



# De sabores y guisos en el Tacaná



CARLA QUIROGA

*Hay prácticas culinarias en las que la procedencia de los ingredientes es factor de prestigio; para diversas familias del Tacaná es, además, un privilegio. Los guisos todavía incluyen suficientes productos del bosque, la milpa y el huerto, además de un toque de historia y cultura, que hacen de la cocina una herencia cultural de las comunidades mames, aunque no se contemple en las estadísticas gubernamentales.*

"Me enseñó mi mamá. Aquí no se usan recetas de cocina, se aprende viendo.  
Así aprendió mi mamá y así aprendí yo también"  
(Doña Elba).

## Más que solo comida

Cuando se habla de las comunidades del volcán Tacaná en Chiapas, en ocasiones se considera a sus pobladores como *descendientes* de la etnia Mam y no como miembros de dicho pueblo originario. Esto se debe, en parte, al reducido número de hablantes de la lengua mam del Sotomucmo: unos 2,100 según datos del Instituto Nacional de Lenguas Indígenas de 2010. Si hablar o no determinada lengua es un factor para decidir quiénes son parte de un grupo indígena, entonces se dejan de lado rasgos culturales fundamentales, como la vestimenta, la tradición oral, la gastronomía, la forma de percibir y experimentar el mundo y sus fenómenos.

Algunos de estos aspectos ya no están tan presentes en la vida cotidiana de los mames en México, a causa del fuerte proceso de mestizaje que han atravesado, aunado a las condiciones actuales de migración y penetración cultural; aun así, hay cuestiones esenciales de pertenencia. Para conocer más sobre el arte culinario en este contexto, realizamos un estudio en cinco comunidades de México y una de Guatemala, en diferentes niveles altitudinales, con el fin de determinar si en las cocinas locales aún se reconoce la identidad y cultura mam. ¿Hay permanencia de guisos heredados, o bien, la transformación por influencias externas ha sido determinante?

Para responder, es necesario ubicar los guisos de la zona en lo que la antropología de la alimentación llama sistema alimentario: recolección o adquisición de los ingredientes, su transformación con las herramientas disponibles en la cocina y su consumo familiar o con invitados, en ceremonias o fiestas.

## ¿Cómo se prepara un buen platillo?

La milpa, el cafetal, el huerto o el monte (bosque) siguen proporcionando lo necesario para las familias, aunque a veces hay que recurrir a la *tiendita*, el mercado o las *camionetas de venta* que llevan artículos a las comunidades más lejanas que rodean el volcán Tacaná. Para los abuelos y padres,<sup>1</sup> los productos con mayor valor cultural se obtienen del monte, es decir, plantas recolectadas en el bosque o animales silvestres cazados, ya que son "los más naturales". Entonces, el lugar de procedencia de los productos es factor de prestigio, por lo que se privilegian los guisos creados con materias del bosque, milpa y huerto, por encima de los que incluyen compuestos industriales; no obstante, esto no aplica igual para las personas jóvenes.

A pesar de ciertos cambios en valores y costumbres, es común lo que se reconoce como propio y da identidad: caldos, tamales y recados. Los recados son masa de

<sup>1</sup> El término *mam* puede significar abuelo, padre, sacerdote o ancestro. Hemos observado que la población usa en español la palabra *abuelo* para referirse a los ancestros, y *padre* para los progenitores, sin marcar distinción de género; por eso utilizamos los vocablos que nos fueron comunicados por los pobladores.

maíz nixtamalizada (maíz cocido con agua y cal, y luego molido), con una mezcla de especias y elementos aromáticos; da sabor y color a las preparaciones.

Las comidas se elaboran con verduras, quelites, frijoles, carne de animales silvestres y domésticos. En ocasiones se agregan nuevos componentes, como el "malher" (marca de un saborizante artificial guatemalteco), pastas y aceite vegetal. Sin embargo, el origen de los ingredientes significa poco sin el conocimiento de la persona que imprime sabor: madres, suegras, abuelas, tías, hijas y nueras. En pocas palabras, son las amas de casa quienes con paciencia y cariño transforman la materia prima en guisos para la familia.

Se reconoce que para que un alimento tenga ese sabor especial, depende en gran medida de los utensilios y el "tipo de fuego" empleados. Los frijoles cocidos en olla de barro no saben igual que en una de metal, tampoco si se les puso sobre un fogón de leña o en estufa de gas. En resumen, los paladares de la gente reconocen cuatro factores como modeladores del gusto: calidad de los ingredientes, utensilios, instrumentos para cocción y el "sabor de la mano" de quien cocina.

## Recado de *q'ixtán*

Receta recopilada en Córdova Matasanos.

Ingredientes: manojo de hojas de *q'ixtán* (planta trepadora), 2 tomates asados (en braza o sartén), media cebolla asada, 1 diente de ajo, 2 pimientas de castilla chicas, achiote, 1 bolita de masa, chile al gusto, sal, 1 vaso de agua, comino (opcional), 2 papas, 1 chayote.

Se cuecen en cuadrillos la papa y el chayote; cuando estén medio cocidos se agrega el *q'ixtán* y un poco de sal. Se licúa el tomate, la cebolla y el ajo, y la mezcla se bate con la masa y un poco de achiote para darle color; se fríe y se le agrega al *q'ixtán*. Al primer hervor se retira del fuego. Se acompaña con tamalitos.



CARLA QUIROGA

En algunas comunidades se reconoce la figura de *las comideras*, que son mujeres encargadas de preparar alimentos en las fiestas locales. Se les reconoce como buenas cocineras y guisan grandes cantidades de comida.

## Pasado y presente

El "sabor de la mano" es la manera muy particular de dar sazón, inconfundible y reconocible por toda la familia y amistades cercanas. Se reconoce generación tras generación y son usuales los comentarios como estos: "Sabe igual que lo que hacía la abuela", "te sale tan rico como el de mamá", "¡está agarrando sabor tu mano!". Se aprende por transmisión oral y observación, ya que no existen recetarios.

### Atole de plátano

*"El atole de plátano verde es una gran cosa... Yo recuerdo que a las personas que estaban convaleciendo de enfermedades, les molían dos platanitos verdes con agua. Se hacía atole y eso les daban a los enfermos para irse restableciendo. A veces no comían otra cosa, pero el atole sí". (Nicolás Ventura).*

Receta recopilada en Santo Domingo.

Ingredientes: 3 plátanos maduros, 2 litros de agua, azúcar, sal, 3 hebras de canela. Se pone a hervir el agua con la canela y se le agrega el plátano licuado. Se deja cocer y se complementa con azúcar y sal.



VINCENZO BERTOLINI

las familias ofrezcan de comer a los viajeros.

Como ocurre en otros lugares, la comida no solo pertenece al mundo de los vivos, y en noviembre, durante la festividad de *todos los santos*, se le dedica a quienes ya partieron. Hay celebración en los panteones y se lleva ahí lo que más gustaba a los difuntos. También se tienen presentes las deidades; para pedir o agradecer la buena cosecha se les ofrendan tamales o caldo de gallina de rancho.

## Herencia culinaria

La transformación es constante, pues a lo tradicional se le incorporan nuevos elementos. Existen guisos reconocidos como creación local y herencia de las abuelas (caldos, recados y tamales), a los que se les pueden agregar ingredientes "modernos", que cumplen la función de recrear y actualizar los menús para el paladar de las nuevas generaciones, tal como ha pasado con los tamales y sus condimentos industriales. También se disfruta lo adoptado, como la barbacoa y el mole que algunas personas han aprendido a guisar en las ciudades, pero usando carne de monte del volcán; se trata de "un platillo de fuera" que se convierte en local. Las amas de casa eligen qué agregar, omitir o incorporar.

Los cambios obedecen a la creciente oferta de productos industrializados, una mayor capacidad de compra y la migración, que influye en la adopción de gustos distintos. A pesar de que se transita entre lo moderno y lo tradicional, persisten las formas de conseguir y agregar ingredientes, cocinar e imprimir sentimientos a los guisos; esto los mantiene en el ámbito de la identidad local y herencia mam.

A diferencia de lo que ha ocurrido con la lengua y la vestimenta, las prácticas culinarias no se olvidan y no se niegan. Se conservan como legado histórico aunque no se contemplan en las encuestas gubernamentales. Para las comunidades del Tacaná, son más que solo alimento... Son una forma de comunión de los seres humanos



JOSE ALFONSO LOPEZ



JOSE ALFONSO LOPEZ

### Tamales de verdura (pata de paloma o sésil)

Receta recopilada en Benito Juárez El Plan.

Ingredientes: 4 kilos de maíz, cubeta de masa, 3 manojos de hierba, 20 hojas (hoja blanca).

Se muele el maíz. La hierba se lava, se pica y se revuelve con la masa. Se le agrega un poquito de aceite para que no quede dura. Se lava la hoja blanca o doblador y se envuelven los tamalitos.

con lo sobrenatural, y significan una relación con el territorio y los espacios determinados como propios (aun cuando a los ambientes naturales se agreguen las formas de comercio locales). A ello se suma que son herencia de los antepasados, y que pese a los embates de la modernidad y la globalización, siguen vigentes colman-

do platos y vasos que se ponen en la mesa en cada comida que, desde la perspectiva mam, es una gracia divina...

¡Buen provecho! 🍴

José Alfonso López-Gómez es profesor de la Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas (jlg\_x@hotmail.com). Christiane Junghans es académica del Departamento de Conservación de la Biodiversidad, ECOSUR Tapachula (cjunghans@ecosur.mx).