la preservación del Patrimonio Culinario de alguna localidad. Las cocineras tradicionales son más que simplemente mujeres ataviadas con trajes típicos en las cocinas de sus tierras. Ellas representan la preservación y continuidad de la gastronomía ancestral que ha nutrido y fortalecido nuestra identidad a lo largo de los años.⁷²

De manera particular, la cocina tradicional de Michoacán destaca como un gran referente debido a que, gracias a las cocineras tradicionales existentes en el estado, se ha podido dar a conocer al mundo la cocina tradicional de las comunidades de la entidad, buscando mantenerla viva, vigorosa y siempre sabrosa. Esto sucede por virtud de las enseñanzas de madres a hijas, que han sabido transmitir de generación en generación los conocimientos y secretos que dicha cocina tiene. El reconocimiento a la cocina tradicional mexicana no fue coincidencia. México fue el primer país en recibir esta designación, ahora compartida con Francia y Japón. En 1985, un grupo de 10 mujeres cocineras michoacanas comenzó a preservar la cocina tradicional ante la influencia de alimentos extranjeros. En 2010, la UNESCO reconoció su labor declarando la cocina

⁷¹ Olvera Hernández, Lluvia, Análisis del turismo cultural como estrategia de conservación de la cocina Tradicional Purépecha, consultado el 23 de julio de 2024, en: <https://observatoriocultural.udgvirtual.udg.mx/repositorio/bitstream/handle/123456789/240/Olvera-Turismo%20cultural%20gastronomia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

⁷² Michoacán, el alma de México, Gastronomía Michoacana. El origen de nuestra cocina, Patrimonio Inmaterial de la Humanidad, consultado el 22 de mayo de 2024, en: <https://michoacan.travel/project/gastronomia/>

tradicional mexicana como patrimonio cultural de la humanidad, destacando la cocina michoacana como modelo debido a un expediente previamente elaborado en esa región.⁷³

Capítulo tres

EL LEGADO DE LA COCINA TRADICIONAL

La construcción del expediente de la cocina tradicional michoacana

Lo que conceptualmente se conoce como la cocina tradicional michoacana, es una reunión de platillos, sabores, ingredientes y actitudes que varían de región a región. La tradición culinaria de Michoacán es tan diversa como su geografía o su cultura. Antes de la declaratoria de la UNESCO, varias regiones de México, incluyendo Morelos, Mérida, Oaxaca, Michoacán, Guerrero y Guanajuato, organizaban eventos anuales de cocineras tradicionales, respaldados por la Secretaría de Turismo y otras dependencias gubernamentales. En Michoacán, ocho mujeres han sido reconocidas como maestras cocineras. Ello en el contexto de que, durante el Encuentro Internacional sobre Patrimonio Cultural, Desarrollo y Turismo en América Latina y el Caribe en 1996 en La Habana, Cuba, los especialistas mexicanos propusieron reconocer las prácticas culinarias como parte integral del patrimonio cultural y del desarrollo. En el Tercer Congreso Latinoamericano sobre Patrimonio Gastronómico y Turismo Cultural en 2001 en Puebla, México, se formuló una primera propuesta temática. En el Cuarto Congreso de Puebla en el 2002, se consolidó un esquema teórico y se llamó a especialistas y organizaciones para preparar una candidatura que destacara el sistema cultural alimentario mexicano como parte del patrimonio oral e intangible”.⁷⁴

En reuniones con expertos, se elaboraron documentos como antecedentes para justificar la candidatura, liderados por Cristina Barros, reconocida por sus trabajos en la

⁷³ Patrimonio Cultural y Turismo, Pueblo de maíz. La Cocina ancestral de México. El expediente ante la UNESCO, consultado el 14 de marzo de 2024, en: https://www.cultura.gob.mx/turismocultural/publi/Cuadernos_19_num/cuaderno10.pdf

⁷⁴ González de la Vara, Martín, “La cultura gastronómica como patrimonio michoacano”, en Hernández López, José de Jesús y Barragán López, Esteban, coordinadores, *Michoacán patrimonio del alma de México*, Zamora, El Colegio de Michoacán, 2019, pp. 84-85.

cocina popular mexicana. Estos estudios demuestran que la cohesión identitaria de los mexicanos se basa en su sistema cultural alimentario, una cocina original con características que reafirman la raíz común de las comunidades productoras y son valoradas por otros pueblos. La Coordinación de Patrimonio Cultural, Desarrollo y Turismo del Consejo Nacional para la Cultura y las Artes (CONACULTA), organismo oficial del Gobierno Mexicano, supervisó los estudios preliminares que condujeron a la redacción del expediente. Más adelante, se encargó de organizar, coordinar y gestionar todos los trabajos que conformaron el documento final.⁷⁵

Diversas dependencias gubernamentales, expertos, instituciones académicas y organizaciones profesionales y gremiales, relacionadas con la ecología, la agricultura y la gastronomía contribuyeron con sus aportaciones, ofreciendo una visión interdisciplinaria y fundamentada técnica y argumentativamente sobre el tema propuesto. El nombre del expediente de la cocina es “La Cocina Tradicional Mexicana. Cultura comunitaria, ancestral, popular y vigente. La columna vertebral fue la cocina tradicional de Michoacán, siendo este estado el modelo. La doctora Gloria López Morales coordinó el proyecto, siendo apasionada por la historia y salvaguarda de la cocina tradicional. La entidad aportó la identidad que más testimoniales proporcionó en el expediente.⁷⁶

En marzo de 2004, el grupo de trabajo liderado por CONACULTA evaluó propuestas para la candidatura de México en la proclamación de la UNESCO de Obras Maestras del Patrimonio Oral e Intangible. Decidieron presentar la cocina tradicional mexicana, específicamente la de Michoacán. En mayo de 2004, la UNESCO aprobó fondos para preparar el expediente nacional de esta candidatura. Se elaboró un primer borrador del documento, que luego fue revisado con la colaboración de expertos del Instituto Nacional de Antropología e Historia (INAH) y de CONACULTA. Se elaboró un documento que incluyó una introducción argumentativa del expediente. Se agregaron los documentos sobre los riesgos y problemas que amenazan al patrimonio, junto con un

⁷⁵ Olvera Hernández, Lluvia, Análisis del turismo cultural como estrategia de conservación de la cocina Tradicional Purépecha, consultado el 23 de julio de 2024, en: <https://observatoriocultural.udgvirtual.udg.mx/repositorio/bitstream/handle/123456789/240/Olvera-Turismo%20cultural%20gastronomia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

⁷⁶ Michoacán, el alma de México, *Gastronomía Michoacana. El origen de nuestra cocina, Patrimonio Inmaterial de la Humanidad*, consultado el 22 de mayo de 2024, en: <https://michoacan.travel/project/gastronomia/>

plan de gestión para su preservación. Expertos y líderes en cultura, alimentación y gastronomía expresaron apoyo a la candidatura, al igual que el sentir público a través de los medios de comunicación.⁷⁷

Instituciones académicas, fundaciones, asociaciones, cámaras empresariales y gobiernos reconocen la importancia de proteger la gastronomía mexicana como un rasgo identitario invaluable para las generaciones futuras. El expediente de la cocina tradicional fue enviado dos veces y corría el riesgo de no ser reconocida por segunda vez. En ambas ocasiones enfrentó dificultades debido a la fuerte competencia de cocina de otras culturas como la china, francesa, española e italiana. En la primera ocasión, no recibió la declaratoria debido a la alta competencia. En la segunda ocasión los argumentos del embajador de México y del representante de la UNESCO en México, el doctor Francisco López, lograron que la cocina tradicional mexicana fuera declarada patrimonio cultural e inmaterial.⁷⁸

La primera parte del expediente destacó la importancia del maíz como elemento central en el sistema alimentario y cultural de los mexicanos. Se destacó la definición de la comida ancestral como un hecho cultural de gran relevancia, materializado en las cocinas comunitarias y actualmente amenazado. Se resaltó que la cocina ancestral mexicana se manifiesta en las cocinas de las comunidades y abarca una serie de procesos sociales con significado colectivo. En pocas palabras, reconocer y valorar la interculturalidad permite comprender mejor las expresiones culturales, especialmente en las cocinas tradicionales, que son portadoras de significado histórico y continuidad cultural. Los llamados de la UNESCO a priorizar el desarrollo humano y cultural necesitan

⁷⁷ Olvera Hernández, Lluvia, Análisis del turismo cultural como estrategia de conservación de la cocina Tradicional Purépecha, consultado el 23 de julio de 2024, en:

<https://observatoriocultural.udgvirtual.udg.mx/repositorio/bitstream/handle/123456789/240/Olvera-Turismo%20cultural%20gastronomia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

⁷⁸ Olvera Hernández, Lluvia, Análisis del turismo cultural como estrategia de conservación de la cocina Tradicional Purépecha, consultado el 23 de julio de 2024, en: <https://observatoriocultural.udgvirtual.udg.mx/repositorio/bitstream/handle/123456789/240/Olvera-Turismo%20cultural%20gastronomia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

de creatividad y herramientas para identificar la riqueza original de las culturas y respaldar las transformaciones actuales con argumentos sólidos.⁷⁹

En resumen, la valoración de la cocina ancestral mexicana, centrada en el maíz y la milpa, no solo honra el pasado, sino que también refleja la autenticidad y la adaptabilidad de las comunidades a lo largo del tiempo. Las cocinas tradicionales de Michoacán, Oaxaca y Puebla son especialmente emblemáticas, influyendo en toda la gastronomía nacional y promoviendo un intercambio de conocimientos y experiencias entre las distintas cocinas locales.

El conocimiento y difusión de la riqueza culinaria de México se ha extendido mediante acciones públicas en torno a la cocina, que ahora es estudiada por historiadores, antropólogos, promotores culturales, escritores y científicos. La presentación de la candidatura por parte de la CONACULTA ante la UNESCO ha generado gran difusión sobre el tema. Su eventual proclamación facilitará la salvaguardia de una cultura alimentaria significativa como patrimonio de la humanidad. La UNESCO ha desempeñado un papel crucial en la identificación y mitigación de los desafíos que plantea la globalización para la diversidad cultural. Ha advertido sobre los riesgos de ese fenómeno que propicia la uniformidad y que puede erosionar la diversidad cultural, la cual es esencial tanto para la humanidad como para la naturaleza.⁸⁰

Al abogar por la protección del patrimonio cultural y la promoción de la diversidad, la UNESCO busca asegurar que el avance global no sacrifique la riqueza de las diferentes culturas y tradiciones. De ahí la importancia de la Convención para la Protección del Patrimonio Mundial, Cultural y Natural, que data de 1972 y cuyo impacto no necesita ser descrito. Basta decir que el rescate espectacular de sitios y monumentos, así como de enormes reservas de riqueza biológica se debe a ese instrumento sin el

⁷⁹ González de la Vara, “La cultura gastronómica como patrimonio michoacano”, en Hernández López y Barragán López, coordinadores, *Michoacán patrimonio del alma de México*, p. 86.

⁸⁰ González de la Vara, “La cultura gastronómica como patrimonio michoacano”, en Hernández López y Barragán López, coordinadores, *Michoacán patrimonio del alma de México*, p. 86.

cual, hoy, la valoración de la herencia patrimonial no conocería el auge que se observa en todos los países y en todas las latitudes.⁸¹

El reconocimiento de la UNESCO tiene una gran capacidad para generar conciencia sobre el valor de la cultura en todas sus dimensiones y promover acciones para su preservación y creación. Se preparó un nuevo instrumento para proteger la diversidad de contenidos culturales y expresiones artísticas, enfocándose en valores inmateriales. Los miembros de la UNESCO utilizaron la Convención para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial, vigente desde 2003. En este contexto, se decidió participar en la tercera convocatoria para la Proclamación de los Tesoros del Patrimonio Intangible. La candidatura presentada incluyó un expediente enviado a París con cerca de 40 kilos de documentos y otros soportes.⁸²

La propuesta instaba a todos los departamentos de México a defender, promover y hacer florecer las costumbres culinarias, consideradas un pilar fundamental de la identidad nacional, mediante una mayor conciencia y compromiso. Todos los que participaron en la elaboración de esta experiencia estaban convencidos de la solidez de los argumentos presentados. Confiaron firmemente en lo bien fundamentada que estaba la propuesta ya que México siempre ha sido un país de vanguardia en sus teorías y acciones cuando se trata de apreciar nuestros valores culturales y patrimonios. Detrás de todo esto y en el origen del expediente hay mucha labor, mucha energía, mucha imaginación de un círculo importante de gremios y personas que todos los días en sus fogones, en sus restaurantes, en sus cofradías, en sus aulas académicas, en sus empresas, militan a favor de la conservación, reconocimiento y difusión de la cocina mexicana.⁸³

Se cita como ejemplo el Encuentro de Cocineras Tradicionales de Michoacán que reunió a cocineras indígenas en Uruapan para una demostración de alimentos. Se

⁸¹ Patrimonio cultural y turismo, cuadernos 10, Recapitulación, consultado el 15 de julio de 2024, en: https://www.cultura.gob.mx/turismocultural/cuadernos/cuaderno10_3_7.php

⁸² Michoacán, el alma de México, *Gastronomía Michoacana. El origen de nuestra cocina, Patrimonio Inmaterial de la Humanidad*, consultado el 22 de mayo de 2024, en: <https://michoacan.travel/project/gastronomia/>

⁸³ Patrimonio cultural y turismo, cuadernos 10, Recapitulación, consultado el 15 de julio de 2024, en: https://www.cultura.gob.mx/turismocultural/cuadernos/cuaderno10_3_7.php

contribuyó al debate sobre las implicaciones de la cultura alimentaria y el desarrollo socioeconómico a través de publicaciones, congresos, seminarios y participación de foros sobre patrimonio y turismo cultural. Yuriria Iturriaga fue la que propuso que nuestra cocina fuera candidata en París. Se le consideró ilusa, pero persistió gracias a su fe en el tema y al apoyo de personas como Cristina Barros la cual elaboró una sólida argumentación científica que permitió defender enérgicamente la propuesta demostrando que la cocina mexicana es un tesoro único.⁸⁴

La importancia cultural y gastronómica de las cocineras tradicionales

Las cocineras tradicionales de Michoacán, son cultura y tradición gastronómica mexicana, los Ingredientes, recetas y rituales que se repiten cada día, es lo que les ayuda a aprender, mejorar y perfeccionar sus técnicas y conocimientos que les dan sabor a sus platillos. Para luego transmitirlos a generaciones posteriores, entre sus familias y su comunidad. Un legado con un conocimiento ancestral, para luego deleitar con su sabor culinario paladares de nacionales e internacionales. La posibilidad de profundizar y ampliar en el conocimiento de esta temática ha sido factible a través de las entrevistas efectuadas a algunas de las más prominentes exponentes de la cocina tradicional de Michoacán.⁸⁵

Es en primera instancia el caso de la maestra cocinera Victoria González Chávez. Ella es originaria de Apatzingán Michoacán, nos cuenta que en su región tienen mucha cultura, tradiciones muy ancestrales, algunas se fueron perdiendo y otras han tenido la fortuna de rescatarlas; no habla ningún otro dialecto pero que ha tenido la oportunidad de viajar a varias partes del mundo tales como casi toda la República Mexicana, a Long Beach, Estados Unidos; España y, próximamente, Italia. Comenta que tiene varias propuestas fuera del país, pero aún no se concretan. Su platillo más reconocido es el

⁸⁴ Olvera Hernández, Lluvia, Análisis del turismo cultural como estrategia de conservación de la cocina Tradicional Purépecha, consultado el 23 de julio de 2024, en: <https://observatoriocultural.udgvirtual.udg.mx/repositorio/bitstream/handle/123456789/240/Olvera-Turismo%20cultural%20gastronomia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

⁸⁵ González de la Vara, “La cultura gastronómica como patrimonio michoacano”, en Hernández López y Barragán López, coordinadores, *Michoacán patrimonio del alma de México*, pp. 85-86.

aporreadillo, platillo típico de tierra caliente. Nos contó que en los años cincuenta del siglo pasado cuando no había luz, no existía la manera de conservar las carnes entonces las ponían a secar y duraba mucho tiempo bien conservada.⁸⁶

La maestra cocinera Victoria González comenzó a cocinar desde muy pequeña, su madre la enseñó. Su mamá traía la herencia de su Nina (madrastra Carolina Sánchez) ya que quedó huérfana y su papá tenía que buscar quien le cuidara a sus dos hijas. Ha participado en el cuarto, quinto, sexto, séptimo, octavo y noveno Foro Mundial de la Cocina Tradicional Mexicana, en el Primer Encuentro Global de la Cocina Tradicional Mexicana con más de 33 países; ella orgullosa representando a Apatzingán, Michoacán y México. Dice con evidente satisfacción que fue muy bonito y algo difícil pero divertido porque nadie hablaba el mismo idioma, la única manera de comunicarse fue cuando empezaron a probar los platillos y daban el visto bueno con el dedo pulgar.⁸⁷

La propia maestra Victoria González abunda en que, también ha participado en la Cocina Popular Mexicana en Jalisco, desde hace cuatro años, representando a la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (UMSNH). Además, participó en el Encuentro de Moles también en Jalisco en el evento de El Mole y el Tequila. De esa colaboración nos cuenta que se llevó una gran experiencia: “Se me acercó un señor y me dice que de dónde venía yo, y yo le dije que de Michoacán. Me dice: ¡hola! bienvenida, pero sabe que Jalisco nunca pierde”. A lo que ella le contestó: “Claro que sí, pero yo gano desde el momento en que soy invitada a un evento y ya me siento ganadora desde ahorita”.⁸⁸

De igual forma la referida maestra cocinera me manifiesta que se llevó una gran satisfacción, ya que fue la ganadora del primer lugar de ese evento. Morelia en Boca es otro evento en el cual ha participado en lugares como la ciudad de Mérida, Yucatán. Después, en el Evento del Agave y el Tequila en Guanajuato. Acto seguido me comparte que, en un evento en Long Beach, California, Estados Unidos, realizó la morisqueta, pero al abrir las cajas de arroz paiza, el cual había solicitado, le habían dado arroz

⁸⁶ Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez realizada por Claudia Guzmán Ramírez, el día 3 de julio de 2024, en Pátzcuaro, Michoacán.

⁸⁷ Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez.

⁸⁸ Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez.

precocido y fue el mismo chef Carlos Gaytán (ganador de estrella Michelin) quien le consiguió el que necesitaba ya que ella le preguntó que si el haría la morisqueta con ese arroz a lo cual respondió que jamás. El primer reconocimiento de la maestra cocinera Victoria González le fue dado por la UNESCO reconociéndola como Cocinera Tradicional, un premio por el mejor stand en el evento de Cocineras Tradicionales en 2004, en el cual era su primera vez y no tenía ni idea de cómo armar uno, fue preguntando y construyéndolo.⁸⁹

En ese tenor, la maestra Victoria González me expresa que, tiene demasiados premios que no recuerda pero que su marido sí, pero nos comenta que a los restaurantes en los que ha estado las paredes están llenas de esos testimonios. Para ella el mayor reconocimiento es que la hayan nombrado Maestra Cocinera, que fue durante el gobierno de Fausto Vallejo Figueroa; y al entrar el doctor Salvador Jara Guerrero fue que la nombran Maestra Cocinera a través del secretario de Turismo, Roberto Monroy. Me confía que, “ahí se ganó como platillo de rescate de nuevas generaciones una de mis hijas con la toquera en salsa de minguique. Este último es un platillo que ya se había perdido totalmente en la región y que muchas generaciones nuevas se preguntan y hasta lo han comentado que ese platillo no es de Apatzingán porque se perdió totalmente y nosotros nos dimos a la tarea de andar buscando platillos. Y eso ha sido uno de mis hobbies, el ir a las comunidades, a los cerros y estar por allá buscando platillos que se han perdido en la región. Estas toqueras no son como las que conocemos de Huetamo, estas son en la hoja del elote, ahí se hace la toquera, se pone a asar y le da un sabor exquisito”.⁹⁰

Al preguntarle a la señora Victoria González que qué significaba para ella ser reconocida como maestra cocinera, esto me dijo: “A mí me han dicho mucho que qué siento, yo no siento nada, me siento como una persona que está contribuyendo para la demás gente, pero que tu digas yo me siento la mejor, no. Mis hijas me han dicho mami no sabes ni nosotras nos la hemos creído que eres tú, pero escuchar a otra persona hablando de ti, de lo bonito que habla de ti, de lo grande que eres tú nos quedamos sin

⁸⁹ Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez.

⁹⁰ Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez.

palabras, pero como tú nunca nos dices soy esto y lo otro, tú eres igual que nosotros y nos dices que hacer, pero en el sentido de que aprendamos y que todas las recetas de mis ancestros no se vayan a las tumbas. No quiero que se vaya a la tumba, quiero que se den a conocer y sigan buscando más gastronomía de la que yo todavía no puedo llegar a encontrar, rebusquen en donde sea y ellas también se van a las comunidades a buscar recetas”.⁹¹

Con respecto a los utensilios de cocina que utiliza y electrodomésticos modernos o tradicionales la maestra Victoria González expresó que “como puedes ver tengo un espacio reducido en la cocina y no puedo tener carbón, yo aquí no me siento en mi lugar, porque mi cocina es de humo totalmente y me dicen mujer de humo ¿por qué? Porque siempre estoy atrás de los anafres con carbón o con leña, entonces aquí sí no me siento yo, en Morelia si tenía mi cocina muy grande, pero ando buscando un lugar más grande para poder hacerlo para que tengan ese sabor que da la leña, que da el humo de las brasas”.⁹²

En los eventos de Cocineras Tradicionales me comenta la maestra González que, si tienen leña, anafres, carbón y todo lo tradicional para preparar los alimentos a su manera tradicional, pero en el Festival de Origen no te permiten usar leña ni carbón y comenta que se siente uno mal porque no puede maniobrar las cosas a como ella está acostumbrada. Y abunda en que, “yo soy más de leña y carbón, hasta mis hijas me dicen hay mami ya estamos como tú, no podemos dejar de usar lo tradicional, ellas tienen sus anafres en su casa al igual que su cocina moderna con su estufa y todo y yo les digo bueno la estufa utilízala para calentar algo rápido y me dice es que ya el sabor lo tenemos, el sabor no es el mismo, nos acostumbramos y nos sirve de mucho porque no ensuciamos la cocina”.⁹³

En esta secuencia de la entrevista sale a relucir la cuestión de ¿cuál fue el motivo por el que se tomó interés por preservar la Cocina Tradicional y colocarlo como Patrimonio Cultural Inmaterial? De inmediato me refiere que “cuando llegó al ámbito de

⁹¹ Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez.

⁹² Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez.

⁹³ Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez

las cocineras tradicionales me sentía como en mi casa, porque podía hacer mis paranguas y cocinar en una olla de 10 kilos de arroz de pura morisqueta en leña y sin que se me quemara. Me sentía feliz porque yo nací entre eso, yo llego a cocineras y me sentí en mi niñez, en mi familia y te lo juro que todavía lo siento igual que cuando estoy dentro de la cocina allá en cocineras. Porque si vez hay mucho humo, ustedes se la pasan llorando con la leña, a uno ya ni le hace, entonces eso me ha inspirado en seguir en la cocina, el significado de poder lograr que la cocina fuera patrimonio. Fue un trabajo muy grande, mandamos el expediente, se mandó una vez, otra vez y hasta la tercera vez fue que se nombró y que se hizo la declaratoria y todos, Juanita y Antonina me platican la emoción que se vivió en ese momento. Cuando sonó un palo, dicen ellas y los chefs que iban como Gloria López, que es la presidenta del Colegio Cultural Gastronómico y varios más, se quedaron mudos cuando hicieron la declaratoria que la Cocina Tradicional Mexicana era nombrada Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad bajo el paradigma de la entidad. Entonces todos los michoacanos debemos sentirnos orgullosos porque sí fue un trabajo muy fuerte el que llevamos para poder lograr esto, fue un trabajo muy grande porque si fuimos rechazados dos veces y cada vez que nos rechazaban nos poníamos tristes, pero a la tercera fue una fiesta y un júbilo”.⁹⁴

Cuando la maestra cocinera Victoria González acude a los eventos ella ve que la gente se emociona y se interesa por la Cocina Tradicional. En ese sentido destaca, “porque gente adulta revive su vida, su juventud y su niñez, yo te voy a decir una cosa que me quedó en mi mente de una persona que llegó al restaurante que yo tenía antes de un diseñador reconocido que vino a comer y de la nada empezó a llorar y le dije y ahora que le pasa y me dice lloro porque mí mi mamá nunca me guisó y sentí un nudo en la garganta. Entonces son experiencias que te dejan la cocina, el sabor, la sazón y sabes que estás haciendo bien las cosas, sabes que no estás fallando, porque en esas demostraciones ves eso, el recordar la sazón de sus madres, la sazón de casa, la sazón de la abuelita o de la tatarabuela entonces eso para mí es muy satisfactorio”.⁹⁵

⁹⁴ Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez.

⁹⁵ Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez.

Me cuenta, además, la maestra González que tuvo la fortuna de conocer y hacer las recetas de su mamá, que, aunque murió joven, a los 53 años; tuvo la oportunidad de tener sus recetas y así poder guardarlas. Mucha gente le ha preguntado que si no le interesa hacer un libro o recetario a lo que ella responde: que “ya tengo cuatro y me dicen, pero donde los vendes o como, y les digo no; los cuatro están en cada una de mis hijas, cada una de mis hijas es un tomo, entonces yo me quedé con el tomo de mi mamá”. Al preguntarle si ella sabía o consideraba que la cocina de su familia era tradicional antes de que el concepto fuera establecido o tuviera renombre nos comenta: “sí, yo sabía que era cocina tradicional porque mi mamá cocinaba en paranguas y chimeneas, decía mi mamá vámonos al río a comer, nada más llevaba los ingredientes y ahí se hacía las paranguas y hasta los jitomates los asaba dentro de las brasas. No los ponía en nada y nos pedía que laváramos unas piedras y eso le servía para molcajetear, entonces yo ya sabía que todo eso era tradicional porque ella siempre se rigió con los platillos ancestrales que le heredó su papá, mi abuelo; y su Nina”.⁹⁶

Para la Maestra Cocinera Victoria González la Cocina Tradicional lo es todo pues engloba todo y es una de las mejores pues es una de las más auténticas y saludables. Y dice que, “antes, yo recuerdo mucho, ahorita te quitan ya el aceite y yo sigo cocinando con manteca, antes te quitaban muchas cosas, ¿cuánto duraban nuestras abuelas? Noventa y tantos años y ahora cuanto duran, porque te quitan todo lo natural. Antes mi mamá nos hacía una sopa de tortilla que era base; ya cuando yo empecé a salir y pedía una sopa de tortilla, yo en mi mente era la sopa de tortilla que mi mamá preparaba pero al verla ya no era esa sopa, era un caldo con pedazos de tortilla frita, queso y crema, entonces esa sopa de tortilla para mí era como un pastel, una rebanada de pastel que yo comía porque era bien comprimida y con el sabor de hierbabuena, jitomate y cebolla; era una sopa riquísima que jamás la he visto que nadie la haga, esa ya se perdió. Esa yo desde que falleció mi mamá no la había hecho hasta hace poco se las di en una clase a unos muchachos, porque dije esa receta no se va a perder, entonces eso es lo que te

⁹⁶ Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez.

digo yo, para mí la Cocina Tradicional es la mejor porque es todo lo natural, saludable y delicioso”.⁹⁷

Los platillos más tradicionales en la percepción de la maestra Victoria González son el churipo, las corundas, los uchepos, el aporreadillo, el frito (que antes se hacía con jabalí ahora se hace con puerco), las enchiladas, la cecina dorada, el mole. Y con sobrado orgullo abunda en que, “mí mole es muy diferente a los moles de acá, el mole es único para mí, la gente que lo ha conocido, que lo ha probado, como te digo, en el Festival del Mole en Jalisco, había muchísima variedad de moles y el mío fue el que ganó, entonces puedo decir que el mole es un ícono de nosotros”.⁹⁸

Para la señora Victoria González el ingrediente fundamental de la Cocina Tradicional es la sazón, pues “la sazón que tienen en sus manos, porque no todos la tienen, yo te puedo dar una receta a ti y te digo exactamente como la hagas y no te sale”. Ella recuerda con gracia el primer platillo que preparó que fueron unos chiles rellenos: “esos chiles rellenos que preparé, escasamente tenía yo 8-9 años, me gustaba mucho ver a mi madre cuando cocinaba, siempre nos sentaba a todos los hijos a que la viéramos cocinar y se ponía a cantar. Ella siempre decía que estar en la cocina y cocinando lo tenía que hacer uno con amor y pasión, ella cantaba siempre-hay unos ojos- y yo le pregunté una vez que por qué cantaba esa canción y me dice porque estoy haciendo la comida y los ojos que me están mirando son los más bellos, los de mis hijos. Yo me le quedaba viendo mucho cuando hacía los chiles rellenos, el día que me dijo, yo he visto que tú le pones mucho empeño cuando hago los chiles, entonces ahora te va a tocar a ti, ella me ponía a batir los huevos. A mí con la mano me crecía y después con una palita y ya quedaba esponjoso, mi mamá me decía que tenía la mano caliente por eso me esponjaba bonito, entonces vas a hacer los chiles rellenos, yo bien valiente le dije que sí, me dice lo único que te pido es que cuando los echas al aceite caliente tengas mucho cuidado o quieres que yo te ayude, le dije no, yo lo hago todo, ya tenía todo ahí y me puse a hacerlos, mis hermanas se burlaban de mí. Yo ya estaba haciendo mis chiles, los ase, rellene, los pelé y no tenía que llevar ninguna semilla porque mi mamá decía que

⁹⁷ Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez.

⁹⁸ Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez.

eran malas porque se nos podían ir al apéndice, lo rellené de queso y agarro el chile y lo meto al huevo, al sacarlo y meterlo al aceite caliente se expandió el huevo porque se me olvidó ponerle la harina. Mi mamá me dijo ya ves te dije, pero es la primera vez que lo haces y te salió muy bien”.⁹⁹

Para finalizar la entrevista tan amena que tuve con la maestra cocinera Victoria González le pregunté que para quién disfrutaba cocinar a lo que me dijo: “a mí me gusta cocinar para la gente, para mis hijas. Cuando estoy en casa para mi familia. Ahora aquí en el negocio pues para la gente, para mí es satisfactorio que salga la gente y que diga que rica está su comida, vamos a regresar. Esa es la gran satisfacción que tengo aquí en mi negocio, que la gente me halague la comida y que se vayan con ese sabor de la tierra caliente”.¹⁰⁰

En este tenor y en aras de ampliar mi apreciación sobre esta temática concrete una segunda entrevista, ahora con la maestra cocinera Ana María Ibarra Uribe. Ella es originaria de la ciudad de México, pero radicada en Morelia, Michoacán, desde hace más de 40 años. Me comenta que no habla ningún otra lengua o dialecto y que ha tenido la oportunidad de viajar a varios estados de la República Mexicana. La tradición de su lugar de origen se basa, dice, de frijol y chile al igual que algunas proteínas y dulces. Al preguntarle que cual es su platillo más emblemático comenta que no tiene uno en específico pues le elogian cualquier preparado y que lo que le pidas ella te lo puede cocinar con gusto y amor.¹⁰¹

Ya adentrados en el tema me dice que sola se enseñó a cocinar por necesidad, ya que sus padres trabajaban mucho y se hacía cargo de sus hermanas entonces fungía la labor de madre, cocinera y ama de casa. En ese tenor, “la cocina ha sido el centro de mi vida y mi familia. Al cocinar para mis hermanas veía como nos unía, eran momentos especiales”. Su nombramiento como Cocinera Tradicional no fue directo, ya que no pudo asistir porque su hijo se encontraba grave de salud y una de sus hermanas se encargó

⁹⁹ Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez.

¹⁰⁰ Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez.

¹⁰¹ Entrevista a la maestra cocinera Ana María Ibarra Uribe efectuada por Claudia Guzmán Ramírez, en Morelia, Michoacán, el 5 de julio de 2024.

de recibirlo. Al respecto refiere que, “en el Gobierno de Genovevo Figueroa Zamudio fui reconocida como Cocinera Tradicional, cabe mencionar que yo soy tía de la esposa de él. Entonces como ellos sabían que yo hacía todos los antojitos de la Casa de las Artesanías, ellos fueron los que dijeron que yo sabía hacer de todo. Para mí la cocina michoacana es un reflejo vivo de nuestra historia y cultura”.¹⁰²

Sus utensilios de cocina, dice la maestra Ana María Ibarra, han sido los mismos por muchos años y rara vez renueva alguno ya que dice que antes los hacían de mejor calidad. Está pelada con las cocinas modernas ya que dice: “Con el gas y las técnicas modernas y rápidas de la preparación de alimentos se pierde la pasión y gusto por sentir el calor de las brasas al estar calentando los frijoles o las tortillas, en los eventos, por ejemplo, a veces no disfrutas el cocinar porque es tanta la gente que va que lo importante ahí para la mayoría de la gente es que los atiendan rápido, algunos se quedan a platicar pero no por mucho. El interés de algunas personas que asisten a estos eventos es por amor a la comida y sus tradiciones, por recuerdos diría yo, al apoyarnos en estos eventos tanto monetariamente como que se hagan varias ediciones hacen que nuestras recetas y técnicas se conserven y sigan siendo parte de nuestra identidad”.

Los eventos a los que ha asistido la maestra Ana María Ibarra son la mayoría que organiza la Casa de la Cultura, incursionó en el hotel Alameda con la corunda, ya que se hizo muy popular con hojas de acelga y eso la llevó a ganar varios reconocimientos. Me comenta que ella estuvo en los primeros eventos de Cocineras Tradicionales en el año 2003, en Uruapan y Morelia del cual fue precursor, precisamente, el ex gobernador Genovevo Figueroa. La esposa de este personaje, Rubí Silva, era dueña del restaurante Los Girasoles y ella venía a recabar las recetas de la Señora Ana María. De tal suerte que, “le daba con gusto las recetas que para mí son y seguirán siendo un tesoro, no quiero que se pierdan con el tiempo. Mis hijas heredaron el gusto por cocinar y con eso me voy tranquila porque sé que prevalecerán las recetas por muchas generaciones y en el tiempo que ayudé a darle las recetas a Rubí, sé que mucha gente las probó”.¹⁰³

¹⁰² Entrevista a la maestra cocinera Ana María Ibarra Uribe.

¹⁰³ Entrevista a la maestra cocinera Ana María Ibarra Uribe.

La propia maestra Ibarra Uribe me expresa que, “cuando estuve en la Casa de las Artesanías, el licenciado Víctor Manuel Tinoco Rubí en el año de 1996, retomó lo que era la gastronomía michoacana y en aquel tiempo era Cocinera de Gastronomía Michoacana. Fue entonces, por ejemplo, hacían eventos en el hotel Alameda y Virrey de Mendoza. Muchas de nuestras recetas y técnicas no están escritas, sino que se pasan de generación en generación a través de la práctica y la observación, en mi caso mis hermanas e hijos aprendieron así, pero yo no, yo aprendí sola viendo y oyendo de otras personas ajenas a mí. Es una forma de enseñanza muy rica y personal, que asegura que cada platillo mantenga su autenticidad”.¹⁰⁴

Y abunda en que, “me acuerdo en un evento que era a las dos de la tarde y se me cayó la cazuela de los frijoles charros, yo lloré de la desesperación entonces corrí a conseguir más y rápido los hice. Cuando llego vi que los meseros estaban comiéndoselos y les dije que qué estaban haciendo y me dijeron es que a nosotros nuestra madre no nos cocina y queríamos probar”. Me comenta que cocinar es más que preparar alimentos, es vida y conecta con sus raíces. Prefiere cocinar con ingredientes frescos y que cuando se lo propone ella misma cultiva todo.¹⁰⁵

En esa tesitura dice que, “recuerdo el primer platillo que cociné y lo hacía porque rendía mucho. Fue una sopa de fideos. Freí el fideo hasta que dorara de repente se me quemaba, pero en esos casos no podía hacer nada, no podía desperdiciar nada. Aunque era un plato sencillo era un logro y más porque con eso alimentaba a mis hermanos y convivíamos, desde entonces supe que la cocina sería una parte esencial de mi vida”. El ingrediente principal y fundamental de la cocina mexicana es el maíz, me cuenta, ya que “el maíz es la base de esta gastronomía, con él se pueden hacer infinidad de platillos y deleitar a toda clase de paladares. Sin el maíz, nuestra cocina no sería la misma”.¹⁰⁶

Sobre su vocación para esta actividad la maestra Ibarra Uribe dice que, “disfruto mucho cocinar para mi familia y la comunidad, en los eventos y para mí misma. Es una satisfacción tan grande para mí cuando no queda nada en las cazuelas. Como mencioné

¹⁰⁴ Entrevista a la maestra cocinera Ana María Ibarra Uribe.

¹⁰⁵ Entrevista a la maestra cocinera Ana María Ibarra Uribe.

¹⁰⁶ Entrevista a la maestra cocinera Ana María Ibarra Uribe.

anteriormente cocinar para mí es la manera de cuidar y expresar cariño hacia los demás, de reunir a las personas alrededor de la mesa y de mantener vivas las tradiciones”.¹⁰⁷

Para fortalecer la narrativa que he construido alrededor de la cocina tradicional michoacana, consideré pertinente efectuar otra entrevista que me posibilitara a diversificar la percepción que ha generado en torno de esta expresión cultural en los años recientes. Fue así que acudí con la señora Benedicta Alejo Vargas. Ella originaria de la comunidad indígena tarasca de San Lorenzo, municipio de Uruapan. Me cuenta que le gusta cocinar cocina típica y guisados con carne, ella hace de todo. Su lengua natal es el purépecha, pero aprendió a hablar español antes de aprender a escribir. En ese tenor refiere que debió aprenderlo porque tuvo la necesidad de salir a vender comida. Ha tenido la oportunidad de viajar a muchos lados del mundo, empezando por Morelia, Pátzcuaro, Los Ángeles, San Francisco, California; Austin, San Antonio, Texas; Madrid, España; y Roma, Italia. Su platillo más reconocido es el churipo con corundas y el mole de queso y conejo.¹⁰⁸

Ella dice que se enseñó a cocinar desde muy pequeña: “como yo me quedé huérfanita de mi papá y mi mamá a los tres años empecé a trabajar a vender carne de puerco y de res, comían mucha carne y yo me fui a vivir con mi abuelita, ahí me enseñé a arrimar todo a mi abuelita porque ya era grande y me mandaba a un terreno pequeño que teníamos para sembrar cilantro, quelites, diferentes cosas y ahí fue donde me enseñé todo de mi abuelita y de la comida de mis antepasados”. En relación a los eventos a los que ha asistido nos comenta: “he ido a muchas muestras gastronómicas en los diferentes estados de la República, al Slow Meat, a varias ediciones de Cocineras Tradicionales a los cuales me invita la Secretaría de Turismo, a varios eventos particulares. Cuando anduve en Uruapan me invitaron para ir a participar en Morelia y me dijeron que si quería concursar y yo le dije que sí y me gané el primer lugar y otra vez

¹⁰⁷ Entrevista a la maestra cocinera Ana María Ibarra Uribe.

¹⁰⁸ Entrevista a la maestra cocinera Benedicta Alejo Vargas llevada a cabo por Claudia Guzmán Ramírez, en San Lorenzo, municipio de Uruapan, el 13 de julio de 2024.

me invitaron. Ahí en Pátzcuaro y me gané dos lugares primero y segundo; y ya me invitaron a Morelia el siguiente año y ahí también gané dos lugares”.¹⁰⁹

Con visible emoción la maestra Benedicta Alejo agrega que, “me dijeron quieres ir a San Antonio, Texas, a darle clases a los chefs y le dije no puedo ir porque yo no sé leer, como me voy a subir yo al avión, no voy a ir. Escojan a otras cocineras. Y como no se bien hablar español no entiendo y me dijeron los chefs, pero no es el español lo que estamos buscando, es tu comida y preparación lo que buscamos y aun así les dije no voy a ir; me dijeron no vas a ir solita te va a acompañar un chef de aquí de Morelia y ya le dije entonces así si, si me acompaña alguien. Al regresar ya tenía otra invitación para San Francisco, California y luego a Roma para ir a cocinarle al Papa y nos fuimos allá a representar a Michoacán y allá preparamos todo. Llevé todo de aquí; piedras para hacer el parangua, diferentes maíces, maíz rojo, maíz azul, maíz blanco para hacer una sola tortilla de tres colores y corundas de siete picos, hicimos fuego, llevamos cal, ceniza para hacer el nixtamal, todo, todo llevamos desde aquí; leña, cazuelas; y ahí cocinamos para mil personas”.¹¹⁰

De igual manera me comentó la maestra Alejo Vargas que de tantos reconocimientos y premios que se le han otorgado no recuerda. Dice que cada año gana algo diferente, pero de los que recuerda son reconocimientos en el platillo “Corunda en Rescoldo” y su nombramiento como Maestra Cocinera por parte de Secretaría de Turismo. Acerca de los eventos a los que ha sido invitada, respecto al modo de cocinar me narra que “cocinamos con anafres, parrillas de gas, etc. Dependiendo el evento. Hay algunos en los que si nos permiten la leña”. Y agrega que, le tomó importancia e interés por preservar la Cocina Tradicional porque al estar con las demás cocineras preparando platillos típicos de sus regiones veía que mucha gente buscaba algo más casero, que les recordara su infancia. “A mí, no es porque pienso o yo quiero vender, yo quiero llevar la comida para que no se pierda la tradición, para que mis hijas y mis nietas vean como es lo tradicional porque si yo ya no trabajo y ellas no siguen con esto, se va a perder. Me invitaron a Madrid a dar clases y eso es lo que me interesa a mí porque les puedo

¹⁰⁹ Entrevista a la maestra cocinera Benedicta Alejo Vargas.

¹¹⁰ Entrevista a la maestra cocinera Benedicta Alejo Vargas.

compartir las recetas y no me las llevo a la tumba, de hecho, varias cocineras me dicen que solo voy a regalar mis recetas y que luego ya no me van a invitar y les digo que no importa, que si me muero me iré feliz porque sé que no se van a perder o al menos las compartí. Si Dios me regaló ese don de cocinar lo voy a compartir con toda la gente que quiera enseñarse”.¹¹¹

En la percepción de la maestra Alejo Vargas, “en los eventos mucha gente ya sabe que es lo que llevas y se acercan a ver si trajiste tal platillo tradicional.” Con gusto y nostalgia recuerda que ella comenzó a rescatar las recetas ancestrales desde que empezó a cocinar y a venderla en Uruapan en la plaza de las Ranitas, hace más de 18 años. Y dice que cuando empezó a vender comida no sabía que lo que vendía era tradicional, pensaba quien va a querer comer esos quelites, las tortillas recién hechas; hasta le daba pena y vergüenza llevar esas comidas porque pensaba que los platillos con carne eran más ricos e importantes y por eso no quería llevar los nopales y los frijoles.¹¹²

En este tenor, la cocina tradicional para doña Benedicta es recordar a los antepasados, “es muy bonito cuando estás comiendo algo y te recuerda a alguien, es una comida muy saludable”. Las corundas naturales y de agua para ella son la comida tradicional de Michoacán, recuerda que en estas épocas se iba al campo o los bosques a recolectar hongos y quelites. Para ella eso es lo tradicional que tú misma vayas y recolectes tus ingredientes, dice que le da más sabor a la comida y se siente el amor que le pones al prepararla. El ingrediente fundamental de la cocina mexicana para Benedicta es el ajo, cebolla y cilantro. Su primer platillo que preparó fueron las atápakuas, las tortillas y el mole de queso el cual se le vendió muy bien cuando se iba a la plaza de las Ranitas y de ahí lo consideró uno de sus platos emblemáticos.¹¹³

Con la experiencia acumulada a lo largo de los años, la maestra Alejo Vargas considera que, “no se pierde lo tradicional, las abuelas, las tías y las mamás mandaban a los hombres al cerro por leña para tener la comida. De eso yo me siento orgullosa, me

¹¹¹ Entrevista a la maestra cocinera Benedicta Alejo Vargas.

¹¹² Entrevista a la maestra cocinera Benedicta Alejo Vargas.

¹¹³ Entrevista a la maestra cocinera Benedicta Alejo Vargas.

sale del corazón compartir todo lo que yo se y me tranquiliza ver que las generaciones futuras lo van a mantener, Dios me dio este don para trabajar en la cocina”.

No menos relevante que los tres anteriores es el testimonio sobre la cocina tradicional michoacana que tuvo a bien referirme la maestra María del Rosario Vera Landa. Ella es nativa del pueblo alfarero de Capula, municipio de Morelia. No habla ninguna otra lengua más que el español y ha tenido la fortuna de ir a varias partes de la República Mexicana y Estados Unidos; está esperanzada en que la elijan para un evento que se llevará a cabo en París. Sus platillos más conocidos son el mole, el pozole y el tatemado de res, pues estos platillos son muy de fiesta, tu cuando vas a las fiestas estos son los platillos típicos que te sirven”.¹¹⁴

De entrada, asevera que, “este pueblo viene de origen purépecha, ahora después de 500 años ya tiene otras tradiciones, lo acaban de declarar para rescate de origen porque estaba nada más como tenencia y hace aproximadamente año y medio lo acaban de declarar pueblo purépecha. En sus inicios era Chinguaro y aproximadamente doce años comenzó a ser un pueblo catrinero y ha sobresalido más con las catrinas que pueblo alfarero. Ahora ya es internacional y se hace la feria de la catrina, son fiestas muy bonitas de este pueblo y se viene la fiesta patronal, es un pueblo de muchas tradiciones y de mucha fiesta, y de cocina tradicional. Si llegan a la plaza van a ver muchos puestos de comida y ahorita hay tres restaurantes en donde se sirve comida tradicional”.¹¹⁵

Cabe destacar que la maestra Vera Landa desde los nueve años tuvo que aprender a cocinar ya que su mamá se iba a trabajar y la dejaban a cargo de sus hermanos más chicos. Y recuerda que aquel tiempo solo les preparaba una sopita, unas calabacitas; lo que había en el patio porque aquí sembraba su mamá maíz, calabacitas, ejotes y era lo que comían y cocinaban y cocer unos frijoles. Ya después de años cuando les hizo la invitación la Secretaría de Turismo del Gobierno del Estado de Michoacán

¹¹⁴ Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa realizada por Claudia Guzmán Ramírez, en Capula, municipio de Morelia, Michoacán, el 14 de julio de 2024.

¹¹⁵ Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa.

para pertenecer a las Cocineras Tradicionales fue que empezó a tener una gran variedad de platillos porque ya salía fuera de la entidad.¹¹⁶

Los principales eventos en los que ha participado la maestra cocinera Vera Landa son los Encuentros de Cocineras Tradicionales invitada por la Secretaría de Turismo de Michoacán; al Foro Mundial en Guadalajara; al Festival Internacional de Cine, Morelia en Boca de Todos que fueron a promocionarlo a la ciudad de México. Al respecto abunda en que la Asociación el Sabor Michoacano, que se encuentra en los Estados Unidos la invita a participar, de hecho, participará del 2 al 4 de agosto de 2024, en Los Ángeles. Y Monarca Purépecha es otra asociación de Estados Unidos que la invita a Fresno, California en octubre de este mismo año. El reconocimiento más emotivo y de orgullo que tiene se lo dieron en un evento en Colombia donde participaron de todas partes del mundo y quedó en segundo lugar presentando un platillo ancestral. La Secretaría de Turismo de Michoacán también le ha otorgado reconocimientos por participar en los diferentes eventos y festivales que se hacen. Y por su parte la Secretaría de Turismo Municipal de Morelia, por conducto del alcalde, Alfonso Martínez Alcázar, le inauguró su restaurante y le regaló un metate.¹¹⁷

Sobre su trayectoria y con sobrado orgullo la maestra Vera Landa señala que, “yo creo que nos quedamos con el reconocimiento más grande que nos hace la gente al ir a otros lugares y que nos reconozcan, que nos motiven para que no se apague la Cocina Tradicional, creo que es lo más importante”. Ella siempre se ha considerado Cocinera Tradicional pues, “no somos unas chefs ni somos reconocidas por alguna Institución, pero cuando fue el 15° Encuentro de Cocineras yo fui como ayudante de mi hermana. Pero en esa ocasión no iban muchas cocineras, entonces hacía falta Benedicta de San Lorenzo, nos dijeron que no iba a ir y estaba ese espacio. Yo ya había metido mis papeles en Turismo del Estado, pero dijeron que yo no podía participar como Cocinera porque no estaba registrada, me dijeron vamos a buscar y si no te hablamos; no encontraron y me hablaron y ya de ahí no me soltaron”.¹¹⁸

¹¹⁶ Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa.

¹¹⁷ Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa.

¹¹⁸ Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa.

Al preguntarle a la maestra Vera Landa que qué sentía al ser reconocida como Cocinera Tradicional nos contestó: “algo muy bonito, más que nada porque fue lo que nos inculcó mi mamá, sus consejos, su sabiduría que ella tenía. Todo era muy especial por parte de ella y por eso queremos que esto siga porque ella de todo nos enseñaba, a bordar y nos explicaba el porqué de todo y cómo debía de ser. Aquí hay un lugar que le llaman La Joya donde siembra toda la gente e íbamos a cosechar hojas para corunda y por ejemplo ahorita ya empieza a haber. Pero esas, decía mi mamá, para guardar no eran, que las maduras eran para hacer los tamales, que buscáramos las más amarillas, esos detalles pienso yo que nos da un toque a las Cocineras Tradicionales”.¹¹⁹

En cuanto a utensilios tradicionales contra los modernos nos comenta la maestra Vera Landa que ya se está perdiendo lo tradicional; como el metate, dice que ya no es muy común como antes y que hace todo lo posible por inculcarle a sus hijos para que no se acabe la cocina tradicional. Y agrega que, “pero siempre les hacemos entender que una salsa con jitomates y unos chiles asados en un molcajete está más rico que cocidos y en una licuadora. Hay muchas cosas que uno trata de preservar, pero la tecnología lo va haciendo a un lado”. Su aportación a la Cocina Tradicional es el participar en los eventos con platillos y cuando son los encuentros le piden que participen con un platillo de fiesta, de rescate o de innovación. De hecho, en noviembre será participante con un platillo de innovación y presentará chiles rellenos de hongos en una crema de pimienta. Como platillo de rescate ha presentado carne de cerdo en pipián con chilacayotes tiernos y de platillo de fiesta el tatemado de res con corundas azules.¹²⁰

En la percepción de la maestra Vera Landa, dependiendo del evento, por ejemplo, en los Encuentros de Cocina Tradicional, todo tiene que ser tradicionalmente, les piden que hagan su fogón en el momento y en los demás eventos es como se pueda y se adapten con lo que los llevan. Nos cuenta que ella empezó a participar cuando el médico Genovevo Figueroa - ex gobernador de Michoacán- comenzó con las actividades, dice que ya ahorita hay varias personas que hacen los eventos y que cada una de ellas va dejando algo bueno. En ese sentido agrega que, “muchas veces los gobernadores son

¹¹⁹ Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa.

¹²⁰ Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa.

los que dicen esto sí, esto no o definitivamente quitarlos, pero él (Genovevo) fue quien comenzó con los eventos de Cocineras. Hay algunos que le han dado más altura, pero el gobernador de ahorita no promueve mucho”. Para Rosario el motivo por el cual se tomó interés por preservar la Cocina Tradicional y colocarlo como Patrimonio Cultural Inmaterial es que la UNESCO le haya dado el interés y visto bueno. Ella se siente muy orgullosa de que Michoacán haya sido el impulso para que sucediera.¹²¹

En opinión de la maestra cocinera Vera Landa, es bueno que estos eventos sigan, “pero depende de nosotras que se siga promoviendo y no dejemos que se acabe porque de que es importante, es importante. Yo les comentaba en la plática que di en el CONALEP qué tan importante es la Cocina Tradicional, que cuando llegó la pandemia nosotros si nos preocupábamos. Y no porque nosotras estamos acostumbradas a lo tradicional y en la ciudad no; se cerraban sus restaurantes y sus mercados y no había de dónde. Nosotros nos vamos al campo y agarramos hongos, nopales y ahorita se viene la temporada de elotes, calabacitas; todo lo encontramos en el campo. Y si por ejemplo no venía el gas para nosotros no había problema porque había mucha leña y en la ciudad si era de preocuparse por eso es lo que yo les decía a los estudiantes no dejemos que se pierda la Cocina Tradicional”.¹²²

Cabe agregar que la maestra Vera Landa tiene cuatro hijos, la más chica, desde que tenía 8 años la llevaba a los eventos de Cocineras Tradicionales y nos cuenta que muchos de los participantes le comentaban “sabes qué, tú no tienes carácter para esto, pero tu hija sí. Ella era la que andaba coordinando a los estudiantes de gastronomía que nos ponen para ayudarnos y entonces ella les decía que hacer. Cuando cumplió 12 años participó en el evento Rescate de Tradiciones de los chefs del Caribe y me preguntó que qué platillo presentaba y yo le dije que el que ella quisiera y me dice estoy pensando en un mole y le dije que no le iba a alcanzar el tiempo entonces me dijo ya se, carne de puerco con verdolagas. Ese evento se trataba de que las Cocineras llevaran a sus hijas para que transmitieran ese evento que fue a nivel mundial”.¹²³

¹²¹ Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa.

¹²² Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa.

¹²³ Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa.

La maestra Vera Landa dice que los eventos ya son vistos como una moda porque ya la gente no pregunta cuantos días van a estar y se nota el desinterés. En su apreciación, “yo creo que antes no sabían lo que era la masa azul, una quesadilla de hongos, una atápakua; ahora ya llegan preguntando por eso. En el evento pasado tuvimos agua de frutos rojos y fue la sensación; toda la gente preguntaba por el agua y anteriormente hicimos una de carambola con menta y entonces aquí en mi restaurante me pedían reservación y me decían que diera de tomar agua de carambola con menta. Ya mucha gente identifica a muchas cocineras, de donde son y cuál es su especialidad”. Me contó que ella comenzó a rescatar las recetas de sus ancestros cuando tenía 17 años cuando le empezó a interesar más la cocina y quería que le quedara igual que su mamá, dice que mucha gente le dice que el menudo le queda igual que a su mamá.¹²⁴

Con vehemencia la maestra Vera Landa dice que ella no sabía qué significaba que la cocina fuera tradicional, aunque todo lo que hacían era tradicional. Y confirma que, “en aquel entonces no había licuadoras, si hacíamos una sopita el jitomate lo molíamos en el molcajete, no había nada; con maíz y frijoles éramos felices. El mismo gobierno o la tecnología nos ha ido desplazando todo eso y no debería; aquí si se va la luz no hay pretexto de no cocinar, como te digo agarramos la leña y cocinamos; al igual que la licuadora pues agarramos el molcajete; antes no había pretexto para no cocinar”. La Cocina Tradicional para doña María del Rosario es lo más bonito ya que le ha dado muchas satisfacciones, porque gracias a eso tiene su cocina. Ha conocido mucha gente y llevar su comida hasta Estados Unidos, al servir su comida. les lleven un poco de lo que tenían acá.¹²⁵

La maestra Vera López no deja de recordar con satisfacción que “la vez antepasada que estuve en Los Ángeles en un evento, un joven se acercó a pedir un platillo y como era cuaresma hice tortitas de camarón con nopales en chile guajillo y el joven me dice hay no me gustan es que mi mamá las prepara y no me gustan y al final pidió mole y en eso se acerca una muchacha y me dice tienen tortitas de camarón y torreznos de haba y ya le serví y llamó a su familia y me dicen en verdad son de camarón

¹²⁴ Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa.

¹²⁵ Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa.

y les digo sí y me preguntan y como las hace y les digo pues limpio el camarón, lo tuesto y lo muelo y tuesto una tortilla para quitarle la sal al camarón. Y me dice la señora danos a todos y el muchacho se regresó y me dice me pones un taco también y lo prueba y me dice me pones dos platos para llevar por favor. Entonces la sazón tiene mucho que ver también”.¹²⁶

En un momento de reflexión doña María del Rosario considera que los platillos más tradicionales de Michoacán son todos aquellos hechos en metate, los que llevan ingredientes típicos de cada región; en su región centro considera que son el pozole, las enchiladas, el mole, el tatemado, los charales, el pescado ceremonial entre otros. En ese tenor abunda en que, “hay un ingrediente muy importante y lo veíamos desde mi mamá que cocinaba con mucho amor; y ya hablando en otro sentido el cocinar con leña, dicen que el humo es un ingrediente porque no te sabe igual una comida hecha en la parrilla a que lo cocines con leña, entonces la leña si le da otro sabor”.¹²⁷

Por último, la maestra Vera Landa considera que como patrimonio cultural, se reconocen las herencias y la creatividad de las cocineras tradicionales de Michoacán. Las familias no han dejado de reproducir los platillos favoritos, de los que hoy en día muchos restaurantes se sienten orgullosos al contar con una carta que ofrece diferentes platillos y especialidades regionales y estacionales. Toda esta tradición oral ha sido registrada en recetarios que, según las viejas costumbres, no sólo consignaban platillos de procedencia local, sino que, en muchos casos, eran platillos que reflejaban los gustos de las familias, su posición económica y social y las tradiciones culinarias de ciertas fiestas y conmemoraciones.¹²⁸

¹²⁶ Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa.

¹²⁷ Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa.

¹²⁸ Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa.

Turismo gastronómico en Michoacán

El turismo es una actividad económica clave para muchos países, ya que genera ingresos significativos y crea empleos. En México, se valoran altamente las diversas riquezas naturales y culturales del país, considerándolas un pilar para el desarrollo. Por lo tanto, la consolidación de la actividad turística no se puede alcanzar de manera aislada, pues requiere del esfuerzo profesional y coordinado entre los sectores público, privado y educativo. Esto es de especial importancia cuando se considera la inclusión de diversos grupos sociales para la obtención de dichos beneficios, entre los que resaltan comunidades y grupos indígenas.¹²⁹

De tal suerte que, una de las modalidades destacables en el país es el turismo gastronómico que se caracteriza porque el viajero tiene, como interés principal, conocer formas de preparación de los alimentos locales, el descubrimiento de nuevos hábitos, costumbres y sabores rodeados de un contexto cultural o elementos naturales distintos a su ambiente de origen. De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), en el año 2019 existen en México alrededor de 584,023 unidades económicas que se dedican a la preparación de alimentos y bebidas y que generaban en conjunto 247 mil 360 millones de pesos. La gastronomía constituye un motivo de relación y es un factor para construir una distinción o identificación cultural.¹³⁰

La comida es clave ya que los turistas realizan siempre un gasto en alimentos y la mayoría de turistas en México son nacionales. El turismo gastronómico se puede representar como una cadena de valor que integra la dimensión política, social, ambiental, territorial, económica y cultural. El objetivo de mostrar a la cadena de valor como una herramienta de sistematización y análisis geoespacial de los diversos aspectos que conforman la oferta gastronómica en un territorio y cómo puede servir para la

¹²⁹ Serrato García, Marco Antonio, Rayas Carbajal, Víctor Manuel y Murillo Salgado, Román Tomás, La cultura gastronómica p'urhépecha como un gran activo turístico en Michoacán, consultado el 12 de julio de 2024, en: <https://www.redalyc.org/pdf/881/88122240016.pdf>

¹³⁰ Vázquez Valdés, Tania, López Ojeda, Andrés, Pineda Jaimés, Noel Bonfilio y Balderas Plata, Miguel Ángel, Propuesta de Análisis de la Gastronomía Turística en México desde la cadena de valor y el Territorio, consultado el 30 de abril de 2024, en: [file:///C:/Users/UNICLA/Downloads/Geogastronomia_Propuesta_de_analisis_de%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/UNICLA/Downloads/Geogastronomia_Propuesta_de_analisis_de%20(1).pdf)

promoción, revalorización y diferenciación de esa oferta, consiste en fomentar el desarrollo de la cocina mexicana, como sector fundamental para el crecimiento económico y el empleo en el marco de los Pueblos Mágicos del estado de México, por ejemplo, reconociendo al patrimonio gastronómico no sólo como un servicio sino como un atractivo en sí mismo.¹³¹

El turismo gastronómico es una modalidad con una presencia significativa a nivel mundial. Los turistas interesados en esta modalidad les interesa conocer el origen de los alimentos que consumen, nuevos ingredientes, su elaboración y las recetas. Esta tendencia es importante ya que existe una línea de investigación sobre el patrimonio agroalimentario donde el territorio juega un papel crucial. Los productos se diferencian por sus componentes naturales y por estar asociados a poblaciones con costumbres y hábitos singulares, lo cual añade valor y distinción a la experiencia turística. En este tenor, las relaciones entre un territorio y la producción del alimento, no solo intervienen en el reconocimiento de la identidad, sino que además pueden llegar a potenciar las posibilidades de desarrollo gastronómico en el país, contribuyendo a la comprensión de la gastronomía como un factor potencial del turismo. La gastronomía está profundamente influenciada por la geografía, ya que los alimentos provienen de la tierra y varían según las religiones. Además, los alimentos están entrelazados con aspectos religiosos, económicos y sociales de la vida cotidiana.¹³²

En términos prácticos, la geografía aumenta el valor de los alimentos, ya que se les proporciona características específicas de acuerdo al territorio donde se producen, estas cualidades son tan importantes que se les otorgan distintos reconocimientos que aluden a esa diferenciación que tienen un efecto positivo al revalorizar económica, social y culturalmente a esos productos, así como sus procedimientos, tradiciones y técnicas tradicionales de las poblaciones que las elaboran. La gastronomía tradicional no solo constituye un activo económico, sino que, también, deriva actividades de recreación, afán

¹³¹ Michoacán, el alma de México, *Gastronomía Michoacana. El origen de nuestra cocina, Patrimonio Inmaterial de la Humanidad*, consultado el 22 de mayo de 2024, en: <https://michoacan.travel/project/gastronomia/>

¹³² Vázquez Valdés, Tania, López Ojeda, Andrés, Pineda Jaimes, Noel Bonfilio y Balderas Plata, Miguel Ángel, *Propuesta de Análisis de la Gastronomía Turística en México desde la cadena de valor y el Territorio*, consultado el 30 de abril de 2024, en: [file:///C:/Users/UNICLA/Downloads/Geogastronomia_Propuesta_de_analisis_de%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/UNICLA/Downloads/Geogastronomia_Propuesta_de_analisis_de%20(1).pdf)

de conocimiento y turismo. Para el caso de la oferta gastronómica su cadena de valor tiene una relación sustantiva con el territorio local, lo cual se conecta con la necesidad de salvaguardia y preservación de la biodiversidad.¹³³

El estado de Michoacán de Ocampo se encuentra en la zona centro-occidente de México, limita con los estados de Guanajuato al noreste; Jalisco al norte y al oeste; Querétaro al noreste; el estado de México al este; Guerrero al sur y sureste; y Colima al oeste. La capital de la entidad, Morelia, una ciudad que sirve como punto de partida para visitar otras importantes ciudades del país. Los eventos de Cocineras Tradicionales se comenzaron a realizar en esta jurisdicción porque se consideraba una de las entidades con el nivel más bajo de desarrollo económico de México. De tal suerte que, la Secretaría de Turismo de Michoacán junto con el grupo de investigación del Instituto Tecnológico de Monterrey realizaron una investigación acerca de las condiciones e iniciativas que promovieran la inclusión social y distribución equitativa de riqueza entre los habitantes de la entidad. Su objetivo no era otro más que mantener y a su vez incrementar la actividad turística con la participación de todos los grupos sociales de Michoacán.¹³⁴

Esta iniciativa tenía que estar asociada con la estrategia de poder promover y poner en valor a una de las culturas más importantes de la región que es la purépecha, la cual es considerada como el principal activo cultural de la entidad. Fue por esta que se puso en marcha el estudio denominado Perfitur, cuyo objetivo era llevar a cabo un sondeo entre turistas que visitan las distintas regiones de la entidad, durante todos los periodos vacacionales (de temporada alta y baja) considerados a lo largo del año. La intención de dicho sondeo era determinar el perfil socio-económico de los turistas, así como sus niveles de satisfacción, actitudes e intereses ante distintas variables.¹³⁵

Bajo ese contexto, la puesta en valor de la cocina purépecha se ha logrado mediante el desarrollo del Encuentro de Cocina Tradicional Purépecha. Este evento

¹³³ Michoacán, el alma de México, Gastronomía Michoacana. El origen de nuestra cocina, Patrimonio Inmaterial de la Humanidad, consultado el 22 de mayo de 2024, en: <https://michoacan.travel/project/gastronomia/>

¹³⁴ González de la Vara, “La cultura gastronómica como patrimonio michoacano”, en Hernández López y Barragán López, coordinadores, *Michoacán patrimonio del alma de México*, p. 86.

¹³⁵ Serrato García, Marco Antonio, Rayas Carbajal, Víctor Manuel y Murillo Salgado, Román Tomás, La cultura gastronómica p’urhépecha como un gran activo turístico en Michoacán, consultado el 12 de julio de 2024, en: <https://www.redalyc.org/pdf/881/88122240016.pdf>

surgió como resultado de una investigación realizada en un proyecto específico y se estructuró y definió gracias a la iniciativa de la Secretaría de Turismo de Michoacán. Como lo refirió en 2009 Gloria López Morales, “un pueblo que reniega o pierde sus costumbres en torno a la comida, pierde no sólo su identidad, sino también su soberanía”.¹³⁶

La cocina tradicional de Michoacán es un referente clave en la iniciativa de promover la cocina mexicana. Las cocineras tradicionales del estado han dado a conocer al mundo las recetas y técnicas de las comunidades locales, transmitidas de madres a hijas por generaciones. Las mujeres purépechas desempeñan un papel esencial en esta transmisión cultural. Estas reuniones o encuentros de cocineras han generado muchas enseñanzas. De manera inicial, han permitido reunir a las abuelas con las madres y las nietas para observar de qué manera natural y enriquecedora se va dando la transmisión de conocimientos y la apropiación de los saberes. Al mismo tiempo, han permitido difundir este gran activo cultural entre la sociedad local, así como con turistas que visitan la identidad, y de manera particular su capital Morelia, durante los periodos en que se han calendarizado estos encuentros.¹³⁷

El objetivo del estudio Perfitur fue comprender y medir la influencia de la cocina tradicional en la actividad turística de una entidad o región. Para ello, se centra en los turistas como la población objetivo, ya que son ellos quienes pueden proporcionar información valiosa sobre las variables críticas en el estudio. En ese sentido cabe agregar que, incluyó aspectos como las preferencias culinarias, gastos en gastronomía, experiencia gastronómica, frecuencia de consumo, impacto en la satisfacción general y motivación del viaje. Mediante encuestas, entrevistas y otros métodos de recolección de datos, se busca cuantificar estas variables para entender mejor cómo la cocina

¹³⁶ Michoacán, el alma de México, Gastronomía Michoacana. El origen de nuestra cocina, Patrimonio Inmaterial de la Humanidad, consultado el 22 de mayo de 2024, en: <https://michoacan.travel/project/gastronomia/>

¹³⁷ Serrato García, Marco Antonio, Rayas Carbajal, Víctor Manuel y Murillo Salgado, Román Tomás, La cultura gastronómica p'urhépecha como un gran activo turístico en Michoacán, consultado el 12 de julio de 2024, en: <https://www.redalyc.org/pdf/881/88122240016.pdf>

tradicional puede potenciar la actividad turística y qué estrategias pueden implementarse para aprovechar este potencial.¹³⁸

El Gobierno de Michoacán ha definido como visión última de los proyectos asociados con esta iniciativa el presentar la candidatura de la cocina tradicional como Patrimonio Cultural ante la UNESCO. Esto ha sido dado a conocer en diversas ocasiones desde el año 2004 durante las presentaciones de los Encuentros de Cocina Tradicional de Michoacán. Dicho esfuerzo es un claro ejemplo de lo realizado por poner en valor a la cocina tradicional, especialmente la cocina tradicional purépecha como un gran patrimonio cultural y turístico de la región. Con base en ello, los Encuentros de Cocina Tradicional de Michoacán han incluido talleres y seminarios con acceso al público, así como exposiciones y venta de platillos.¹³⁹

Proyectos y programas de apoyo a las cocineras tradicionales

Las acciones de respaldo a la labor de las cocineras tradicionales buscan preservar y promover la rica herencia culinaria de diversas culturas. Estas iniciativas se centran en brindar apoyo financiero, capacitación y recursos a las cocineras, muchas de las cuales desempeñan un papel crucial en la transmisión de conocimientos gastronómicos ancestrales. Estos proyectos suelen involucrar la colaboración con instituciones académicas, organizaciones no gubernamentales y gobiernos locales para garantizar la sostenibilidad y el impacto a largo plazo de estas acciones, fomentando el turismo gastronómico y la valorización de la cocina tradicional en un contexto global. ¿Pero cómo y quién comenzó con el interés de estos eventos? Como ya se ha mencionado, fue el oftalmólogo Jaime Genovevo Figueroa Zamudio, ex gobernador de Michoacán, quien durante su gobierno logró el nombramiento de seis Patrimonios de la Humanidad por la UNESCO para la entidad, de los cuales incluye la Cocina Tradicional Mexicana, donde

¹³⁸ Michoacán, el alma de México, Gastronomía Michoacana. El origen de nuestra cocina, Patrimonio Inmaterial de la Humanidad, consultado el 22 de mayo de 2024, en: <https://michoacan.travel/project/gastronomia/>

¹³⁹ Serrato García, Marco Antonio, Rayas Carbajal, Víctor Manuel y Murillo Salgado, Román Tomás, La cultura gastronómica p'urhépecha como un gran activo turístico en Michoacán, consultado el 12 de julio de 2024, en: <https://www.redalyc.org/pdf/881/88122240016.pdf>

Michoacán fue, andando el tiempo, el Paradigma de México en 2010. Para este personaje la gastronomía es una muestra de la riqueza cultural de los pueblos, por ello fue el precursor del Encuentro de Cocineras Tradicionales, realizando su primera edición en 2003.¹⁴⁰

Dicho funcionario tuvo oportunidad de consolidar su apoyo a la cocina tradicional cuando se desempeñó como secretario de turismo en las administraciones de Lázaro Cárdenas Batel y Leonel Godoy Rangel. Desde esa posición mantuvo la idea de reconocer el trabajo de las cocineras tradicionales de la entidad; de mostrar los olores y los sabores que surgían de las manos de mujeres y hombres michoacanos en busca de reconocimiento.¹⁴¹

Entre las cocineras, gobierno del estado y federal, investigadores, trabajadores de turismo y medios de comunicación se logró que la comida michoacana como expediente se convirtiera en Patrimonio Cultural Inmaterial. Se sostuvo la percepción de que, “las mujeres y hombres cocineros huelen a humo, lloran por la irritación de sus ojos, mueven sus manos cadenciosamente para hacer las tortillas o amasar el maíz, tienen tiempo además para aconsejar a los chicos de diversas escuelas de gastronomía de varias universidades de Morelia que se agolpan para recibir la sabiduría de sus maestras cocineras tradicionales”.¹⁴²

Dentro de ese panorama, el evento organizado en los jardines del orquidiario ha sido un rotundo éxito, atrayendo a miles de personas. Este logro es un testimonio del esfuerzo y la dedicación de la gente local. La continuidad otorgada por Roberto Monroy, secretario de Turismo, ha sido crucial para este éxito, consolidando el evento como un punto de encuentro significativo en la región. La perseverancia y el apoyo constante han permitido que el evento crezca y se convierta en un referente, demostrando el poder de

¹⁴⁰ Figueroa Zamudio, Jaime Genovevo, *6° informe de Gobierno*, Morelia, Gobierno del Estado de Michoacán, 1992, tomo de anexos, pp. 134-145.

¹⁴¹ IMNoticias, Martínez Ignacio, Continuidad con sabor a cocineras tradicionales, consultado el 22 de julio de 2024, en: https://www.ignaciomartinez.com.mx/movil/articulo/continuidad_con_sabor_a_cocineras_tradicionales_48830

¹⁴² IMNoticias, Martínez Ignacio, Continuidad con sabor a cocineras tradicionales, consultado el 22 de julio de 2024, en: https://www.ignaciomartinez.com.mx/movil/articulo/continuidad_con_sabor_a_cocineras_tradicionales_48830

la colaboración y la visión a largo plazo. En dicho evento asisten más de 50 cocineras tradicionales presentando una variedad platillos típicos de las diversas regiones de cada estado. Por lo tanto, un chef no puede ser un cocinero tradicional si no viene de una comunidad indígena. Estas cocineras hacen un platillo para 10 o 500 personas con el mismo sazón, sin medidas, sólo con su conocimiento ancestral.¹⁴³

Ha sido tanto el apoyo y reconocimiento a las Cocineras Tradicionales que se dictaminó el “Día Nacional de las Cocineras Tradicionales” (16 de noviembre) por parte de la Senadora Blanca Estela Piña Gudiño el 8 de septiembre del 2022, el cual es un reconocimiento oficial que busca homenajear y preservar el valioso legado cultural de las cocineras. Estas mujeres, guardianas de conocimientos ancestrales y técnicas culinarias transmitidas de generación en generación, desempeñan un papel fundamental en la identidad gastronómica del país. La instauración de este día nacional no solo celebra su dedicación y talento, sino que también promueve la conservación de la rica diversidad de la cocina tradicional mexicana, impulsando su apreciación y continuidad en las futuras generaciones. La riqueza gastronómica y los secretos que envuelven a los platillos del estado de Michoacán, se pueden encontrar en los encuentros de cocina tradicional de la entidad; que se han llevado a cabo en la ciudad de Morelia, es un espacio donde se dan cita aproximadamente medio centenar de grupos de cocineras tradicionales, que prepararán platillos típicos y es un lugar lleno de diversidad y cultura, en los que, han incluido talleres y seminarios con acceso al público, así como exposiciones y venta de platillos, por lo que, a continuación, menciono algunos de los que se han realizado hasta la fecha.¹⁴⁴

El primer encuentro estatal se realizó los días 24, 25 y 26 de noviembre del 2004 en la Plaza de la Ranita en Uruapan, Michoacán, contando con la participación de las comunidades de Angahuan, Uruapan, Janitzio, San Lorenzo, Capacuaro, San Felipe de

¹⁴³ El Encuentro de Cocineras Tradicionales una expresión de la cultura gastronómica de Michoacán, consultado el 28 de agosto de 2024, en <https://ultranoticias.com.mx/cocineras-tradicionales-de-14-estados-ofertaran-sus-platillos-en-el-cuarto-festival-gastronomico/#:~:text=Los%20d%C3%ADas%2031%20de%20agosto,00%20a%2021%3A00%20horas.>

¹⁴⁴ El Encuentro de Cocineras Tradicionales una expresión de la cultura gastronómica de Michoacán, consultado el 28 de agosto de 2024, en <https://ultranoticias.com.mx/cocineras-tradicionales-de-14-estados-ofertaran-sus-platillos-en-el-cuarto-festival-gastronomico/#:~:text=Los%20d%C3%ADas%2031%20de%20agosto,00%20a%2021%3A00%20horas.>

los Herreros, Paracho, San Juan Nuevo, Zacán, Caltzontzin y Tarerio. El segundo encuentro fue del 21 al 23 de agosto del 2005, el cual permitió ampliar a todos los visitantes su conocimiento de nuestra identidad nacional y probar más de 300 platillos preparados por las cocineras tradicionales. Se llevó a cabo en el Multicentro Las Américas ubicado en el sur de la ciudad de Morelia, Michoacán. Al proseguir, los encuentros, el tercero se llevó a cabo del 16 al 19 de noviembre de 2006 con el fin de difundir las expresiones culinarias más auténticas de la cocina michoacana y apoyar a las cocineras para que sus saberes se conviertan en una opción para generar proyectos de desarrollo, a partir de la creación de productos turístico-culturales, en beneficio de sus comunidades.¹⁴⁵

En esa tesitura, del 23 al 25 de febrero de 2008, se llevó a cabo el Quinto Encuentro de Cocineras Tradicionales y la Muestra Internacional del Cerveza Artesanal, 55 productores de la entidad se congregaron en el estadio Venustiano Carranza, con el objetivo de exhibir y extender sus productos a lo largo de tres días. El séptimo encuentro de Cocineras Tradicionales Michoacán, propuesto por el secretario Genovevo Figueroa Zamudio, fue el 03 de diciembre de 2010. El octavo encuentro de Cocina Tradicional que se llevó a cabo del 2 al 4 de diciembre de 2011, en el Centro de Convenciones en punto de las 10:00 horas. En el marco del encuentro, se entregaron diversos premios como parte del fomento al rescate, conservación y creación de platillos tradicionales de cada región. Juan Bosco Castro, director de la Secretaría de Turismo del Estado, comentó al respecto: "superando las tres mil personas en esos tres días, ya que la sociedad michoacana está reconociendo y demandando este encuentro. Nosotros empezamos un trabajo desde hace 10 años para que la cocina tradicional de la entidad se reconociera como Patrimonio Cultural ante la UNESCO, en el que también logramos el reconocimiento de la Pirekua".¹⁴⁶

¹⁴⁵ El Encuentro de Cocineras Tradicionales una expresión de la cultura gastronómica de Michoacán, consultado el 28 de agosto de 2024, en <https://ultranoticias.com.mx/cocineras-tradicionales-de-14-estados-ofertaran-sus-platillos-en-el-cuarto-festival-gastronomico/#:~:text=Los%20d%C3%ADas%2031%20de%20agosto,00%20a%2021%3A00%20horas.>

¹⁴⁶ IMNoticias, Martínez Ignacio, Continuidad con sabor a cocineras tradicionales, consultado el 22 de julio de 2024, en: https://www.ignaciomartinez.com.mx/movil/articulo/continuidad_con_sabor_a_cocineras_tradicionales_48830

Posteriormente, en Morelia, Michoacán el 19 de octubre de 2012, con la presencia de cocineras tradicionales de diversas regiones del estado; ponentes, reconocidas chefs de la entidad y México, funcionarios federales, estatales y municipales, representantes del ámbito cultural y estudiantes de los diversos Colegios Gastronómicos con que cuenta Michoacán, inició el Noveno Encuentro de Cocina Tradicional, en un evento encabezado por la presidenta del DIF Michoacán, Patricia Mora de Vallejo. El décimo encuentro de Cocina Tradicional de Michoacán fue realizado del 4 al 6 de octubre de 2013 en la ciudad de Morelia, tuvo como propósito salvaguardar el reconocimiento otorgado por la UNESCO. El llamado décimo primero encuentro de cocineras tradicionales en Morelia, con la expectativa de superar los 20 mil visitantes y dos millones de pesos en ventas inició el viernes cuatro de abril de 2014, que se llevó a cabo en los jardines del Centro de Convenciones de Morelia, de once de la mañana a siete de la tarde. En esta ocasión, por estar a días de la semana santa el tema principal fueron los platillos de cuaresma, muchos de los cuales son innovación de las propias cocineras.¹⁴⁷

En esta secuela de hechos el décimo segundo encuentro de cocineras tradicionales en Morelia, ocurrió los días 3, 4, 5 y 6 de octubre de 2014. Benedicta Alejo, la Maestra Cocinera Tradicional de Michoacán realizó la invitación, prometiendo cocina hecha 'con cariño y amor'. Su nieta Imelda, quien ya está tomando su educación culinaria tradicional, será la imagen de esta doceava edición, que tomó como tema central la cocina del Día de Muertos. La sede fue, como siempre, el Centro de Convenciones de Morelia. Participaron 60 cocineras tradicionales de las distintas comunidades de Michoacán y prepararon alimentos típicos y rituales del Día de Muertos. Además de la venta de comida, los concursos de cocina, clases y exposiciones a cargo de las cocineras fueron un atractivo irresistible.¹⁴⁸

El décimo tercer encuentro de cocineras tradicionales en Morelia fue 27 de febrero al 1 de marzo de 2015 tuvo lugar en Michoacán la edición número 13 del Encuentro

¹⁴⁷ Se llevó a cabo en Morelia el 2º Encuentro Nacional de Cocina Tradicional en Michoacán, consultado el 20 de marzo de 2024, en <https://www.quadratin.com.mx/sucesos/realizaran-segundo-encuentro-nacional-de-cocina-tradicional-en-michoacan/>

¹⁴⁸ Se llevó a cabo en Morelia el 2º Encuentro Nacional de Cocina Tradicional en Michoacán, consultado el 20 de marzo de 2024, en <https://www.quadratin.com.mx/sucesos/realizaran-segundo-encuentro-nacional-de-cocina-tradicional-en-michoacan/>

Estatad de Cocina Tradicional. Además, el secretario de Turismo del Estado, Roberto Monroy García dio a conocer recientemente que el Primer Encuentro Nacional del ramo se realizó del 14 al 16 de agosto. Con estos encuentros y eventos se intentan preservar y fortalecer la cultura gastronómica tradicional mexicana, que es una de las más reconocidas del mundo. En estos eventos participan cocineras tradicionales, chefs y productores elaborando platillos para concurso y para degustación popular. La temática específica del encuentro fue “13 Encuentro de Cocineras Tradicionales de Michoacán 2015 dedicado al Ciclo de la Milpa”. Las cocineras y cocineros presentarán platillos para concurso y para venta al público.¹⁴⁹

El décimo cuarto encuentro de cocineras tradicionales en Morelia, fue los días 9, 10 y 11 de diciembre de 2016, con la finalidad de promover la riqueza gastronómica del estado, además de contribuir en el posicionamiento y la conservación del nombramiento que le otorgó la UNESCO a la gastronomía mexicana como Patrimonio Intangible de la Humanidad, cuyo paradigma es Michoacán, así lo informó la secretaria de Turismo, Claudia Chávez López. El décimo quinto encuentro de cocineras tradicionales en esta capital el 16 al lunes 19 de marzo del 2018, En este evento participan cerca de 50 equipos y la asistencia de alrededor de 665 cocineras. El décimo sexto encuentro de cocineras tradicionales en Morelia, más de 48 cocineros y cocineras provenientes de distintas regiones de la entidad se unieron para conquistar el paladar de los exploradores de la cocina tradicional. En el décimo sexto encuentro, que se llevó a cabo del 15 al 17 de marzo de 2019, se ofrecieron cerca de 240 platillos autóctonos.¹⁵⁰

Mientras que, el décimo séptimo encuentro de cocineras tradicionales en Morelia fue en marzo del 2020 y el resaltando la gastronomía michoacana que es patrimonio de la humanidad. En ese tenor, el décimo octavo encuentro de cocineras tradicionales en Morelia: El aroma de la rica diversidad culinaria se apodera de Morelia del

¹⁴⁹ El Encuentro de Cocineras Tradicionales una expresión de la cultura gastronómica de Michoacán, consultado el 28 de agosto de 2024, en <https://ultranoticias.com.mx/cocineras-tradicionales-de-14-estados-ofertaran-sus-platillos-en-el-cuarto-festival-gastronomico/#:~:text=Los%20d%C3%ADas%2031%20de%20agosto,00%20a%2021%3A00%20horas.>

¹⁵⁰ Festival de la gastronomía de Michoacán en Morelia, consultado el 24 de julio de 2024, en <https://www.el-independiente.com.mx/inaugura-gobernador-festival-de-la-gastronomia-michoacana-y-15o-encuentro-de-cocineras-tradicionales/>

24 al 26 de noviembre 2023, con el esperado retorno del 18 Encuentro de Cocineras Tradicionales. En esta ocasión el evento se realizó en el Centro de Convenciones y Exposiciones de Michoacán, en el mismo sitio del Festival Michoacán de Origen. Participaron hasta 48 grupos de cocineras tradicionales de las siete regiones del estado.¹⁵¹ El último encuentro fue el denominado el décimo noveno encuentro de cocineras tradicionales en Morelia, en donde la riqueza gastronómica y los secretos que envuelven a los platillos del estado se reunieron los días 1, 2 y 3 de marzo de 2024, para el 19 Encuentro de Cocineras Tradicionales de Michoacán.¹⁵²

¹⁵¹ La gastronomía michoacana un atractivo irrenunciable, consultado el 21 de agosto de 2024, en <https://www.saborearte.com.mx/la-cocina-tradicional-michoacana-de-cuaresma/>

¹⁵² El encuentro de cocineras tradicionales de Michoacán, consultado el 22 de agosto de 2024, en <https://visitmichoacan.com.mx/encuentro-cocineras/>

Conclusiones

La alimentación, es una parte fundamental de la cultura de cualquier país, la relación con los recursos naturales y el desarrollo han ido cambiando e incidiendo en lo que comemos, en cómo obtenemos nuestros alimentos y hasta en cómo los preparamos, por lo que, en este trabajo de investigación, a través de un resumen de los temas y subtemas, resaltando la importancia de los mismos y enfatizando, puedo concluir lo siguiente:

Al mencionar la cocina tradicional, es hablar de cultura e historia, me enfocaré primero en su tradición como transmisión de creencias, costumbres y conocimientos, debido a que, desde la llegada de los españoles a México, ellos traían consigo una nueva variedad de productos, ingredientes, así como animales, los cuales sirvieron para combinarse con los productos que había en la región mexicana, jugando un papel muy importante los frailes que venían de España. Es por ello que la comida mexicana se crea por el mestizaje entre usos, costumbres y alimentos de indígenas y españoles.

Por un lado, al hablar desde un enfoque de nivel nacional, la cocina tradicional es considerada patrimonio cultural de la humanidad, reconocida por la UNESCO, más allá de su riqueza cultural culinaria, llena de tradiciones y costumbres, técnicas que con el paso del tiempo, se siguen practicando desde las comunidades ancestrales, o sea antiguas técnicas de preparación, desde sus elementos básicos el maíz, el frijol y chile, hasta tener toda una gastronomía diversificada por regiones en toda nuestra nación mexicana, por ello, su valor es excepcional desde la base de los alimentos hasta los utensilios que se utilizan para la elaboración como métodos tradicionales.

Por otro lado, las tradiciones de la cocina, se fueron diversificando por regiones en todo México, una de ellas, siendo la más antigua, es el estado de Michoacán el cual, se compone de 113 municipios, en los que su cultura por región es muy rica y variada. De tal suerte que, se tiene en consecuencia varias comunidades las que cuentan con sus propias especialidades e ingredientes abundando los vegetales y carnes rojas. Al igual que una gran variedad de platillos y guisos, en los que, los productos ancestrales que se utilizan para cocinar siguen prevaleciendo.

En el año de 1985, un grupo de mujeres cocineras michoacanas aproximadamente diez, comenzaron a preservar la cocina tradicional ante la influencia de alimentos extranjeros, siendo clave para que la cocina tradicional local fuera tomada como referencia para lograr el nombramiento de la UNESCO como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad, en el año 2010, gracias a esto, la cocina mexicana, queda inscrita entre las 12 gastronomías a nivel mundial, destacando la cocina de la entidad como modelo debido a un expediente previamente elaborado en esa región.

La Coordinación de Patrimonio Cultural, Desarrollo y Turismo del CONACULTA, es un organismo oficial del Gobierno Mexicano, quien fungió como supervisor de diversas dependencias gubernamentales, expertos, instituciones académicas y organizaciones profesionales y gremiales, relacionadas con la gastronomía entre otros. Ellos contribuyeron con sus aportaciones, quienes realizaron estudios determinados preliminares, para la redacción del expediente denominado La Cocina Tradicional Mexicana y así, obtener el reconocimiento de la UNESCO, que menciono en el párrafo anterior, dando cabida a que la cocina tradicional michoacana se posicionara de forma regional, nacional y mundial.

Ahora bien, al ser muy diverso el estado de Michoacán, aparte de que existen técnicas para preparar varios platillos, en algunas regiones prevalece el que sigan realizando, una serie de normas, rituales de gran cuidado y no cualquiera puede preparar cualquier plato. Existen jerarquías y razones ya que en una región que se considera intercultural, tanto los conocimientos propios que han desarrollado para la elaboración de comida tradicional, las culturas que conforman el contexto comunitario originarios, transmiten sus conocimientos y técnicas, las cuales, tendrán que estar presentes y ser utilizadas generación tras generación para que prevalezca esa tradición.

Como antecedente, he manifestado que, la gran variedad de ingredientes prehispánicos, son producto de la fusión entre la inmensa biodiversidad del país y la diversidad cultural. Por lo que en este caso se puede concluir que, una cocina al ser considerada tradicional se debe tomar en cuenta, sus prácticas, recetas y métodos de preparación, los cuales, se han transmitido de generación en generación dentro de una comunidad o cultura específica. Estas cocinas constituyen un elemento de unión sobre diversos aspectos de la vida de las comunidades, tomando en consideración la

agricultura, la alimentación, las formas de conservar los alimentos, las tradiciones, las cocinas tradicionales en Michoacán, son pues, el centro de procesos de intercambios culturales regionales en donde están presentes ciertas dinámicas culinarias.

Además, hay que resaltar que la base de la cocina tradicional son los ingredientes autóctonos de gran valor sobresaliendo entre mucha versatilidad la domesticación de maíz, chile, calabaza, frijol, jitomate, vainilla, maguey, algodón y aguacate, todos ellos preparados con utensilios y técnicas de preparación. Aunque, han ido cambiando conforme el paso del tiempo, los cuales, algunos se empezaron con un metate de piedra, comal de barro, cazuelas, ollas y molcajete. Sin embargo, en ocasiones se siguen usando braseros con carbón o leña, al igual que los comales y las tortillas se hacen a mano, por otro lado, las estufas se modifican, en vez del petate se usa la licuadora y la batidora, los trastes de barro son reemplazados por el acero y las cucharas de madera por las de plástico.

Aun así, no es común entre las cocineras tradicionales conservar un recetario o la utilización de utensilios precisos, ya que ellas fueron aprendices y transmisoras de sus conocimientos de forma visual y oral, éstos conocimientos, costumbres y técnicas, así como el sabor y la sazón, que se le da a la comida, como ya mencioné en párrafos anteriores, es lo que sigue prevaleciendo generación tras generación.

Michoacán, cuenta con cinco climas, la costa tropical, la sierra fría y sus lagos, además, es uno de los estados con mayor diversidad de población indígena; el contexto sociocultural y económico actual, ha dado lugar a varias tendencias gastronómicas. Una de ellas es la cocina tradicional, por lo que, la rica gastronomía local y la gran diversidad de platillos regionales de la entidad, ha logrado que el turismo se incremente en la entidad. Ya que, tanto que hace que, los ciudadanos locales tengan una conexión interpersonal y puedan lograr compartir momentos significativos, fortaleciendo los lazos familiares, y a los turistas permite que se deleiten con sus sabores, los cuales, se han convertido en una tendencia social, los cuales, han ganado protagonismo y dado posicionamiento a la cocina tradicional michoacana.

La gastronomía local es una de las más antiguas de México y al ser reconocida, ofrece una vasta variedad de platillos culinarios, en todas sus regiones, tomándome la libertad de mencionar algunos de los cuales han logrado ese protagonismo a nivel

nacional y mundial tales como: las corundas, las carnitas, sopa tarasca, el aporreadillo, uchepos, tamales, enchiladas, morisqueta, atole de diferentes sabores, charales dorados o en caldo, guacamole, pozole aunque no ha sido originario de la entidad, se ha perfeccionado en esta región a través de generaciones. No puedo olvidarme del succulento churipo, hasta un dulce de licor como la charanda entre muchos más, tratando de aterrizar en la idea de que la cocina tradicional Michoacán vive gracias a sus técnicas ancestrales, costumbres y usos que se han transmitido entre las cocineras tradicionales de la entidad.

Las cocineras tradicionales son la base fundamental, de la cocina mexicana, por tener los conocimientos en sus memorias y transformar con sus manos los platillos y sabores, siendo clave de cómo su aprendizaje se compone de experiencias y saberes y los cuales, han hecho que prevalezca sus recetas que fueron heredadas de madres, tías y abuelas. Derivado de lo anterior realice entrevistas con cocineras tradicionales de algunas de las regiones de la entidad, con la finalidad de saber la importancia de la cultura y la gastronomía de su tradición, algunas con reconocimiento oficial, participaciones en eventos regionales y nacionales.

En estas entrevistas que realice, me pude percatar que la mayoría de las cocineras tradicionales michoacanas entrevistadas, son multidisciplinarias, o sea, abarcan muchas disciplinas, técnicas, facultades, usos, arte y ciencia, conociendo la tierra y el producto que emplean para sus platillos, aplicando técnicas ancestrales. Además, la mayoría empezó a cocinar desde pequeñas entre 8 a 10 años de edad, quienes eran enseñadas por su mamá, o abuela los secretos de la cocina desde como nixtamaliza el maíz para las tortillas, hasta desvenar los chiles, como tratar la carne y los productos para su arte culinario, disfrutando mucho el cocinar para la familia y la comunidad, llamándome la atención de una de ellas al decir que disfruta de cocinar para ella es una manera de transmitir cariño hacia los demás.

En consecuencia, estas cocineras tradicionales se han vuelto emprendedoras y han creado sus propios negocios, lo que ha permitido que la cocina tradicional michoacana se vuelva clave ayudando a que las comunidades de los pueblos originarios, se enorgullezcan aún más de sus raíces y se reactive la economía de muchos de estos pueblos. Además, hay que mencionar que los resultados de los encuentros de cocineras

tradicionales de Michoacán, permitieron generar diversos beneficios, entre los que destacan: Aprovechar el turismo de México como país, y en especial de este territorio como un estado con una clara vocación turística. La identificación las estrategias más adecuadas para subir las estadísticas de afluencia y derrama turística del estado, pero haciéndolo de manera incluyente ante grupos sociales e indígenas en la región. Posicionar a la cocina tradicional como una de las tres principales variables que influyen en la satisfacción global de los turistas que visitan la entidad.

Fuentes de información

Orales

Entrevista a la maestra cocinera Victoria González Chávez realizada por Claudia Guzmán Ramírez, el día 3 de julio de 2024, en Pátzcuaro, Michoacán.

Entrevista a la maestra cocinera Ana María Ibarra Uribe efectuada por Claudia Guzmán Ramírez, en Morelia, Michoacán, el 5 de julio de 2024.

Entrevista a la maestra cocinera Benedicta Alejo Vargas llevada a cabo por Claudia Guzmán Ramírez, en San Lorenzo, municipio de Uruapan, el 13 de julio de 2024.

Entrevista a la maestra cocinera María del Rosario Vera Landa realizada por Claudia Guzmán Ramírez, en Capula, municipio de Morelia, Michoacán, el 14 de julio de 2024.

Bibliográficas

BOEGE, Eckart, *Etnografía del patrimonio biocultural de las regiones y territorios indígenas de México*, México, Secretaría de Cultura de la Ciudad de México, 2024, vol. I.

CONTRERAS, Jesús y Gracia, Mabel, *Alimentación y Cultura: Perspectivas antropológicas*, Barcelona, Editorial Ariel, 2005

CUCHE, Denys, *La noción de cultura en las ciencias sociales*, Buenos Aires, Editorial Nueva Visión, 1999.

DIJCK, José van, *La cultura de la conectividad. Una historia crítica de las redes sociales*, México, Siglo XXI Editores, 2016.

DURSTON, John W., *Organización social de los mercados campesinos en el centro de Michoacán*, México, Instituto Nacional Indigenista, Secretaría de Educación Pública, 1976.

Estudio de política turística de México, México, OCDE, 2016.

FARGA, Amando, *Historia de la comida en México*, segunda edición, México, Editorial Trillas, 2003.

FLORES y Escalante, Jesús, *Breve historia de la cocina mexicana*, México, Editorial Grijalbo, 2003.

GARCIA Rivas Heriberto, *Cocina Prehispánica Mexicana, La comida de los antiguos mexicanos*. Editorial Panorama, 1997.

GEERTZ, Clifford, *Conocimiento local: ensayos sobre la interpretación de las culturas*, Barcelona, Editorial, Paidós, 1999.

FERNANDEZ, Beatriz L, ...*Y la comida se hizo*, México, Editorial Trillas, 1990.

FERNANDEZ Ham, Patricia, Juan Enrique García y Diana Esther Ávila, "Estimaciones de la población indígena en México", en *La situación demográfica en México*, México, CONAPO, 2002, pp. 169-182.

FIGUEROA Zamudio, Jaime Genovevo, *6° informe de Gobierno*, Morelia, Gobierno del Estado de Michoacán, 1992, tomo de anexos, pp. 134-145.

GONZALEZ de la Vara, Martín, "La cultura gastronómica como patrimonio michoacano", en Hernández López, José de Jesús y Barragán López, Esteban, coordinadores, *Michoacán patrimonio del alma de México*, Zamora, El Colegio de Michoacán, 2019, pp.

HERNANDEZ Garre, José Manuel y de Maya Sánchez Baldomero, *Antropología de la alimentación: gastronomía sociedad y cultura*, Murcia, Ediciones de la Universidad de Murcia, 2022.

HERNANDEZ López, José de Jesús y BARRAGAN López, Esteban, coordinadores, *Michoacán patrimonio del alma de México*, Zamora, El Colegio de Michoacán, 2019.

JUAREZ López, José Luis, *Nacionalismo culinario: la cocina mexicana en el siglo XX*, México, Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, 2008

LOYDEN, Esmeralda, *Las voces de la biodiversidad en México*, México, Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales, 2015.

MANRIQUE Castañeda, Leonardo, *La población indígena mexicana*, México, INEGI-INAH-ISS/UNAM, 1994.

MUÑOZ Zurita, Ricardo, *Larousse Verde, Blanco, Rojo en la Cocina Mexicana*, Editorial Larousse. 2010.

NOVO, Salvador, *Cocina Mexicana, Historia Gastronómica de la Ciudad de México*, México, Editorial Porrúa, 2002.

OLIVE Negrete, Julio César, *Antropología mexicana*, México, Instituto Nacional de Antropología e Historia, 2000.

SALAZAR Simarro, Nuria, “Los monasterios femeninos”, en RUBIAL García, Antonio, coordinador, *Historia de la vida cotidiana en México. La ciudad barroca*, México, Fondo de Cultura Económica, El Colegio de México, 2005, t. II, pp.

TOLEDO, Víctor Manuel y Barrera Bassols, Narciso, *La memoria biocultural. La importancia ecológica de las sabidurías tradicionales*, Barcelona, Junta de Andalucía, Icaria Editorial, 2009

Sitios web

Diario Oficial de la Federación, Acuerdo para instrumentar la Política de Fomento a la Gastronomía Nacional, consultado el 11 de junio de 2024, en: https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5405996&fecha=02/09/2015#gsc.tab=0

El Encuentro de Cocineras Tradicionales una expresión de la cultura gastronómica de Michoacán, consultado el 28 de agosto de 2024, en <https://ultranoticias.com.mx/cocineras-tradicionales-de-14-estados-ofertaran-sus-platillos-en-el-cuarto-festival-gastronomico/#:~:text=Los%20d%C3%ADas%2031%20de%20agosto,00%20a%2021%3A00%20horas.>

El Encuentro de Cocineras Tradicionales de Michoacán, consultado el 22 de agosto de 2024, en <https://visitmichoacan.com.mx/encuentro-cocineras/>

Festival de la gastronomía de Michoacán en Morelia, consultado el 24 de julio de 2024, en <https://www.el-independiente.com.mx/inaugura-gobernador-festival-de-la-gastronomia-michoacana-y-15o-encuentro-de-cocineras-tradicionales/>

Gobierno de México, Día Nacional de la Gastronomía Mexicana, consultado el 3 de junio de 2024, en: <https://www.gob.mx/agricultura/articulos/dia-nacional-de-la-gastronomia-mexicana-319667#:~:text=De%20acuerdo%20con%20la%20UNESCO,modos%20de%20comportamiento%20comunitarios%20ancestrales%E2%80%9D.>

Hernández Albarrán, Lilia, De cultura alimentaria, cocina tradicional y gastronomía mexicana: algunas reflexiones, consultado el 23 de abril de 2024, en: <https://revistas.inah.gob.mx/index.php/diariodecampo/article/view/13335/14445>

IMNoticias, Martínez Ignacio, Continuidad con sabor a cocineras tradicionales, consultado el 22 de julio de 2024, en: https://www.ignaciomartinez.com.mx/movil/articulo/continuidad_con_sabor_a_cocineras_tradicionales_48830

Iturriaga, Yuriria, "Sobre la cocina tradicional mexicana y la UNESCO", en *Archipiélago. Revista Cultural De Nuestra América*, 2011, núm.18 (70), 2011, pp. 12-13, consultado el 20 de agosto de 2024, en <https://www.revistas.unam.mx/index.php/archipelago/article/view/24358>

La gastronomía michoacana un atractivo irrenunciable, consultado el 21 de agosto de 2024, en <https://www.saborearte.com.mx/la-cocina-tradicional-michoacana-de-cuaresma/>

Lista representativa del patrimonio cultural inmaterial de la humanidad, consultado el 14 de mayo de 2024, en <https://ich.unesco.org/src/06859-Es.pdf>

López Ojeda, Andrés, Pérez Camacho, Carmen, Guzmán Hernández, Celia y Hernández López, Ricardo, "Caracterización de las principales tendencias de la gastronomía mexicana en el marco de nuevos escenarios sociales" consultado el 22 de junio de 2024, en: https://www.researchgate.net/publication/322728696_Caracterizacion_de_las_principales_tendencias_de_la_gastronomia_mexicana_en_el_marco_de_nuevos_escenarios_sociales

Michoacán, el alma de México, Gastronomía Michoacana. El origen de nuestra cocina, Patrimonio Inmaterial de la Humanidad, consultado el 22 de mayo de 2024, en: <https://michoacan.travel/project/gastronomia/>

Muñoz Zurita, Ricardo, Saberes que saben, consultado el 12 de junio de 2024, en: www.meridadeyucatan.com/entrevista-ricardo-munoz-zurita-saberes-que-saben/

Olvera Hernández, Lluvia, Análisis del turismo cultural como estrategia de conservación de la cocina Tradicional Purépecha, consultado el 23 de julio de 2024, en: <https://observatoriocultural.udgvirtual.udg.mx/repositorio/bitstream/handle/123456789/240/Olvera-Turismo%20cultural%20gastronomia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Patrimonio Cultural y Turismo, Pueblo de maíz. La Cocina ancestral de México. El expediente ante la UNESCO, consultado el 14 de marzo de 2024, en: https://www.cultura.gob.mx/turismocultural/publi/Cuadernos_19_num/cuaderno10.pdf

Patrimonio cultural y turismo, cuadernos 10, Recapitulación, consultado el 15 de julio de 2024, en: https://www.cultura.gob.mx/turismocultural/cuadernos/cuaderno10_3_7.php

Riestra, Mario, El mole poblano y los productos alimenticios mexicanos, consultado el 12 de abril de 2024, en: <https://www.cultura.gob.mx/turismocultural/cuadernos/pdf12/articulo8.pdf>

Se llevó a cabo en Morelia el 2º Encuentro Nacional de Cocina Tradicional en Michoacán, consultado el 20 de marzo de 2024, en

<https://www.quadratin.com.mx/sucesos/realizaran-segundo-encuentro-nacional-de-cocina-tradicional-en-michoacan/>

Serrato García, Marco Antonio, Rayas Carbajal, Víctor Manuel y Murillo Salgado Román Tomás, La cultura gastronómica p'urhépecha como un gran activo turístico en Michoacán, consultado el 12 de julio de 2024, en: <https://redalyc.org/articulo.oa?id=88122240016>

Superprof blog -Jonás, Historia de la cocina mexicana y su evolución, consultada el 13 de abril de 2024, en: <https://www.superprof.mx/blog/la-historia-de-la-cocina-mexicana/>

Unesco en México, conferencia mundial sobre las políticas culturales en México, declaración sobre el concepto de cultura, consultado el 16 de marzo de 202, en <http://www.unesco.org/new/es/mexico/work-areas/culture/>

Índice

	Página
Resumen -----	2
Agradecimientos -----	3
Introducción -----	4
Capítulo uno	
La identidad cultural en torno a la gastronomía -----	9
La comida como expresión de la identidad cultural -----	9
Conceptualización de qué es la comida -----	12
El contexto histórico de la cocina mexicana -----	19
Capítulo dos	
Enfoque teórico sobre la cocina -----	22
Sabores locales: ingredientes, técnicas y recetas de una cultura -----	22
El rol de la gastronomía en el turismo y la economía -----	25
Introducción a la cocina tradicional de Michoacán -----	30
Capítulo tres	
El legado de la cocina tradicional -----	34
La construcción del expediente de la cocina tradicional michoacana -----	34
La importancia cultural y gastronómica de las cocineras tradicionales -----	39
Turismo gastronómico en Michoacán -----	58
Proyectos y programas de apoyo a las cocineras tradicionales -----	62
Conclusiones -----	69
Fuentes de información -----	74