

A glass of orange juice is positioned at the top center of the image. Below it, a red plate is filled with a large quantity of small, golden-brown fried fish. Several slices of lime are arranged on the right side of the plate. The background consists of a blue and white patterned fabric.

# Recetario coca de Mezcala

---

Cocina Indígena y Popular

**77**

# Recetario coca de Mezcala, Jalisco

10.- ARTE Y CULTURA POPULARES



Coordinadoras  
Sarah Bak-Geller Corona  
Rocío Moreno

# Recetario coca de Mezcala, Jalisco

**77**

---

Cocina Indígena y Popular



Primera edición en Cocina Indígena y Popular, 2017

Producción:  
Secretaría de Cultura  
Dirección General de Culturas Populares, Indígenas y Urbanas

*Recetario coca de Mezcala, Jalisco*  
© Sarah Bak-Geller Corona y Rocío Moreno

Coordinación de la colección:  
Mauricio Antonio Ávila Serratos  
Katia Vanessa López González

D.R. © 2017 de la presente edición  
Secretaría de Cultura  
Dirección General de Culturas Populares, Indígenas y Urbanas  
Av. Paseo de la Reforma 175, piso 12  
col. Cuauhtémoc, C.P. 06500  
Ciudad de México  
www.cultura.gob.mx

Las características gráficas y tipográficas de esta edición son propiedad de la Dirección General de Culturas Populares, Indígenas y Urbanas de la Secretaría de Cultura.

Todos los derechos reservados. Queda prohibida la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, la fotocopia o la grabación, sin la previa autorización por escrito de la Secretaría de Cultura /  
Dirección General de Culturas Populares, Indígenas y Urbanas

ISBN: 978-607-745  
Impreso y hecho en México

**CULTURA**  
SECRETARÍA DE CULTURA



# ÍNDICE

<b>MEZCALA: PUEBLO COCA</b> .....	<b>7</b>	<b>NOVIEMBRE</b> .....	<b>41</b>
<b>COMIDA E INDIANIDAD</b> .....	<b>15</b>	Tamales de frijol .....	42
<b>SEPTIEMBRE</b> .....	<b>27</b>	Mole de camote de cerro .....	43
Nixtamal .....	28	<b>DICIEMBRE</b> .....	<b>44</b>
Pipián de semillas de calabaza .....	29	Pinole de maíz rojo para hacer atole y gorditas .....	45
Pozolillo .....	30	Tortitas de camote de cerro con salsa de chile .....	46
Tatemas .....	31	Calabaza enmielada .....	47
Ponche de guayaba .....	32	<b>ENERO-FEBRERO</b> .....	<b>48</b>
Cajeta de ciruela amarilla .....	33	Empanadas de guaje .....	49
Torta de chayote .....	34	Chile de guaje .....	50
<b>OCTUBRE</b> .....	<b>35</b>	Sopa de chayote .....	51
Pipián de huilota .....	36	Guajes con frijoles .....	52
Salsa de tinhuaraque .....	37	Tortitas de huevo con guajes .....	53
Atole agrio con chile de semilla de calabaza .....	38	<b>MARZO-ABRIL</b> .....	<b>54</b>
Frijol nuevo con huilota .....	39	Tortitas o albóndigas de charal seco .....	55
Esquite .....	40		

Hueva de charal .....	56	<b>JUNIO-JULIO-AGOSTO .....</b>	<b>68</b>
Charal asado .....	57	Verdolagas con huevo .....	69
Salmuera de charal .....	58	Verdolagas en molito .....	70
Mole de carpa amarilla, bagre o pollo .....	59	Tortitas de nopal .....	71
Birria de carpa .....	60	Mole de olla de espinazo y verdolagas .....	72
Empanadas de menudencias .....	61	<b>FIESTAS Y CARGOS .....</b>	<b>73</b>
Capirotada .....	62	Zualis, Collares para Cargueros .....	74
<b>MAYO .....</b>	<b>63</b>	Atole de piloncillo o carguero .....	75
Caldo de cangrejo con ciruela .....	64	Mole ranchero .....	76
Chile de ciruela .....	65	Papaque .....	77
Pescado asado en hoja de vástago, de maíz, de mango o de aguacate .....	66	<b>AGRADECIMIENTOS .....</b>	<b>78</b>
Aguachile de charal .....	67		

## **MEZCALA: PUEBLO COCA**

*Rocío Moreno*, comunera de Mezcala, historiadora y delegada del pueblo coca en el Congreso Nacional Indígena.

Mezcala es una comunidad indígena perteneciente al pueblo coca. Habita la parte norte del Lago de Chapala y su territorio se extiende en las 3,600 hectáreas de tierra comunal y la posesión de dos islas: Tlalquetepequel y Pechilínque, que se sitúan a medias aguas del Lago de Chapala. Su población se agrupa en nueve barrios que se localizan a lo largo de su territorio, en la rivera del Lago. Es una comunidad que por cientos de años ha vivido junto al agua. Esta es la razón por la que sus oficios principales han sido la pesca y la agricultura.

Mezcala es una comunidad indígena peculiar, su cercanía con grandes centros urbanos como Guadalajara, Ocotlán, Chapala, Ajijic, El Salto, paradójicamente han reforzado su identidad como pueblo originario. A tan sólo treinta minutos se localiza el poblado de Ajijic, que lo habitan norteamericanos jubilados. Esta población ha desterrado a los originarios de Chapala y Ajijic. Mezcala dice que su lucha es por conservar su territorio e historia, y que no quieren vivir la misma situación que los vecinos de Chapala y Ajijic, “pues ellos perdieron todo, perdieron la tierra. Antes eran pobres, pero ahora son pobres sin tierra, son tan sólo empleados domésticos y jardineros de los norteamericanos”. La realidad es que Mezcala es el único poblado donde sus cerros no son fraccionamientos residenciales. La devastación en los cerros que rodean al Lago de Chapala es impresionante, en Mezcala se conserva el bosque, por lo que sus tierras son cada vez más codiciadas por su conservación.

Ante este paraíso ambiental, esta comunidad ha sido ambicionada por los fraccionadores de la región; no obstante, su pasado está cubierto de movilizaciones por defender y conservar su territorio. Es una comunidad que ha atesorado sus tierras comunales, espacio donde jurídicamente no existe la propiedad privada. Esta es la razón por la que los grandes proyectos capitalistas chocan con el pueblo de Mezcala; sin embargo, no es la primera ocasión en que este pueblo se ve amenazado por sus tierras, pues prácticamente la defensa la han realizado por lo menos durante los últimos quinientos años, desde la invasión española.

Los primeros escritos sobre Mezcala son las descripciones de los conquistadores. En 1530 llegan las expediciones de Nuño de Guzmán a conquistar el occidente del país.<sup>1</sup> Los primeros poblados fueron justamente los de la parte norte del Lago de Chapala, donde se encuentra Mezcala.<sup>2</sup> Las crónicas de conquista describen a los pueblos que pertenecían al señorío de Coinan del pueblo Coca, y también dan muestra de cómo existía una enorme diversidad lingüística en la región, sobresaliendo las lenguas nahua y coca.<sup>3</sup> Según el lingüista Dávila Garibi,<sup>4</sup> la razón por la cual esta comunidad ancestral perdió su lengua en una etapa temprana tuvo que ver con la guerra de conquista, pues ante la diversidad lingüística que existía entre una comarca y otra, los conquistadores emprendieron una violenta campaña por la imposición de la lengua náhuatl y el castellano. Varias danzas o cantos en la actualidad de Mezcala son cercanos a la lengua náhuatl, por eso es más común que tengan palabras en náhuatl; además Mezcala, con el paso del tiempo, olvidó lo coca, pero nunca dejó de identificarse como indígena, como miembro de un pueblo originario.

<sup>1</sup> Caroly, Baus de Czitrom. *Tecuexes y cocas. Dos grupos de la región de Jalisco en el siglo XVI*. México, INAH, Colección Científica Etnohistoria núm. 112, 1982, pp. 90-98.

<sup>2</sup> Acuña, René. *Relaciones geográficas del siglo XVI. Nueva Galicia*. México, UNAM, 1988, p. 177.

<sup>3</sup> Dávila Garibi, José Ignacio. "Recopilación de datos acerca del idioma coca y de su posible influencia en el lenguaje folklórico de Jalisco", en *Investigaciones lingüísticas*, Tomo III, núms. 5 y 6, septiembre-diciembre, pp. 248-302.

<sup>4</sup> *Ibid.*, pp. 270-272.

La pérdida de la lengua coca en Mezcala se debió a un proceso de guerra de conquista, no fue producto del desinterés de los pobladores de esta comunidad. Debemos insistir en que este pueblo, a pesar de haber perdido la lengua, conservó y cultivó su identidad como pueblo originario, tanto en el discurso como en los hechos: aún conserva el territorio, el gobierno tradicional, las danzas, los cargos comunitarios, los oficios milenarios, la comida y, sobre todo, la autoadscripción y sentido de pertenencia de sus pobladores a una comunidad que ha habitado esas tierras desde años atrás, antes de la conquista española.

Al quedarse sin lengua, pero sí con sus tierras y tradiciones, la comunidad ha construido una memoria histórica que permite fortalecer su identidad de pueblo originario. Mezcala ha privilegiado algunos momentos de su historia para transmitir y cimentar su identidad como pueblo originario. Uno de los principales hechos es la obtención del Título Primordial. Este documento consta de diecisiete fojas y actualmente está resguardado en el AGN.<sup>5</sup> En él se concentran todos los límites territoriales de Mezcala, la descripción de su territorio, los oficios milenarios, como la pesca y agricultura, la extensa variedad de frutos, peces y semillas en su territorio, y el nombre de algunos caciques y habitantes del poblado.

Este documento ha permitido a Mezcala defenderse en distintos momentos de su historia. A finales del siglo XIX iniciaron los trámites para el reconocimiento de su territorio en el siglo XX y en la actualidad, a pesar de que ya no tienen ningún valor jurídico ante el Estado mexicano, los comuneros lo siguen mostrando a distintas autoridades para acreditar la posesión inmemorial de sus tierras.

Otro momento recordado por la comunidad es la insurgencia en la isla de Mezcala. Probablemente este hecho es el más reconocido afuera de la comunidad. Está presente en los libros de *Historia Regional* de la SEP y en la memoria de los pobladores de Mezcala. La insurgencia se llevó a cabo entre 1812-1816. Fueron cuatro años

<sup>5</sup> *Título Primordial de Mezcala* en el AGN, galería 4, caja 14, exp. I.

en que los habitantes de Mezcala resistieron en contra del ejército realista. Se libraron alrededor de veinticinco batallas (en tierra y navales) y la gran mayoría fueron triunfos insurgentes.<sup>6</sup>

En los cuatro años, el ejército español ofreció a los insurgentes dos indultos, que no fueron aceptados; no obstante, al pasar los años azotó una epidemia de tifo en la isla y esto provocó un golpe a los insurrectos, obligándolos a aceptar un armisticio con el ejército español el 25 de noviembre de 1816. En esa fecha se cerró un capítulo de la digna lucha indígena en contra del gobierno colonial. Para los habitantes de Mezcala es un orgullo ser herederos de aquellos hombres que lucharon por cuatro años en el islote, razón por la que cada 25 de noviembre, Mezcala recuerda y festeja a sus insurgentes.

Otro momento es el periodo de la Revolución Mexicana, cuando el capitán Tomás Moreno, originario de Mezcala, recuperó tierras en un área conocida como El Comal, en la parte boscosa de Mezcala. Después de la Revolución Mexicana, a finales de los años 40, los pobladores de Mezcala comenzaron los trámites en la Reforma Agraria para que el Estado mexicano les retribuyera sus tierras. Esto lo consiguieron hasta 1971, donde se les reconocieron 3,600 hectáreas de tierras comunales y la consolidación de 406 comuneros, que conformarían la Asamblea General de Comuneros.<sup>7</sup>

Los comuneros, en las últimas décadas, han sido la figura colectiva que mantiene, conserva y defiende las tierras comunales y las dos islas de Mezcala. Los pleitos agrarios se han concentrado en dos movilizaciones. El primero tiene que ver con la conservación como área comunal de su territorio, las dos islas de Mezcala: Pechilinque y Tlalquetepeque. Prácticamente, desde el 2005, el INAH-Jalisco, la Secretaría de Turismo, la Secretaría de Cultura

<sup>6</sup> Castañeda, Carmen y Laura G. Gómez. *Los pueblos de la rivera del Lago de Chapala y la Isla de Mezcala durante la Independencia (1812-1816)*. Secretaría de Cultura del Estado de Jalisco, México, 2006.

<sup>7</sup> “Resolución Presidencial”, Carpeta básica de bienes comunales de la comunidad indígena de Mezcala, Jalisco, 1971; en “Registro Agrario Nacional de la Secretaría de la Reforma Agraria”.

y el Ayuntamiento de Poncitlán han intentado por medio de restauraciones, declaraciones y con la creación de un fideicomiso, eliminar la posesión inmemorial que tiene la comunidad del islote. En el 2010, ante los festejos del Bicentenario de la Independencia de México, los comuneros y la comunidad indígena de Mezcala detuvieron la instalación de una caseta de cobro en la isla pues, como mencionaron los comuneros, esto sería el inicio del despojo y privatización de sus islas e historia.

La otra movilización la sostienen contra un empresario tapatío, quien invadió aproximadamente doce hectáreas de bosque, en un área conocida como El Pandillo. Este empresario sostiene un pleito agrario con la comunidad de Mezcala desde 1999. Prácticamente han peleado con él por dieciocho años. La comunidad de Mezcala ha conseguido dos sentencias favorables en los últimos cuatro años, ahora sólo esperan por la tercera y última sentencia que, si es favorable, tendrá una ejecución de recuperación de sus tierras. La comunidad de Mezcala con sus comuneros al frente intenta demostrar con este juicio que las tierras son comunales y no puede ningún particular ingresar o fraccionar las tierras de todo el pueblo, y también buscan que al interior de la comunidad se confirme este pacto de conservar sus tierras, pues ahí está su vida, su cultura como pueblo originario.

La lucha de los comuneros ha construido nuevas formas de resistencia para mantener sus tierras. Ahora ha sabido utilizar los medios de comunicación. Emplea su historia para demostrar la legítima posesión ancestral de esas tierras. Ahora, de nuevo está tejiendo alianzas con todos los que comparten su lucha, como el Congreso Nacional Indígena. Fortalece la identidad de su comunidad. Estudia y discute su historia. Construye proyectos que benefician la conservación del territorio. Conserva y legitima un gobierno interno, tradicional, para garantizar la posesión de la tierra. De nuevo, se encuentra en una lucha por su conservación. Ahora, contra todo un modelo capitalista que encuentra atractivas las tierras vírgenes para el desarrollo de fraccionamientos residenciales, y que busca la privatización de sus tierras.

En la actualidad, los ancianos de la comunidad de Mezcala (varios de ellos, comuneros) son el vínculo con el pasado. Son los que en décadas anteriores defendieron la tierra en su juventud. No quiere decir que hoy ya no luchen por su comunidad, sino que ahora su lucha involucra preparar a las nuevas generaciones.

Esta ha sido una organización que ha trabajado en Mezcala para transmitir algunos acontecimientos. Su versión de los hechos es propia; por ejemplo, en el movimiento insurgente ganaron sin ninguna pérdida; en el título primordial compraron las tierras por mil ducados de plata pura para que las generaciones futuras (hasta la actual) vivieran en paz y libertad; con el grupo carrancista, encabezado por Tomás Moreno, se exalta la valentía que tuvo para sacar al invasor de las tierras de Mezcala en tan sólo unos pocos días; o el que los comuneros pelearan la posesión de la isla con el Estado mexicano. Todas estas versiones de los hechos ocurridos en su comunidad permiten construir una memoria colectiva de Mezcala. ¿Por qué recuerdan y transmiten estos acontecimientos? ¿Utiliza su historia Mezcala? ¿Cuándo y para qué?

Los ejemplos mencionados se encuentran privilegiados en la memoria de la gente, son los que permiten legitimar la posesión de sus tierras. Estas anécdotas no sólo enseñan su historia, sino también sus derechos y obligaciones como habitantes de Mezcala.

Los recuerdos, su memoria, no son la historia oficial, más bien su versión de los hechos. Son historias que explican su lucha, legitiman su posesión, arraigan a las nuevas generaciones con su historia y les enseñan a utilizar su pasado en momentos de crisis, como defensa ante la amenaza a su territorio.

## **La comunidad indígena. El pueblo coca en el siglo XXI**

La comunidad de Mezcala no se entiende como una comunidad indígena aislada. Es un pueblo que, por su cercanía a centros urbanos, ha empleado diferentes maneras de sobrevivencia. El sentido de comunidad no radica necesariamente en su aislamiento con respecto a lo urbano o incluso al Estado, pues ha logrado su auto-

nomía como pueblo originario resignificando la gobernabilidad del poder, deconstruyéndolo para aprovecharlo a su favor.

Mezcala construye una movilización por la defensa de su territorio ancestral. Su lucha no es sólo contra una invasión a sus tierras, sino también por conservar sus tradiciones e inculcar en las nuevas generaciones el arraigo a su historia y sus tierras. La lucha es interna. Los comuneros mencionan que no saben si las nuevas generaciones van a cuidar la tierra o simplemente la van a vender.

En esta incertidumbre hacia el futuro de la comunidad indígena, algunos jóvenes denominados Colectivo Mezcala,<sup>8</sup> propusieron en la Asamblea General de Comuneros del 2007 que, ante la inevitable llegada del turismo, debían administrar desde los términos que permitieran continuar con sus tierras comunales y organizaciones. Así surge el proyecto de Turismo Comunitario, un espacio concreto fue la edificación del comedor-restaurante Paraje Insurgente.

La idea de Paraje Insurgente nació en 2007, pero se concretó hasta el 2013. Este espacio se construyó primero para confrontar el discurso del Estado sobre el progreso. La cercanía con centros turísticos como Chapala y Ajijic permitieron a la comunidad de Mezcala tener más amplia y profunda determinación sobre el progreso y el turismo que debía construirse en sus tierras. Por eso nació la frase “queremos desarrollo, queremos turismo, pero sólo si nosotros seguimos siendo los dueños”.

Paraje Insurgente impulsó más discusiones de las que se habían programado. Una fue la asociación cooperativista que ha funcionado en el restaurante. También se abrió una investigación sobre el origen y los usos de los alimentos de la comunidad. Ahí inició la recuperación de recetas de las cocinas cocas. Fue evidente y rápida la amplia y nutrida colección de recetas, historias, cultivos, diversidad biológica que crece en esas tierras y de los usos que se

<sup>8</sup> Colectivo Mezcala se conformó en el 2002. Lo conformaron jóvenes, mujeres y comuneros que simpatizaban con el movimiento zapatista de Chiapas.



acostumbran en Mezcala, por eso este recetario fortalece también la identidad, las raíces del pueblo originario.

Inició este recetario con alumnos de la Escuela Secundaria y Bachillerato Signos, y la coordinadora del taller Culturas del Mundo. Después dirigió el proyecto mi amiga Sarah: historiadora apasionada por las anécdotas de cocina, pues ahí está la cultura de un pueblo. Ella permitió redondear este proyecto para rescatar todas esas historias que habitan a diario en las cocinas del pueblo. Al final de la recolección de estas recetas nos dimos cuenta de que Mezcala recolecta, caza, pesca, cultiva y conoce los vientos para una buena pesca, la luna para una cosecha provechosa, el cielo para la abundancia o escasez de plantas y agua. En su comida está depositada su cultura, su origen. Es una comunidad que ante la bondad de sus tierras, diversifica su alimentación. Vive de la tierra y sus aguas. En su territorio está su vida y de ahí adquiere todos los alimentos que los caracterizan como pueblo.



## COMIDA E INDIANIDAD EN MÉXICO

*Sarah Bak-Geller Corona*

Instituto de Investigaciones Antropológicas

Universidad Nacional Autónoma de México

Durante la Conquista, en el siglo XVI, las poblaciones indoamericanas fueron sometidas bajo la categoría de indio, un término que homologaba la diversidad cultural de los habitantes del continente y los reducía a una condición única de inferioridad física y moral. La inferioridad del indio, plasmada en imágenes de cuerpos débiles, pusilánimes, mezquinos y taciturnos, estuvo desde un inicio asociada a la alimentación. Se consideraba que la comida de los nativos era escasa y de *poca sustancia*, lo que había provocado la degeneración de la población del Nuevo Mundo.

La distinción entre el cuerpo español y el cuerpo indio legitimó la supremacía europea sobre los habitantes del continente americano, por ello, la *comida de indios* representó uno de los principales intereses para la colonización. El apego de las poblaciones amerindias a ciertas prácticas alimentarias se veía continuamente en las fiestas de los pueblos, conocidas como comelitonas o banquetes de indios. Estas ocasiones eran aprovechadas por los habitantes del pueblo para consolidar su identidad frente a otros pueblos, mostrar su poder económico y su capacidad de organización colectiva. Las autoridades coloniales vieron en estas comidas comunitarias, peligrosas expresiones de cohesión social y política, por lo que era de esperar que estas fiestas fueran desalentadas desde la llegada de los españoles.

Los prejuicios hacia los hábitos alimentarios amerindios suscitaban incluso discusiones en el plano religioso, donde se cuestionó

la pertinencia de emplear maíz en las prácticas evangelizadoras. Algunos misioneros habían optado por reproducir el rito de la Eucaristía con tortillas y arepas, a falta de pan de trigo; sin embargo, la Iglesia católica acabó prohibiendo esta práctica, rechazando toda posibilidad de transustancialización a través del cereal americano.

El temor de que los cuerpos españoles adoptaran cualidades de indios por consumir sus mismas comidas queda ilustrado en relatos como el del conquistador Jerónimo Aguilar, quien acabó tras un naufragio viviendo años con los indígenas de la Península de Yucatán. Aguilar, al ser rescatado por sus compatriotas, se rehusó a comer sus alimentos, alegando que la comida cristiana le sentaba mal en principio, después de tanto tiempo se había acostumbrado a la comida de los indios.

La idea de que el aspecto físico y el temperamento de un individuo estuvieran asociados a su régimen alimentario tuvo origen en el siglo II, con las teorías médicas hipocráticas. Estas creencias se basaban en la existencia de cuatro humores que gobernaban el cuerpo humano (sangre, flema, bilis negra, bilis amarilla), los cuales a su vez estaban asociados a los cuatro elementos naturales (aire, agua, tierra, fuego). Así, una persona con mucha sangre era considerada sanguínea o social, mientras que el exceso de flema derivaba en flemáticos, el de bilis negra en melancólicos, y de bilis amarilla en coléricos. El balance de humores podía ser en todo momento corregido a partir de los alimentos que se clasificaban en función de su correspondencia con uno de los cuatro elementos.

A partir de esta lógica que consiste en que las cualidades intrínsecas de los alimentos son asimiladas de manera literal por quien los consume, los europeos del siglo XVI asignaron los alimentos a diferentes estratos sociales. Por ejemplo, la carne de caza, como el ciervo, oso o jabalí, era reservada a la nobleza por ser considerada una fuente excepcional de fuerza, bravura y destreza, cualidades que se atribuían a esos animales. En contraste las aves y pescados, criaturas ligeras y delicadas, eran asociadas a estilos de vida contemplativos, y por ende eran preferidos por las

órdenes monásticas. La correlación entre las propiedades de los alimentos y la condición social del individuo se distinguía entre alimentos suaves, refinados y de tonos claros (ciertas clases de frutos, panes, legumbres, pescados y carnes) para los estómagos de la nobleza; y las comidas ordinarias y pesadas, como eran raíces y tubérculos, aptas para las clases bajas y trabajadoras.

La creencia de que la dieta repercutía en el carácter físico y espiritual de un individuo supuso que los españoles generaran temor de convertirse en indios si consumían los mismos alimentos que sus sojuzgados. Por ello mostraron especial ahínco en consumir alimentos europeos –de preferencia asociados a la cultura cristiana–, en particular trigo, cordero y vino de uva, con el fin de preservar su hegemonía física y moral.

Las teorías alimentarias sobre la inferioridad del indio continuaron en los siglos XVII y XVIII, alcanzando notoriedad en los círculos científicos europeos. Naturalistas como Jean-Louis Buffon (1707-1788), David Hume (1711-1776), Cornelius de Pauw (1739-1799), Guillaume Thomas François Raynal (1713-1796) y William Robertson (1721-1793) sostenían que la calidad del clima, aire y suelo del continente producían alimentos viciados, que a su vez creaban seres degenerados.

Los descendientes de los españoles nacidos en América, conocidos también como criollos, al verse afectados por las teorías antiamericanas formularon en contrapartida su propio discurso científico en defensa de la naturaleza y los habitantes del Nuevo Mundo. Los primeros argumentos los encontramos en la obra del médico novohispano Juan de Cárdenas (*Problemas y secretos maravillosos de las Indias*, 1591), quien describió las ventajas de los alimentos americanos sobre los europeos, y explicó por qué su ingesta no sólo convenía al indio, sino a todos los tipos de constituciones. El maíz y el chile fueron considerados por Cárdenas como de *gran sustento* y una valiosa fuente de mantenimiento. La opinión favorable de Cárdenas sobre la comida de los indígenas debe ser, no obstante, puesta en contexto. El que el autor reivindicase los productos americanos no significa que el régimen alimentario indígena fuera el

más adecuado. Los criollos, intermediarios entre la cultura ibérica y la amerindia, se consideraban los detentores de las mejores prácticas en materia de alimentación. La superioridad de las comidas criollas queda expuesta cuando los indios entran en contacto con ella, según lo señala Cárdenas: “Su mantenimiento natural [de los indios] es carne a medio asar o cruda del todo, o maíz crudo o mal cocido, hasta poco a poco hacerlos a nuestras comidas, y si una vez se hacen es contento después verlos que luzios y gordos se ponen”.<sup>9</sup>

La reivindicación de la comida americana frente a los ilustrados europeos continuó ocupando un lugar crucial en las obras de eruditos como Carlos de Sigüenza y Góngora (1645-1700), Francisco Javier Clavijero (1731-1787) y José Antonio Alzate (1737-1799). En sus obras elogiaron las frutas de la tierra, las cuales “suplían ventajosamente a las peras, manzanas, duraznos y demás frutas que faltaban [en América]”; del vino del maguey ocpatlí se dijo que embriagaba, pero no tanto como el vino de uva, por ende era una bebida más sana. Llegaron incluso a mencionar la existencia de un trigo nativo de Michoacán, simplemente que no fue aprovechado por los indígenas porque tenían el maíz, cuyas ventajas eran mayores. Finalmente, ante la crítica de Buffon sobre lo pequeño e imperfecto de los animales mexicanos, el indignado Clavijero dio por terminada la discusión con un aire de superioridad: “Me da compasión que un filósofo tan célebre se muestre tan ignorante de los animales más comunes del reino de México”.<sup>10</sup>

La insuficiencia e inadecuación del régimen alimentario indígena continuó siendo un tema prioritario de discusión entre los defensores del primer republicanismo en México. En libros y ensayos publicados en los principales periódicos del país, se trató del efecto específico de la cantidad y la calidad de la comida de los indígenas en el desarrollo general de la sociedad. Se señaló que mientras los indios no remplazaran sus habituales “cuatro o

<sup>9</sup> Cárdenas, Juan de. *Problemas y secretos maravillosos de las Indias*. Libro tercero, cap. 7, edición facsimilar, Valladolid, Maxtor, 2003 [1591] p. 203.

<sup>10</sup> Clavijero, Francisco Xavier. *Historia antigua de México*, 8ª ed., México, Porrúa, 1987 [1780].

seis tortillas con sal, untadas con chile, un jarro de atole, y nada más”,<sup>11</sup> por alimentos que contengan más *sustancia*, la población indígena continuaría sin rendir en sus tareas labriegas. Las élites intelectuales, influenciadas por las ideas fisiológicas de la época, que veían en la digestión la causa, pero también la solución de la mayoría de los males que padecían los indígenas, propusieron entre otras medidas abolir la tortilla, argumentando que su método de elaboración no cumplía con los requerimientos para una sana digestión. La digestión, a principios del siglo XIX, era concebida como una fermentación, donde el calor del estómago provocaba alteraciones en los alimentos similares a las que podían observarse en sustancias fermentadas (producción de vapores, putrefacción de compuestos, interacción de ácidos y sales). Los alimentos que no experimentaban cierta fermentación en su elaboración eran por ende desaconsejados.

Este fue el comienzo de una ardua batalla contra las tortillas, cuya historia ocupó todo el siglo XIX y una parte del XX. Durante estos años, las tortillas fueron combatidas en tanto “masas groseras, compactas, viscosas e indigestas”, que lo único que provocaban eran “crudeza y aventamiento en los estómagos”.<sup>12</sup> Alexander von Humboldt, naturalista y viajero alemán, se sumó a esta opinión al escribir en su *Ensayo político sobre el reino de la Nueva España* (1811) que el estado de los indios no era otro que el de indigestión, lo que provocaba complicaciones gástricas “muy comunes entre los indios”.

Fue así que las autoridades virreinales dieron a conocer en 1806 un pan que sustituyera a la tortilla, elaborado con harina de maíz y trigo. El pan de San Carlos fue elogiado por el mismo virrey, quien ordenó que la receta fuera distribuida por todo el reino.<sup>13</sup>

Los esfuerzos para transformar a los indios en ciudadanos modernos estuvieron encaminados, por otra parte, a promover

<sup>11</sup> *Diario de México*, 8 de septiembre, 1807.

<sup>12</sup> *Gazeta de México*, 26 de septiembre, 1786.

<sup>13</sup> *Diario de México*, 30 de abril, 1807.

comidas “públicas y comunes”, donde se enseñaría al indio las “dulzuras y comodidades de la sociedad civil”.<sup>14</sup> En estas comidas públicas, en las que la lengua común sería el español, el indio aprendería a sustituir las tortillas por el pan de San Carlos y, sobre todo, asimilaría los principales modales y comportamientos en la mesa. Lejos de ser un tema frívolo y trivial, la mesa fue vista como un espacio ideal para la práctica de los principios republicanos. Comer en grupo promovería la armonía entre los individuos, fomentaría el convivio entre iguales, favorecería la discusión y el intercambio de ideas. Las reglas de urbanidad republicanas iban acorde a los valores de civilidad y virtud en la templanza y mesura de los comensales.

En el contexto de construcción y consolidación del Estado-nación, la medicina, la ciencia racial y las teorías indigenistas adjudicaron una vez más a la dieta del indígena su retraso biológico y cultural. Detrás de la imagen de una raza indígena ignorante, pasiva e improductiva, existían siempre discursos sobre la malnutrición, la falta de higiene y el cuidado en la preparación de los alimentos. La “Teoría dietética de la raza” del periodista y político Francisco Bulnes (1847-1924) fue, en este sentido, ejemplar. Bulnes sostuvo que la especie humana se dividía en tres grandes razas, cuyo grado de civilización estaba asociado a un cereal específico: los pueblos consumidores de trigo eran razas superiores, mientras que el atraso de los indígenas mexicanos se debía a su preferencia por el maíz.<sup>15</sup>

Para el proyecto indigenista, la alimentación representó un paradigma del desarrollo en América Latina. Los indigenistas refutaron las nociones de superioridad e inferioridad racial y propusieron una nueva definición de lo indio. Ésta no se fundamentaba en criterios estrictamente biológicos, sino que incorporó aspectos

<sup>14</sup> *Diario de México*, 16 de octubre, 1805.

<sup>15</sup> Bulnes, Francisco. *El triste porvenir de los países latinoamericanos*. México, Contenido, 1975 [1899]; *Los grandes problemas de México*. México, *El Universal*, 1927 [1926]. Hasta la década de 1940 los estudios nutriólogos dieron a conocer los aportes de la dieta mesoamericana, basada fundamentalmente en maíz.

culturales y económicos. El indio, no obstante, continuó figurando como un cuerpo esencialmente débil, pasivo y taciturno. Los intentos por transformar la dieta indígena se enfocaron, por lo tanto, en combatir las condiciones de pobreza en que vivían estas poblaciones, al tiempo que se proponían regenerar los cuerpos indios. Manuel Gamio (1883-1960), fundador de la Antropología en México y precursor del nacionalismo posrevolucionario, fue el portavoz de la mejora de la dieta indígena, la cual se consideraba no apta para cubrir las necesidades biológicas de un ser humano. En sus críticas a la dieta frugal basada en tortilla, frijol y chile, la cual asociaba con la pobreza extrema de los indígenas mexicanos, el antropólogo puso al descubierto sus prejuicios hacia el alimento base de los indígenas: el maíz. Tras un viaje a Japón, Gamio promovió una serie de programas públicos para sustituir el maíz por el frijol de soya, como la solución a los problemas de desnutrición en México.<sup>16</sup>

Por su parte, el interés de los médicos mexicanos por la novedosa ciencia de la dietología motivó la creación de una agenda latinoamericana de dietética y nutrición. La finalidad era integrar a las poblaciones indígenas en la vida política, social y económica de las naciones, objetivo que se veía obstaculizado por sus grados de malnutrición. Durante la presidencia de Lázaro Cárdenas se creó en 1935 la sección de Investigación de la Alimentación Popular en el Hospital General de México, y una Comisión Nacional de Nutrición encargada de organizar encuestas de alimentación, investigaciones sobre las propiedades de los alimentos mexicanos, y promover políticas públicas de nutrición. Los programas de nutrición destinados a construir cuerpos sanos y bien alimentados, como una condición básica para el ejercicio de la ciudadanía, no estuvieron deslindados de la ideología del mestizaje. Al transformar la dieta de la tortilla, el frijol y el chile por una rica en carne y lácteos, se buscó erradicar la malnutrición en México, al tiempo

<sup>16</sup> Gamio, Manuel. "Dietética popular" en *Hacia un México nuevo. Problemas sociales*. México, Instituto Nacional Indigenista, 1987 [1935].

que se fomentó la desaparición de la condición indígena a favor del mexicano mestizo y moderno.

En los albores del siglo XXI, la comida continúa proporcionando las condiciones para pensar y definir al indígena. En la actualidad, los mismos grupos en vulnerabilidad reconocen en su patrimonio alimentario indígena un recurso estratégico para obtener mejores condiciones sociales y mayor participación en el espacio público. La comida adquiere un nuevo valor en el contexto neoliberal y multicultural, donde ocupa un lugar clave para entender la categoría socio-étnica de indígena, así como la relación entre etnicidad y ciudadanía en México.

El caso coca de Mezcala es de especial interés, ya que el valor de una cocina tradicional coca forma parte de la estrategia de los comuneros para la defensa de su territorio, el cual se encuentra amenazado por inversionistas privados y el gobierno municipal. Al mismo tiempo, el proyecto gastronómico coca se suma a los esfuerzos de los habitantes por rescatar y difundir una historia local, ligada a la identidad de los mezcalenses como pueblo rebelde y luchador incansable de su autonomía.

### **El patrimonio alimentario y el ejercicio ciudadano coca**

Mezcala está conformado por un pueblo y la pequeña Isla de Mezcala, ubicados en la orilla norte de la ribera de Chapala, en el estado de Jalisco. La tenencia de las tierras es comunal, de modo que existe una Asamblea de Comuneros que funge como autoridad.

La historia de Mezcala se remonta a la época mesoamericana. Formaba parte del señorío de Coinan y sus tierras fueron conquistadas en 1530.

Mezcala se inscribe en la historia nacional a raíz de la participación de sus habitantes en la lucha armada contra los españoles, entre 1812 y 1816. Atrincheros en la isla, los indios de Mezcala combatieron a las tropas realistas durante cuatro años, y aunque al final fueron sitiados y se vieron obligados a claudicar, su larga

batalla debilitó a los españoles y contribuyó de ese modo a la Independencia de México.<sup>17</sup> El episodio de la insurrección y la defensa de la isla fue registrado por algunos historiadores del siglo XIX, pero no formó parte de la historia oficial. En Mezcala, sin embargo, la historia de la *isla indómita* sigue viva en la memoria local. Cada 25 de noviembre se lleva a cabo la conmemoración del armisticio, pues aunque la fecha hace referencia a la claudicación de los indios de Mezcala, en este festejo se reconoce y recupera la historia de resistencia de sus antepasados.

Desde hace unos quince años, los habitantes de Mezcala se han visto amenazados por la invasión y compra ilegal de tierras comunales, que buscan promover esa zona de la ribera como centro turístico. La presión que ejerce el gobierno municipal y los inversionistas privados sobre el territorio comunitario ha provocado que los comuneros se organicen en tanto pueblo *coca* para defender sus tierras y mantener viva su identidad como pueblo rebelde y autónomo.<sup>18</sup>

Efectivamente, en esta área se hablaba la lengua coca, emparentada estrechamente con el náhuatl. El gentilicio *cocatl* proviene al parecer de la conjunción de las palabras *comitl* (olla) y *can* (abundancia de algo), que forman la palabra *cocan*, “donde abundan las ollas”;<sup>19</sup> sin embargo, hace tiempo que en Mezcala se perdió la lengua y otros rasgos culturales observables que tipifican habitualmente la identidad indígena en México. Una de las

<sup>17</sup> Ochoa, Álvaro. *Los insurgentes de Mezcala*. Zamora, El Colegio de Michoacán, 1985; Castañeda, Carmen y Laura G. Gómez. *Los pueblos de la ribera del Lago de Chapala y la Isla de Mezcala durante la Independencia (1812-1816)*. Guadalajara, Gobierno del Estado de Jalisco-Secretaría de Cultura-Ayuntamiento de Poncitlán, 2006.

<sup>18</sup> Bastos, Santiago. “Los indios, la nación y el nacionalismo” en *Espiral. Estudios sobre Estado y Sociedad*, vol. II, núm. 6, mayo-agosto 1996; *Ibid.* “La nueva defensa de Mezcala: un proceso de recomunalización a través de la renovación étnica” en *Relaciones. Estudios de Historia y Sociedad*, vol. 125, México, 2011; Alonso, Jorge. “El bicentenario vivido desde Mezcala” en Bastos, S. (coord.) *Mezcala: la memoria y el futuro. La defensa de la isla en el Bicentenario*. Guadalajara, CIESAS, 2012; Durán, Inés. “Los comuneros de Mezcala en confrontación con las redes institucionales de poder”. *Espiral, Estudios sobre Estado y Sociedad*, vol. XXII, núm. 62, enero-abril, 2015.

<sup>19</sup> Ramírez Flores, José. *Lenguas indígenas de Jalisco*. Guadalajara, Gobierno de Jalisco-Unidad editorial, 1980.

estrategias en esta visibilización coca consiste, justamente, en la valoración de una cocina local.

La creación de un repertorio culinario coca debe entenderse en el contexto actual de disputa por la tenencia comunitaria de la tierra. Los comuneros han puesto en marcha un proyecto de autonomía y defensa de la tierra comunal que está formulado en clave gastronómica. Las mujeres que participan en el recetario coca se distinguen por sus conocimientos en materia culinaria, así como por sus discursos de autonomía y defensa territorial. Esta situación tiene que ver con que en Mezcala, a diferencia de otras comunidades agrarias en México, las mujeres heredan títulos de propiedad comunal y participan en la Asamblea de Comuneros. Actualmente hay sesenta mujeres comuneras en Mezcala, varias ven en el recetario una movilización social y política efectiva.

En el recetario coca se privilegian los productos del lago y el campo referidos en el título primordial de 1534, el documento colonial firmado por el Virrey Antonio de Mendoza que avala a la comunidad de Mezcala como legítima poseedora “para ciempre jamas de aguas de tierras cerros y montes”.<sup>20</sup> Este “Juzto titolo que les declara absolutos dueños con lejitimos derechos” incluye una descripción de los pescados, cereales y hortalizas que sirven de alimento para los indios de Mezcala en el siglo XVI. Entre ellos se mencionan: “pezes de charal, quipepnot, pescado blanco sadudable a hasta para los enfermos, bagre phophocha, boquinete sardina motxarra, que son conocidos sanos para su congro y mantendimiento y vendimias, tiene conchas y caracoles y aves de agua”. Asimismo, se indica que *los indios pobladores* siembran maíz y otros granos y hortalizas.

Aunque varios de estos productos ya no existen en la actualidad, en específico ciertas especies de pescado, otros permiten trazar una genealogía de la cocina coca y darle continuidad en el tiempo y en el espacio. A diferencia de otros casos de patrimo-

<sup>20</sup> “Título primordial de Mezcala”, Municipio de Poncitlan, Comisariado de Bienes Comunales Mezcala, s/f [1534].

nialización de cocinas étnicas en México, donde se echa mano de fuentes históricas que se refieren a la alimentación de los antiguos pobladores (vestigios arqueológicos, códices, crónicas de conquista, memorias de viajeros, ensayos literarios, grabados, pinturas), en Mezcala no existen, aparte del título primordial, documentos que describan las prácticas culinarias de sus antepasados. La escasez de fuentes históricas ha motivado que los comuneros otorguen menos relevancia a la narrativa de los orígenes, que a una historia que realza el orgullo y apego al territorio que ha sido objeto de amenazas recurrentes.

La receta de los tamales de frijoles para Día de Muertos revela la importancia del territorio en la definición de la cocina y de la identidad étnica *coca*. Dichos tamales tienen la particularidad de que “se hacen con maíz que cosechas; no se compran”, me explicó una de las colaboradoras del recetario. El platillo, que sirve a la vez de ofrenda a los difuntos, es indisoluble de las prácticas de cultivo locales, lo cual presiona a los comuneros, quienes están obligados a trabajar sus tierras para cosechar el maíz necesario para estas fechas. Deslindarse de la tierra, abandonar su milpa y dejar de participar en la preparación de los tamales de frijoles para muertos, tiene repercusiones en la inserción social del individuo: “o sea, si no cosechas, te pierdes de un montón de fiestas”.

El vínculo entre la cultura culinaria y el territorio queda patente en la forma de organizar las recetas: están ordenadas siguiendo el calendario agrícola y festivo, no según la lógica convencional de los libros de cocina (entradas, sopas, platos fuertes, ensaladas), acordes a una práctica letrada de la cocina. Esta decisión tiene que ver con las temporadas estacionales, las actividades relacionadas con el cultivo y la disposición de recursos, lo cual prima al elegir una receta.

La cocina *coca* no es, en todo caso, un lugar de refugio, de nostalgia. El proyecto de autonomía *coca*, formulado en clave gastronómica, valora en el presente las experiencias de generaciones de mezcaltenses que han aprovechado los productos del lago y el campo. La peculiar salsa de tomatitos tinhuaraques, nativos del lugar,

la pericia para *pescar* güilotas, la eficacia de las técnicas locales para conservar los productos del lago, los collares ceremoniales, los panes de muertos y las manos cargueras, ponen en evidencia el vínculo entre comunidad, territorio y memoria, ingredientes idóneos para la defensa de su territorio.

# SEPTIEMBRE

El calendario gastronómico en Mezcala comienza con la temporada de las cosechas. En este mes se obtienen los primeros maíces, frijoles y calabazas. El elote es tierno e ideal para comerse en esquites y tatemados. La granada, el membrillo, la ciruela amarilla y la guayaba abundan en estas fechas y son aprovechadas en diferentes preparaciones dulces y saladas.

## NIXTAMAL

El maíz se pone en agua a calentar con cal (un tercio de taza para dos kilos de maíz, aproximadamente). Se deja hasta que se cuece, sin dejar hervir, sólo hasta que el maíz se sienta blandito. La señal de que ya está es cuando se toma un grano y al apretarlo suelta su pellejito. En fogata de leña tarda aproximadamente media hora y en estufa de gas, lo doble. Cuando ya está listo se lava muy bien y se descabeza (quita el embrión), se escurre hasta que se seque y se lleva a moler o se metatea para hacer la masa.

## **PIPIÁN DE SEMILLAS DE CALABAZA**

### **INGREDIENTES:**

espinazo o costillas de cerdo  
laurel  
pimienta  
clavos  
1 diente de ajo  
semillas de calabaza  
chile guajillo

### **ELABORACIÓN:**

Se cuece el espinazo o las costillas en agua con laurel, pimientas, clavos, un diente de ajo y sal. Aparte se tuestan las semillas de calabaza con el chile guajillo. Sólo debe darse una pasadita al chile por el comal, si no, se amarga. Las semillas deben quedar tatemaditas, tantito morenitas, que no queden muy blancas ni muy prietas. Se licúa para que quede molido y que no se sientan las cascaritas del chile y las pepitas. Antes se molía en metate, pero ahora se hace con licuadora. Algunas prefieren colarlo después. Se agrega a la carne y se deja cocer más tiempo para que se vaya adobando y espesando.

## **POZOLILLO**

### **INGREDIENTES:**

elotes tiernos  
frijol  
1 chilito  
calabaza de Castilla  
poleo o anís entero

### **ELABORACIÓN:**

Se escogen elotes tiernos y se rebanan. Se remojan y se les da una enjuagada para limpiar todo el cabellito. Se ponen en una olla con agua en la lumbre y se pasa una coladera por la superficie del agua, por si quedara algo de cabello por retirar.

Se tapa y se deja hasta que empieza a hervir, ya casi a punto de hervir se vacía el frijol y un chilito, si se prefiere. Una vez que empieza a hervir, se añade la calabaza de Castilla partida en cuadros. Por último, se pone el poleo o anís entero para que hierva y suelte su sabor.

Es importante tener en cuenta que se trata de un caldo, por lo tanto, si estuviera espeso, se puede agregar un poco de agua caliente.

Se puede agregar pollo o carnita de puerco.

## **TATEMAS**

### **INGREDIENTES:**

elotes tiernos  
chile seco yahualica  
3 tortillas  
limón  
sal de grano

### **ELABORACIÓN:**

Se pone un fogón con leña y, una vez que está listo, se colocan los elotes tiernos a cocer con todo y hojas. Para saber que ya están en su punto, se abre un poquito las hojas y se tocan los granos, deben estar blanditos. Cuando se hace una tatema hay que estar muy atentos porque es fácil olvidarse de los elotes y dejar que se quemem.

Se sirven con chile macho y limón.

Para hacer la salsa de chile macho se licúan en seco chiles rojos de yahualica, muy picosos, con tres tortillas tostadas y una cucharada de sal de grano. Se diluye en poquita agua. Esta salsa se puede usar para esquites y fruta.

## **PONCHE DE GUAYABA**

### **INGREDIENTES:**

2 kilogramos de guayaba muy madura  
4 tazas de azúcar  
4 rajas de canela  
2 tablillas de chocolate  
1 puño de cacahuates  
alcohol al gusto

### **ELABORACIÓN:**

Se ponen dos litros de agua a hervir con la canela. La guayaba se muele o se parte en cuadritos muy chiquitos y se va echando al agua hirviendo. Cuando esté cocida se apachurran los cuadritos.

En otro sartén se quema el azúcar con un puño de cacahuates hasta que se derrita y tome un color café claro, se vacía en la olla y se menea para incorporar. Se añaden las dos tablillas de chocolate hasta que se derritan. Una vez que está listo, se saca de la lumbre y se lleva a un espacio donde se pueda flamear.

Para flamear, se va añadiendo el alcohol con cuidado porque brinca, cuando ya se sirvió todo el alcohol al gusto, se avienta un cerillo y se deja hasta que la lumbre se consuma. El ponche puede hacerse también de granada, membrillo o tamarindo.

## **CAJETA DE CIRUELA AMARILLA**

### **INGREDIENTES:**

2 rajas de canela  
10 ciruelas amarillas muy maduras  
2 triangulitos de panocha

### **ELABORACIÓN:**

En una olla se pone el agua a hervir y se agregan las rajas de canela. Después se incorporan unas diez ciruelas bien maduras y dos triangulitos de panocha. Se deja hervir hasta que reviente la ciruela, es señal de que ya está listo. El dulce de ciruela debe quedar espesito.

## **TORTA DE CHAYOTE**

### **INGREDIENTES:**

chayote  
harina  
huevo  
queso fresco  
jitomate  
chile

### **ELABORACIÓN:**

Se pone a cocer el chayote sin cáscara, en agua. Se parte en rueditas gruesas y se deja enfriar. Es importante dejar enfriar el chayote porque, de otro modo, la harina no se adhiere y no se puede capear. Se coloca una ruedita de chayote y encima se pone queso. Se tapa con otra ruedita de chayote. Se capea con harina y huevo y se fríe en aceite muy caliente. Se acompaña con una salsita de jitomate y chile.

## OCTUBRE

Para octubre, el grano de maíz creció y se endureció. Es la mejor temporada para recolectar camote de cerro, una raíz apreciada por su delicado sabor y suave consistencia. La gente identifica la planta por sus florecitas moradas. También se *pescan* huilotas (*Zenaida macroura*) o güilas, aves pequeñas que vuelan sobre el Lago de Chapala durante un par de semanas al año solamente; se dice que llegado el veinte de noviembre, las aves van dejando de pasar.

Para cazar las huilotas, los jóvenes suben a la Loma de la Guajolota, una cima donde las huilotas pasan volando bajo y es más fácil atraparlas. Extienden una red que hacen con palos de bambú y cuerdas, muy alta, de unos tres metros, y esperan a que las aves se acerquen y choquen contra la red. Entonces las atrapan, les tuercen el cuello y se las llevan a casa. Generalmente suben al cerro dos veces al día: apenas amanece y un poco antes de que oscurezca; entonces es cuando pasan más huilotas por Mezcala.

Otros animales que se cazan para comer son los tlacuaches, tejones y armadillos.

## **PIPIÁN DE HUILOTA**

### **INGREDIENTES:**

semilla de calabaza  
chile ancho o guajillo  
huilotas

### **ELABORACIÓN:**

Se dora y muele la semilla de calabaza. También se dora y muele el chile ancho o guajillo, el cual se combinará con la semilla molida. Aparte se cuece la huilota en agua con sal. Cuando está cocida, se retira y se reserva el caldo, donde se pone a cocer la semilla con el chile. Ya que esté todo cocido, se echa la huilota, el pescado o las tortitas de charal.

## **SALSA DE TINHUARAQUE**

### **INGREDIENTES:**

tinhuaraques  
chile colorado o verde  
cilantro  
ajo  
huevo, carpa o huilota

### **ELABORACIÓN:**

Es una especie de jitomatito que crece silvestre en la milpa. Es chiquitito, del tamaño de la yema de los dedos. Sirve para hacer salsa cocida o cruda. Se agrega chile colorado o verde, cilantro, ajo y se muele en molcajete. Suele comerse con huevo, carpa asada, huilota asada y pescado dorado.

## **ATOLE AGRIO CON CHILE DE SEMILLA DE CALABAZA**

### **INGREDIENTES:**

grano de maíz  
hojas moradas de maíz  
semilla de calabaza  
chile de árbol

### **ELABORACIÓN:**

Se muele el grano, se echa agua y unas hojas moradas de maíz para que dé color. Este atole debe quedar de color morado, tan oscuro que parezca negro. Se deja fermentar un día. Se reconoce que ya fermentó por el sabor agrito y porque huele acedo. Se cuele para quitarle las hojas de maíz. Se hierve con un poco más de agua para que no quede tan espeso.

Para la salsa o panile se tuesta la semilla de calabaza y el chile de árbol. Ambos se muelen en metate. Esta salsita picosa se pone al atole al gusto.

Se acompaña con elote, calabaza, chayote o camote cocidos.

## **FRIJOL NUEVO CON HUILOTA**

### **INGREDIENTES:**

frijoles *nuevos*  
cebolla  
ajo  
chile  
huilota

### **ELABORACIÓN:**

Se cuecen los frijoles con cebolla, ajo y chile, y cuando estén blanditos, se echa la huilota que se coció aparte. Se llama *nuevo* al frijol que se cosechó con el maíz. Es un frijol tiernito, como el elote, y tiene la característica de que se cuece muy rápido. Otro tipo de frijol es el de *media caña*, porque crece hasta la mitad de la caña de la milpa.

## **ESQUITE**

El grano debe estar ni muy seco ni muy tierno. Se desgrana la mazorca. Los granitos se lavan con agua, se estilan y se agrega sal. Se ponen a asar en un comal o a freír en aceite en una cazuela. Se menea hasta que esté bueno, esto quiere decir que estén tostados los granos, pero no endurecidos. Se sirve con más sal y limón.

## NOVIEMBRE

En el mes de noviembre el maíz se ha convertido en mazorca y puede almacenarse para todo el año. Las mazorcas con los granos más grandes se apartan porque servirán como semillas para la siguiente temporada de siembra. Se guardan en costales con ceniza de la leña del fogón porque ayuda a mantener a los gorgojos y gusanos alejados del cereal.

Tras la cosecha, algunas personas se ponen a sembrar calabaza o garbanzo para aprovechar la humedad que aún conserva la tierra. En enero se cosechan los primeros garbanzos tiernitos, de color verde y aún en su vaina. Se conocen como guasanas. Las guasanas se preparan cocidas en agua o tostadas con un poco de mantequilla. Se sirven con sal, limón y chile, y son una excelente botana.

En esta época se dan también los mejores aguacates.

Para los días de los santos difuntos se acostumbra poner altares en las casas. Se ofrecen a los muertos frutas, tamales hechos con frijol entero y envueltos en hoja fresca de maíz, y un pan típico de Mezcala, que tiene la forma de muertitos y muertitas con las manos cruzadas. Gente de otros pueblos de la ribera (San Pedro, Santa Cruz, San Nicolás) encargan pan de muerto de Mezcala. Cuando se quita el altar se intercambia la ofrenda con los amigos y vecinos.

El 25 de noviembre es una de las fiestas más relevantes de Mezcala. Ese día se celebra la gesta heroica de los mezcalenses que combatieron a los españoles durante las guerras de Independencia, hace más de doscientos años. Cada año, la población de Mezcala recuerda la resistencia de sus antepasados, quienes, atrincherados en la isla, se enfrentaron al ejército realista durante cuatro años.

## **TAMALES DE FRIJOL**

### **INGREDIENTES:**

masa de maíz para hacer tamales  
hojas de milpa verdes  
frijoles  
chile de árbol

### **ELABORACIÓN:**

Se ponen los frijoles a cocer. Estos deben quedar solamente sancochados, no completamente cocidos. Se cuelean y se reserva el caldito. Se agrega sal y se muelen en seco. Se asa chile de árbol y se licúa, sin agua, y se agrega a los frijoles.

A la masa ya preparada se agrega sal, caldito de los frijoles y se amasa.

Las hojas de las milpas todavía verdes se lavan con pura agua y se les quiebra el tallo de la hoja para dejarlas flácidas y poder envolver los tamales. En la mesa se extiende una manta y sobre ella se va untando la masa, ya aguadada por el caldo de frijol. Los frijoles se untan encima de la capa de masa.

Después se va enrollando la masa y al terminar se van cortando pedazos de tamaño que se puedan envolver en las hojas de milpa. Se acomodan en una olla tamalera grande con agua. Al final, se da una rociadita de agua a los tamales y se ponen unas bolsas de plástico para que conserven mejor el calor. Se ponen a la lumbre durante hora y media, o en la estufa por tres horas.

Los tamales recalentados en el comal o pasados por un poco de aceite saben muy bien.

## **MOLE DE CAMOTE DE CERRO**

### **INGREDIENTES:**

harina  
chile guajillo  
chile pasilla  
clavo  
pimienta  
ajo  
comino  
camote de cerro

### **ELABORACIÓN:**

Se dora la harina para que cambie de color a un tono doradito, pero cuidando no quemarla. Por otro lado, se dora chile guajillo, pasilla, clavo, pimienta, ajo y poquito comino. Se muele bien para que no queden pedacitos. Se agrega un poco de agua y se deja cocer. Aparte se cuece el camote. Cuando esté suavcito, pero sin perder firmeza, se rebana en ruedas gruesas y se agregan al mole.

También pueden hacerse tortitas capeadas y servir las con el mole: se cuece el camote y se corta en rueditas. Se deja enfriar. Se pasan por harina, luego por huevo batido con sal y se fríen.

## DICIEMBRE

En diciembre comienzan las moliendas del maíz. Lo primero que se muele es el maíz rojo, también conocido como *sangre de toro*. Se usa sobre todo para el pinole, el cual es apreciado por su sabor y color.

Se elige un día para que el molino del pueblo sólo muele el maíz rojo, que llega en forma de grano seco. El maíz para nixtamal, con el que se hacen las tortillas y los tamales, no debe mezclarse con el grano rojo, ya que al estar húmedo, el grano atasca las piedras del molino.

## **PINOLE DE MAÍZ ROJO PARA HACER ATOLE Y GORDITAS**

### **INGREDIENTES:**

maíz rojo  
piloncillo

### **ELABORACIÓN:**

Se calienta el comal y se pone ceniza encima. Se coloca el maíz colorado arriba de la ceniza y se deja tostar. Hay que estarlo meneando, unos treinta minutos. Se saca, se deja enfriar y se lleva a moler.

Para hacer el atole se diluye el maíz molido en agua y se deja cocer. Debe tomar una consistencia espesa. Se puede agregar azúcar al gusto.

Para hacer gorditas se tuesta el maíz rojo y se quiebra. Se amasa con agua de piloncillo y se hacen las gorditas. Se cuecen en horno de leña.

## **TORTITAS DE CAMOTE DE CERRO CON SALSA DE CHILE**

### **INGREDIENTES:**

camote de cerro  
harina  
huevo  
jitomate  
cebolla  
chile de árbol  
sal de grano

### **ELABORACIÓN:**

Se cuece el camote y se corta en rueditas gruesas. Se deja enfriar para que agarre la harina y no se haga engrudo. Se pasa cada ruedita por harina, luego por huevo mezclado con sal para que tome sabor el camote. Se fríen en aceite muy caliente. Las tortitas se acompañan con una salsita de jitomate, cebolla y chile de árbol.

## **CALABAZA ENMIELADA**

### **INGREDIENTES:**

calabaza  
cal  
miel  
piloncillo  
canela  
azúcar al gusto

### **ELABORACIÓN:**

Se parte la calabaza y se ponen a cocer los pedazos con miel, piloncillo y canela, diluídos en agua. Si no está muy dulce, se pone azúcar. Para que agarre bien la miel, la calabaza se corta, se revuelve en agua con cal y se deja reposar media hora.

## ENERO-FEBRERO

Los guajes se empiezan a cosechar en enero y la temporada puede extenderse hasta marzo. Si llovió mucho en invierno, lo más probable es que el temporal de guajes sea más corto. Los guajes se consumen de diferentes modos a lo largo del día: directos de la vaina, asados en el comal, con frijoles y con carne de puerco. Lo más común es acompañar el pescado con unas semillas de guaje crudas, que se sirven en la mesa.

Se prefiere el guaje rojo por tener *mayor fuerza*: se dice que ayuda a *reventar* todos los gases que trae uno en el estómago.

## **EMPANADAS DE GUAJE**

### **INGREDIENTES:**

vainas de guaje  
jitomate  
cebolla  
cilantro  
chile verde  
tortillas  
sal de grano

### **ELABORACIÓN:**

Se cortan las vainas de guaje y se sacan las semillas. Por otro lado, se pica jitomate, cebolla, cilantro y chile verde. Se mezclan las semillas de guaje con todo lo demás y se pone sal. Para la empanada, se coloca una tortilla sobre el comal y encima se agrega algo del relleno. Se dobla la tortilla para que se pueda cocer todo. Sobre el comal, se dan algunas vueltas a las empanadas.

## **CHILE DE GUAJE**

### **INGREDIENTES:**

semillas de guaje

chiles verdes (serranos) o rojos (de árbol)

### **ELABORACIÓN:**

En un comal se asan las semillas de guaje y los chiles verdes o rojos. Se amartajan en el molcajete con sal.

Esta salsa acompaña todo tipo de pescado, pollo y carne.

Los de Mezcala saben que no hay que abusar de esta salsa porque puede caer pesada.

## **SOPA DE CHAYOTE**

### **INGREDIENTES:**

jitomate  
cebolla  
ajo  
chile  
chayote  
crema

### **ELABORACIÓN:**

Se cuece el jitomate, la cebolla, el ajo y el chile. Se licúa y se agrega el chayote previamente cocido, pelado y cortado en cuadritos.

Si se quiere se puede servir esta sopa con un poquito de crema encima.

Otra forma de preparar la sopa de chayote es la siguiente: se pica finito el chayote crudo. Se fríen los pedacitos en aceite muy caliente. Deben quedar un poco doraditos. Los chayotes se acabarán de cocer en un caldo de jitomate picoso. Para hacer el caldo se licúan jitomates, ajo y chile.

## **GUAJES CON FRIJOLES**

### **INGREDIENTES:**

frijoles  
semillas de guajes

### **ELABORACIÓN:**

Se ponen a cocer frijoles y cuando parece que se están *riendo*; es decir, se parten a la mitad porque van a medias en el proceso de cocimiento, se agregan semillas de guaje al gusto.

## **TORTITAS DE HUEVO CON GUAJES**

### **INGREDIENTES:**

huevo  
guajes  
jitomate  
cebolla  
sal

### **ELABORACIÓN:**

Se revuelven los huevos y se agregan los guajes un poco machacados con sal. Se puede añadir jitomate y cebolla, como a la mexicana. Se pone la torta de huevo en una cacerola o sartén, y se voltea para que quede cocida por los dos lados.

## MARZO-ABRIL

Los habitantes de Mezcala saben que la primavera inaugura la temporada del mango y la hueva de charal, aunque ésta se ha vuelto un producto cada vez más escaso debido a la sobreexplotación de los recursos del lago. La hueva de charal se consume cruda, en taquito o en sopa. Para conservarla, varios acostumbran secarla al sol. Cuando se quiere preparar caldo de hueva, la hidratan y queda de nuevo fresca.

En el mes de marzo hay veda de charal, por lo tanto, casi no se encuentra charal fresco. Las cocineras echan entonces mano del charal seco para hacer sus tortitas.

El nopal, accesible casi todo el año, escasea durante estos meses.

Los mezcalenses, en general, practican el ayuno durante la Cuaresma. En esta temporada se consumen platillos con charal seco y atoles blancos.

## **TORTITAS O ALBÓNDIGAS DE CHARAL SECO**

### **INGREDIENTES:**

huevo  
charales  
jitomate  
nopales

### **ELABORACIÓN:**

Se bate huevo en un plato y se van poniendo los charales, cinco o seis. Se fríen las tortitas en una cazuela con aceite y se echan en un caldo de jitomate con nopales. En el caldo, las tortitas se acaban de cocer. Hay que tener cuidado de no menear fuerte el caldo porque se quiebran.

## **HUEVA DE CHARAL**

### **INGREDIENTES:**

huevo de charal  
jitomate  
cebolla

### **ELABORACIÓN:**

Se saca la huevo del zacate que crece junto al lago. La más limpia y tiernita se extrae de las raíces de los sauces. Se cuece con jitomate y cebolla, en una cacerola con poquita agua.

Se come con tortillas.

## **CHARAL ASADO**

### **INGREDIENTES:**

charal  
sal de grano

### **ELABORACIÓN:**

Primero se descama el charal, por ser tan pequeño el pescado, se talla con sal de grano por todo el cuerpo para que se descame. Se quita primero la cabeza y luego se van abriendo a lo largo para quitarles la agalla y la columna vertebral. Se asan en el comal.

## **SALMUERA DE CHARAL**

### **INGREDIENTES:**

charal  
frijol  
limón  
cebolla  
cilantro  
chile  
sal

### **ELABORACIÓN:**

Se sirven los charales asados en un plato hondito. Cada quien agregará agua caliente o caldito de frijol, limón, sal, cebolla, cilantro y chile a su gusto, de modo que vaya quedando una sopa, al gusto de cada persona.

## **MOLE DE CARPA AMARILLA, BAGRE O POLLO**

### **INGREDIENTES:**

carpa, bagre o pollo  
jitomates  
cebolla  
chile guajillo  
masa de maíz

### **ELABORACIÓN:**

Se cuecen los jitomates, cebollas y chile guajillo. Se agrega agua y se licúa con un puño de masa. Aparte se calienta aceite en un sartén y se echa a freír el caldo. Se tiene que menear para que se disuelva la masa. El pescado se pone a cocer entero en el caldo. Si se prefiere, se puede preparar con pollo.

## BIRRIA DE CARPA

### INGREDIENTES:

5 a 6 kilos de carpa	comino
vinagre blanco o de manzana	pimienta
laurel	clavo
cebolla	jengibre
1 rebanada de piña	ajonjolí
chiles guajillo	mejorana
chiles pasilla	

### ELABORACIÓN:

Se escoge una carpa de cinco o seis kilos. Para limpiarla, se escama primero el lado derecho, para no aplastar las menudencias. Ya limpia de escamas, se sacan las menudencias, las cuales se pueden utilizar para empanadas (ver la receta más adelante). Se voltea y se escama el lado izquierdo, cuidando que no escurra la sangre. Se pasa un trapito húmedo para limpiar el pescado, de modo que la carpa no pase por el chorro de agua y la lastime. Se corta en pedazos: se quita la cabeza y la agalla. Se pone una crucecita de vinagre blanco o de manzana para que le quite lo *joquioso* al pescado. Se reposa unas horas con laurel, cebolla y una rebanada de piña. Aparte se muelen los chiles guajillo y pasilla, comino, pimienta, clavo, jengibre, ajonjolí y mejorana. En una olla se vierte la mezcla de chiles y especias, el pescado y poca agua. Se tapa y se deja cocer como media hora a fuego suave. No debe dejarse demasiado tiempo en el fuego para que no se desbarate. La birria debe quedar *resequita*, sin mucha agua. Se acompaña con una salsa de jitomate.

## **EMPANADAS DE MENUENCIAS**

### **INGREDIENTES:**

tripas de pescado  
jitomate  
cebolla  
chile verde  
cilantro  
tortillas  
chile seco

### **ELABORACIÓN:**

Las tripas del pescado (puede usarse bagre o carpa amarilla) se lavan muy bien. Se vierten en una olla con cebolla, jitomate, chile verde y cilantro, y se dejan cocer. Cuando estén listas se coloca una cucharada de menudencias sobre una tortilla y se agrega chile molido para que dé un colorcito rojo. Se sella la tortilla con un poco de agua para que quede como quesadilla. Se cuecen sobre el comal. Las tripas sacan mucha grasa, así se sabe cuando alguien está preparando empanadas, porque hasta la calle llega el olor.

## **CAPIROTADA**

### **INGREDIENTES:**

canela  
piloncillo  
cebolla  
jitomate  
pan  
tortillas  
coco  
pasas

### **ELABORACIÓN:**

Se prepara una miel cociendo en agua canela, piloncillo, cebolla y jitomate. Se dora el pan con aceite, ya que esté dorado se ponen cuatro tortillas debajo de la cazuela y se acomoda el pan con coco y pasas. Se vierte la miel sobre el pan. Se pone a hervir. Cuando el pan se come toda la mielecita, se apaga el fuego.

## MAYO

Con el calor, el pescado abunda. Bagres, popochas, tilapia, lobina, sardina, huaracha y carpa amarilla son las especies que más se consumen, aunque no todas son nativas del Lago de Chapala. Hace treinta años que la tilapia, una especie introducida al Lago, acabó con la mojarra.

El día de la Santa Cruz y el de San Isidro Labrador son fechas importantes en la localidad que se festejan con atole y pan *carguero*.

## **CALDO DE CANGREJO CON CIRUELA**

### **INGREDIENTES:**

cangrejos  
jitomate  
cebolla  
ciruelas rojas no maduras o mango verde  
cilantro  
tortillas

### **ELABORACIÓN:**

Se les quitan a los cangrejos las tenazas una por una. Se pone una olla con agua a hervir, donde se echan los cangrejos para lavarlos. Se descarta el agua. En otra olla se pone otra vez agua a hervir con jitomate y cebolla rebanada o picada. Cuando está cocido, se agregan los cangrejos. Se cuecen aproximadamente cinco minutos. Después se agregan las ciruelas rojas, las cuales deben estar verdes, así como un manojo abundante de cilantro y sal. Las ciruelas se empiezan a reventar con el calor y les sale el sabor acidito si no están maduras. También se puede usar mango verde en lugar de ciruelas. Aparte se tuestan tortillas en un comal, cuando están listas se desquebrajan y se echan en pedazos al caldo. Se sacan inmediatamente de la lumbre para que no se aguaden.

## **CHILE DE CIRUELA**

### **INGREDIENTES:**

ciruelas rojas maduras  
chile de árbol  
sal de grano

### **ELABORACIÓN:**

Se asan ciruelas rojas maduras en un comal con chile de árbol. Cuando están listas se molcajetean con sal. Hay que extraer las semillas de las ciruelas.

## **PESCADO ASADO EN HOJA DE VÁSTAGO, DE MAÍZ, DE MANGO O DE AGUACATE**

### **INGREDIENTES:**

pescado  
hoja de vástago

### **ELABORACIÓN:**

Se limpia el pescado: se quitan las tripas y la agalla cuidando que no se reviente la piel. Se tasajea (se hacen unos cortes en los dos costados) y se sala. Se acomoda sobre un pedazo de hoja de vástago y se pone sobre el comal. Cuando ya se puso negra la hoja, se pone otra encima y se le da la vuelta para que se tatem de ambos lados. Asados se ponen en una bolsa de plástico para que suden un poco y se les desprenda fácilmente la hoja quemada.

Otra manera de prepararlo es rellenando el pescado con jitomate, cebolla y cilantro. Se unta un poquito de aceite por los dos lados y se acomoda en una de las hojas; se envuelve y se amarra. También se puede asar en el comal a las brasas.

## **AGUACHILE DE CHARAL**

### **INGREDIENTES:**

charales  
chile serrano  
jugo de limón  
cilantro  
apio  
aguacate  
cebolla morada  
pepino  
zanahoria  
sal y pimienta

### **ELABORACIÓN:**

Se abre el charal y se quita la cola, la cabeza, la aleta y el espinazo. Por otro lado, se pica el chile serrano, finito, y se mezcla con jugo de limón, cilantro, apio cortado en pedacitos y aguacate en rebanadas o en cubitos. Se agrega cebolla morada cortada en rebanadas finas, pepinos con su cáscara y zanahoria cortada en ruedas. Se revuelve con los charales. Al final se da un toque de sal y pimienta.

El aguachile puede prepararse también con camarón o filete de tilapia.

## **JUNIO-JULIO-AGOSTO**

En temporada de lluvias, las verdolagas crecen por doquier y es fácil recolectarlas. En estas fechas se consumen mucho, cocinadas con huevo, carne o solitas.

Los zapotes son el postre predilecto, sobre todo cuando están bien maduros. Se usa la hoja de salvarreal, blanca o morada, como asiento para madurar los zapotes. La hoja morada es macho, la blanca es hembra, y se recolectan en el cerro.

## **VERDOLAGAS CON HUEVO**

### **INGREDIENTES:**

verdolagas

huevo

jitomate

chile

### **ELABORACIÓN:**

Se cuecen las verdolagas en poquita agua. Se descarta el agua y se fríen con huevo. Se agrega un poco de sal. Por otro lado, se prepara una salsita de jitomate y chile. Se asan jitomates y chiles en un comal. Se muelen enseguida en un molcajete y se vierte la salsa en las verdolagas.

## **VERDOLAGAS EN MOLITO**

### **INGREDIENTES:**

verdolagas  
jitomate  
cebolla

### **ELABORACIÓN:**

Se cuecen las verdolagas con jitomate y cebolla. También se pueden servir con un molito de puerco.

Para preparar el mole, se diluye la masa de maíz en suficiente agua y se agrega chile ancho frito y bien molido. Se sazona con jitomate y cebolla molidos. Se agrega la carne de puerco y se deja cocer. Puede ser necesario un poco más de agua. Al final se añaden las verdolagas cocidas previamente.

## **TORTITAS DE NOPAL**

### **INGREDIENTES:**

nopales  
cebolla  
cilantro  
huevo  
jitomate  
chile

### **ELABORACIÓN:**

Se cortan los nopales en cuadritos y se cuecen con cebolla, cilantro y sal. Cuando cambian de color, es que están cocidos. Se cuelan. Por otro lado, se bate el huevo y se vacía sobre los nopales. Se hacen tortitas con una cuchara y se fríen en un sartén con aceite muy caliente. Se sirven con una salsita de jitomate y chile.

## **MOLE DE OLLA DE ESPINAZO Y VERDOLAGAS**

### **INGREDIENTES:**

espinazo de puerco  
cebolla  
ajo  
verdolagas  
chile guajillo  
semillas de comino  
pimienta  
clavo  
masa de maíz

### **ELABORACIÓN:**

Se cuece la carne en agua, cebolla y ajo. Las verdolagas se cuecen aparte y ya cocidas se cuelan. Se muelen muy fino chile guajillo, semillas de comino, pimienta y clavo. Se agrega al caldo con la carne y se deja hervir de nuevo. Ya que hierve se agregan las verdolagas y, si se quiere, unas bolitas de masa. Se deja cocer hasta que espese.

## FIESTAS Y CARGOS

En Mezcala, las fiestas religiosas ocurren todo el año y van marcando el tiempo de la comunidad. Su celebración requiere una gran organización colectiva, donde todo el pueblo participa de una u otra manera.

Existen alrededor de 28 fiestas anuales, y en cada una se organizan capillas. El día de la Santa Cruz llegan a organizarse hasta 25 en los diferentes barrios de Mezcala. Cada una tiene a un carguero principal como responsable de los festejos del santo. En cada fiesta no puede faltar el *pan carguero* ni el atole.

El pan de cargo tiene la forma de una mano grande, con sus cinco dedos extendidos. Pesa aproximadamente un kilo. Sobre ella se clavan cigarros y paletas de dulce, que representan la niñez y la vida adulta de quien recibirá este pan.

Se llama pan carguero porque se entrega al carguero principal que adquiere el compromiso por todo un año de los festejos al santo encomendado. Además de esta mano, el carguero recibe una corona, hecha también de pan, y un collar en forma de rosario elaborado con panes, fruta y dulces. Existen otro tipo de collares rituales, llamados zualis, que se ofrecen en los cambios de cargo.

El carguero anterior entrega a su sucedáneo atole, cerveza, una gallina y una olla de chocolate. Con esta entrega ritual del pan, la corona y el collar, el carguero anterior concluye su compromiso anual y transfiere la responsabilidad al nuevo.

Ser carguero implica un compromiso con la comunidad y expresa el arraigo del mezcalense en su localidad.

## ZUALIS, COLLARES PARA CARGUEROS

La persona que tiene a su cargo una tarea comunitaria se llama *carguero*. Al cumplir el año, el carguero debe pasar la responsabilidad a alguien más. Cuando hace entrega a su sucedáneo, el carguero ofrece un zuali mientras le dice cuáles serán sus nuevas obligaciones.

El zuali es un collar hecho con bolas de maíz. Se tuesta el maíz en el comal. Cuando revienta es momento de retirarlo. El grano se lleva a moler. Por otro lado, se hierva agua con piloncillo y canela. Esta agua se mezcla con el maíz y se forman bolitas que van a ir envueltas en hojas de maíz.

Con las bolitas se forma un collar que asemeja un rosario.

Como dato histórico se puede mencionar que en el siglo XIX era posible encontrar en la región de Jalisco rosarios hechos con pasta de amaranto, a los que llamaban, curiosamente, zoale.

## **ATOLE DE PILONCILLO O CARGUERO**

### **INGREDIENTES:**

masa de maíz sin nixtamalizar  
canela  
piloncillo

### **ELABORACIÓN:**

Se prepara la masa sin nixtamalizar. El grano va sancochado, porque si se empleara cal, el atole adquiriría su sabor. Se disuelve la masa en agua caliente. Se cuela y se pone a cocer con canela. Ya que se siente espeso y comienza a hervir, se añade piloncillo. Se consume en diferentes fiestas, especialmente el Día de la Santa Cruz y de la Virgen de Guadalupe.

## **MOLE RANCHERO**

### **INGREDIENTES:**

masa de maíz  
chile ancho  
jitomate  
cebolla  
pescado o carne de cerdo

### **ELABORACIÓN:**

Se diluye la masa de maíz en agua y se agrega chile ancho frito y molido. Si se hace con harina de trigo, debe tostarse primero, hasta que tome un color doradito. Se sazona con jitomate y cebolla. Se agrega el pescado o la carne de cerdo, y se deja cocer.

## PAPAQUE

Se trata de un pinole que se sirve en las fiestas de los cargueros de cada santo y antes del carnaval. Los papaqueros van a cantar a las autoridades comunales, burlándose de ellos y llenándoles la cara de pinole. Se llama a este festejo una *bañada*. El pinole se prepara con maíz rojo tostado en cenizas.

## AGRADECIMIENTOS

Este recetario es producto del interés, los conocimientos, el compromiso y el esfuerzo de varias personas. Las recetas que lo conforman fueron compartidas por diferentes mujeres de Mezcala y San Pedro Itxican. Todas, con paciencia y generosidad, asumieron el desafío de registrar por escrito su rico acervo de saberes culinarios: Felipa González, Inés Moreno Baltazar, Justa Baltazar, Lourdes Claro, María de Jesús Pérez, Mónica Ramos Claro, Norma Leticia González Ramos y Silvia González Moreno.

El conocimiento y el cariño a su pueblo que Vicente Paredes Perales transmitió a través de sus relatos y paseos por la Isla, quedan registrados en estas páginas.

Carmen Pérez, curandera de Mezcala, José María Pérez, Carlos de los Santos y Manuel Jacobo permitieron descubrir algunas de las peculiaridades de los recursos naturales y las tradiciones de este rincón del occidente de México.

Los jóvenes Eugenio de los Santos y Osvaldo González dedicaron una tarde de noviembre a explicarnos cómo leer el cielo cuando están por llegar las huilotas.

El Paraje Insurgente fue el espacio predilecto para las reuniones y talleres que organizamos con las cocineras. Agradecemos la calurosa acogida que brindaron Chuy Pérez, Mariana González y Miguel Ángel Moreno.

Lorenza Petersen y los alumnos de preparatoria de la Escuela Signos hicieron una valiosa labor al registrar metódicamente algunas de estas recetas.

Cristina Barros, Ana Becerra, Amanda Gálvez, Lisa Grabinsky, Ximena Sandoval, Luis Alberto Vargas, la familia Moreno y la fa-

milia Bak-Geller apoyaron durante la redacción de este recetario con ideas, investigaciones, referencias y su preciada compañía.

Agradecemos al programa PAPIIT, de la UNAM, por financiar el proyecto *Modelos indígenas de soberanía alimentaria* (IA300317), del cual resulta este compendio de recetas, memorias y apuestas por un mejor porvenir del pueblo *coca* de Mezcala.

El proyecto *Rescate de la Cocina Tradicional de Mezcala* surgió de un taller escolar: *Culturas del Mundo*, en la Escuela SIGNOS, en Guadalajara, con la compañía de una querida amiga, maestra y miembro de la comunidad de Mezcala, Jalisco: Rocío Moreno.

El proyecto de *La cocina tradicional de Mezcala* surgió en una región vecindada en Jalisco, a una hora de Guadalajara, y que forma parte de la rivera del Lago de Chapala. Nace con la idea de rescatar la comida tradicional del pueblo *coca* de Mezcala.

Era importante tomar en cuenta que las comidas en Mezcala se hacen a partir de lo que se cosecha o lo que provee el lago, son hechas de frutos de temporal, guajes, quelites o hierbas, así como la carne de las huilotas que sólo se pueden cazar en una temporada al año. Las recetas se realizaron en el pueblo de Mezcala los sábados, y uno que otro día en la semana, porque tocaba alguna festividad.

Los alumnos que participaron en este curso fueron Mariel Leal, David Andrade, Ana Isabel Callahan y Chantal Suárez. Comenzamos en agosto de 2015 con la receta del *Pozolillo*, *la Cajeta dulce de ciruela* y *los Esquites*. Luego se sumaron otras que fuimos registrando, preparando y saboreando. Hicimos cinco visitas durante el año y regresamos el año siguiente.

Agradezco profundamente a Rocío Moreno por permitirnos entrar a su comunidad y compartirnos sus conocimientos sobre las riquísimas tradiciones culinarias de su pueblo. Agradezco a mis alumnos por confiar en mí y por participar gustosos en el proyecto; por último, agradezco a Sarah Bak-Geller por seguir construyendo a partir de este primer cimiento.

Lorenza Peterson

Directora del taller *Culturas del Mundo / SIGNOS*

*Recetario coca de Mezcala, Jalisco*

—con un tiraje de 2000 ejemplares—

lo terminó de imprimir la Dirección General de Culturas Populares,  
Indígenas y Urbanas de la Secretaría de Cultura, en los talleres  
de Impresora y Encuadernadora Progreso, S.A. de C.V. (IEPSA),  
Calzada San Lorenzo núm. 244, col. Paraje San Juan,  
delegación Iztapalapa, C.P. 09830, Ciudad de México  
Tel. 5970-2600  
en el mes de diciembre de 2017

Fotografía de portada:  
Sarah Bak-Geller Corona

Subdirección de Publicaciones de la  
Dirección de Desarrollo Regional y Municipal  
de la Dirección General de Culturas Populares, Indígenas y Urbanas