

*Edición especial*

*Sabores de  
México*



# Sabores de México



**Coordinación**

Luis Alberto Llanos Legorreta  
Sulema Vega Vega

**Diseño editorial y portada**

Luis Eduardo Benítez Díaz

**Coordinación académica e Investigación**

Luis Alberto Llanos Legorreta  
Juan Pablo García Urióstegui  
Tania Arámburu Martínez  
Karla Vivar Quiroz

**Coordinación editorial**

Tania Arámburu Martínez

**Fotografía**

Maricarmen Tonantzin Pérez Estrada  
Carlo García  
Luis Alberto Llanos Legorreta  
Ángel de Jesús Soria Hernández  
Arturo Gómez Martínez  
Catalina Rodríguez Lazcano  
Juan Pablo García Urióstegui  
Julieta Valle Esquivel  
Laura Elena Corona de la Peña  
Mayté Esparza Díaz  
Sagrario del Carmen Cruz Carretero  
Iridian Jiménez Becerra

**Colaboradores**

Jessica Larrondo  
Ana Pamela Trejo Beas  
Sarahí Arellano Luna  
Kipzia García  
Sofía Jiménez Rentería  
Alejandro Manzano  
Eva L. González Pacheco  
Inés Helena Morales  
Jenifer Kelime Hernández Chávez  
Jesús Alejandro Espinosa

**Relaciones Públicas**

Azucena Suárez Rivas



©Derechos reservados de corporativo ALYCAT NC S.A. DE C.V.  
Escocia 58, parque San Andrés, Coyoacán, ciudad de México

Centro Nacional de Investigación y Difusión de la Gastronomía  
Tradicional Mexicana FOGONES MX  
Calle reforma 429 altos, centro Fresnillo, Zacatecas, México.

Primera edición 2021  
ISBN: en trámite

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del *copyright*.



## Las cocinas de México

Por Laura Elena Corona de la Peña<sup>1</sup>

### Historias y culturas que confluyen

#### Introducción

El México actual es fruto de una larga historia que seguimos escribiendo y en la que se entretajan las historias de muchos pueblos, todas marcadas por fuertes procesos de intercambio cultural. Desde los tiempos en que todavía no llegaban los europeos al territorio que hoy ocupa nuestro país ya lo habitaban numerosos pueblos y desde entonces, como en todo el mundo, las personas desarrollaron un conocimiento profundo de los recursos alimentarios que había en sus entornos: desiertos, selvas, cerros, zonas lacustres y muchos otros. A estos conocimientos se sumaron los traídos de ultramar que a su vez eran producto de largas

historias de intercambios entre distintas culturas y cocinas. Más tarde con la formación de una nación independiente se creó la idea de lo "mexicano" buscando elementos de cohesión entre los diversos grupos presentes para conformar una nación: México, y como parte de ese esfuerzo nacionalista se formularon distintos proyectos, uno de ellos fue la "cocina mexicana", que se planteó como mestiza y heredera de al menos dos tradiciones, la indígena y la española, así se resumía de un plumazo la gran diversidad cultural que había detrás de cada una de ellas y se borraba la tercera raíz, la afrodescendiente.

Actualmente podemos hablar de un proyecto común: México como nación pluricultural y en ella muchos buscamos la convivencia amable de la diversidad cultural y en consecuencia de las distintas cocinas tradicionales y contemporáneas, conocerlas es un primer paso para amarlas y protegerlas, asimismo es necesario conocer y proteger las culturas y medios naturales que les dan sustento, de ahí la importancia de esfuerzos como el del 1er. Congreso Nacional de Gastronomía, Cultura y Turismo en el que se enmarca esta publicación. Con este texto busco compartir con los lectores puntos centrales que me han permitido entender los procesos y contextos en los que actualmente viven y se recrean las cocinas de México. Parto de mi experiencia como investigadora y docente en el INAH, una institución que tiene como materia de trabajo al patrimonio cultural de nuestro país, del cual las cocinas son parte importante.

<sup>1</sup> Doctora en Historia y Etnohistoria por la Escuela Nacional de Antropología e Historia. Dirección de Etnología y Antropología Social del INAH. [laura\\_elena\\_corona@hotmail.com](mailto:laura_elena_corona@hotmail.com)

## Cocinar y comer son experiencias culturales e históricas

Todas las cocinas tienen como base un conocimiento profundo de la naturaleza que se logra a partir de un trabajo colectivo de años dedicados a observar los ciclos de las plantas, de los animales, de la tierra y del agua, esta observación de la naturaleza como afinadamente apunta la historiadora Johanna Broda (1996), es equiparable a la autodenominada "ciencia" en las culturas "occidentales". Este proceso largo de generación de conocimiento se asocia también a los sistemas lingüísticos particulares así, en cada cultura se da un nombre a lo que nos parece significativo para poder hablar sobre él, por lo que cada cultura de manera muy dinámica crea un lenguaje y como sabemos cada uno de ellos es la forma en que un pueblo ve, entiende y explica el mundo que nos rodea, incluido todo lo que comemos. En México pensando en las 68 lenguas indígenas con sus 364 variables, que además del castellano son nuestras lenguas nacionales,<sup>2</sup> podemos afirmar que tenemos una gran diversidad de formas de ver el mundo, de nombrarlo y de conocerlo, esta es una importante riqueza cultural.

Otra gran riqueza en nuestro país son nuestras cocinas. Lo que comemos es una selección colectiva, porque si bien los humanos (*Homo sapiens*) podemos ingerir y aprovechar una gran cantidad de alimentos (seres vivos, minerales, agua), no en todos lados ni en todos los tiempos hemos comido lo mismo, por eso para unos pueblos, por ejemplo, los insectos son comida, mientras que para otros no. A la selección de alimentos que cada grupo considera comestible los antropólogos la hemos llamado "comida" y cuando hablamos de "comida" también incluimos aderezos y bebidas, todos en conjunto son lo que socialmente se considera comible o bebible, claro que se trata de algo muy dinámico que cambia con el tiempo, con las circunstancias y con las relaciones que cada grupo establece con otros grupos, pero además tiene sus variantes familiares y locales.

Todo el conocimiento que cada pueblo genera alrededor de la comida, tanto los ingredientes como los utensilios, las técnicas de preparación, las formas, momentos y espacios en que se pueden consumir, constituyen lo que los antropólogos llamamos "cultura alimentaria" (Corona, 2011) y la entendemos como una creación colectiva que se transmite de generación en generación a través de la propia experiencia de cocinar y de comer, o bien a través de libros, relatos, canciones, cuentos y juegos, entre otras estrategias. Cuando hablo de "cocinar" me refiero a un proceso amplio que incluye desde la obtención de los ingredientes hasta las formas de ofrecer los platillos, aderezos y bebidas preparados, pero también a la manera en que después de consumidos se dispone de los desechos y residuos.<sup>3</sup> Al hablar del acto de "comer" pienso en

la experiencia en un sentido amplio, comer y beber es conocer y reconocer la comida a través de los sentidos, de los sonidos, de las formas y colores, de los olores, de las texturas y de los sabores, estas experiencias complejas se tienen desde etapas muy tempranas de la vida, incluso desde el vientre materno y en conjunto forman nuestro repertorio alimentario (Rubio Navarro et al., 2013) que siempre se está actualizando y que además está fuertemente ligado a lo emotivo y a la memoria (Justel y Ruetti, 2012).

Cada cultura alimentaria se expresa a través de lo que el antropólogo estadounidense Sidney Mintz (1993) ha llamado *cuisine* y que podemos traducir como "cocinas", que no son solamente los espacios donde se preparan los platillos, aderezos y bebidas sino una parte central de las culturas alimentarias porque incluyen todos los conocimientos y elementos materiales que comparten las personas de un grupo para poder preparar lo que consumen. En nuestro país se desarrollan una gran diversidad de cocinas que podemos agrupar en tres grandes categorías: 1) cocinas de tradición indígena; 2) cocinas que podemos llamar mestizas porque se han recreado a partir de elementos de las cocinas indígenas y de elementos de las cocinas de origen europeo; y 3) cocinas de tradición afrodescendiente. En cada uno de estos grupos podemos identificar características particulares, distintos ingredientes emblemáticos, utensilios vinculados a técnicas específicas de preparación, así como formas y espacios de compartir y distribuir comida, bebida y aderezos.

Cada cocina se distingue y reproduce a partir de un conjunto de conocimientos y elementos materiales, entre ellos podemos mencionar:

1) las formas de obtención de alimentos, que no son como tal vez pensaría algún ciudadano (ir al mercado o al supermercado), sino sistemas que continúan vigentes en muchas regiones de nuestro país: la milpa, el trapatio, la recolección, las huertas, la cacería, la pesca y la apicultura, entre otros. Cada uno de estos sistemas incluye tecnologías particulares, es decir herramientas y procesos que se actualizan, adaptan y mejoran todo el tiempo. Las distintas cocinas presentes en nuestro país han encontrado la forma de conseguir sus ingredientes emblemáticos o centrales<sup>4</sup> adaptando cultivos, crianza de distintas especies y otras estrategias. Un ejemplo de gran importancia en México es el caso del maíz domesticado que se logró a través de la intervención humana en el desarrollo de una planta silvestre de difícil consumo: el teocintle.<sup>5</sup> Actualmente en México se han descrito 64 razas de maíz,<sup>6</sup> 59 de ellas nativas (Imagen No.1), por lo que nuestro país es reconocido como uno de los centros de origen, de diversificación genética y de domesticación más importantes de esta planta (Kato et al., 2009 y 2013).

<sup>2</sup> De acuerdo al artículo 4° de la Ley General de Derechos Lingüísticos de los Pueblos Indígenas, en nuestro país se consideran lenguas nacionales el castellano y las 68 lenguas indígenas presentes con sus 364 variantes dialectales (D.O.F. 13-03-2003).

<sup>3</sup> En este trabajo entendemos "desecho" como aquello que las personas consideran que no puede consumirse como las cáscaras de algunas frutas o verduras o los alimentos que se han descompuesto. Mientras que "residuo" lo entendemos como lo que sobró de un platillo o bebida y que podría consumirse después, tal cual o como parte de una nueva preparación.

<sup>4</sup> Como el maíz, frijol, chile y quelites en las cocinas de tradición indígena, o el ajonjolí, arroz, camote, cacahuete y plátano macho en las cocinas de tradición afrodescendiente, o el trigo, la aceituna y el cerdo en las cocinas mestizas.

<sup>5</sup> *Zea perennis* y *Zea diploperennis* (DOF, 2012).

<sup>6</sup> *Zea mays* L. (DOF, 2012).

2) los utensilios que se usan para preparar, servir y consumir la comida incluyendo los conocimientos para fabricarlos. Podemos mencionar utensilios hechos de barro, madera, piedra y metal, hay muchos artesanos especialistas (Imagen No.2) en su fabricación, ellos siguen experimentando para lograr utensilios cada vez más bellos y útiles para las distintas tareas en las cocinas. Además, aquí hay que considerar utensilios efímeros como las hojas de maíz o de plátano, o incluso comestibles como la propia tortilla. En esta área como en la de los ingredientes son muy importantes los intercambios culturales,<sup>7</sup> la inclusión de nuevos materiales, técnicas y usos; sin embargo, es necesario mencionar la irrupción de los utensilios industriales y en ellos el predominio del plástico que como sabemos por su lenta degradación está afectando a muchas especies sobre todo en mares y manglares mexicanos (Olguín y Rojas, 2018), además se está acumulando de manera exponencial para luego convertirse en micro-partículas que se pueden encontrar hasta en el agua que bebemos (Shukman, 2018).

<sup>7</sup> Un caso importante de mencionar sobre los ingredientes es la incorporación de la carne y de la grasa de cerdo en preparaciones como los tamales para los que anteriormente se utilizaba carne y grasa de aves y de otros animales. En cuanto a los utensilios, en el caso de los que se fabrican de barro, la utilización de la greta traída de España como esmalte que ayuda a evitar la filtración de líquidos, desplazó al bruñido que exigía un trabajo más laborioso y lograba lo mismo. El uso de la greta ha tenido consecuencias en la salud de los comensales porque con el calor y con los líquidos ácidos se desprenden residuos de plomo que se incorporan a la comida. Actualmente muchos artesanos están utilizando esmaltes libres de plomo, pero estos implican un incremento en los tiempos y la cantidad de combustibles utilizados para la cocción de los utensilios.

3) las técnicas de preparación y conservación de alimentos que dan lugar a productos como quesos, embutidos, conservas, alimentos ahumados o secados tienen una larga tradición en nuestro país con un gran repertorio. En este punto son centrales los pequeños productores, aunque muchos de estos procesos, sobre todo a partir de la segunda guerra mundial, se llevan a cabo industrialmente. Entre los procesos que considero de alto valor tecnológico en México está la nixtamalización (Imagen No. 3) que facilita la digestión y permite un mejor aprovechamiento de los nutrientes que nos aporta el maíz, en específico de la niacina, además hay que decir que este proceso le confiere un sabor y color particular que amplía las preparaciones posibles con él.

### La comida de las personas y de la tierra.

En muchas de las culturas alimentarias de tradición indígena en México la comida es un elemento vital, no solo porque provee a las personas de lo que sus cuerpos necesitan para sobrevivir, crecer y reproducirse en términos biológicos; sino porque a través de la comida se da y se recibe la fortaleza, el amor, el respeto y la energía vital de la tierra, de las plantas, de los animales, de las personas que produjeron los alimentos y de las personas que los cocinaron (Good, 2004b:316).

La comida es además un lazo, un cordón, una línea formada de una diversidad de colores, formas, sonidos, texturas, olores, sabores, recuerdos y sentimientos que nos une en el tiempo por un lado con el pasado, con nuestros antecesores, padres y abuelos;



Imagen No.1: Maíz ajo y otros maíces criollos en la "Fiesta del maíz Ngor' o detha". Fotografía de Leonardo Vega Flores, San Juan Ixtenco, Tlaxcala, 8 de abril 2017.

y por otro lado con el futuro, con nuestros sucesores, hijos y nietos. La comida se comparte con los seres queridos y con los visitantes, que pueden ser personas vivas o los difuntos, los aires, los santos o muchas otras entidades que participan activamente en el flujo y mantenimiento del universo. Existen normas específicas para cocinar (Imagen No. 4), ofrecer y consumir la comida, estas normas en cada cultura indican qué personas deben participar, en qué momentos y en qué espacios, de esta forma se puede asegurar que la comida brinde todos sus beneficios. Estas normas son dinámicas y en ellas influyen las relaciones que históricamente se han dado entre las culturas, además de factores naturales. Aprendemos estas normas por distintos medios, pero fundamentalmente a través de cocinar y de comer, estos aprendizajes se reciben como experiencias complejas que involucran a nuestros sentidos, a nuestra memoria y a nuestras emociones.

En muchas de las culturas presentes en nuestro país la tierra misma es considerada un ser vivo que nos nutre y que también come, lo hace a través de las ofrendas y del entierro de los muertos, la tierra consume ropa, objetos, comidas rituales, la sangre de los animales sacrificados y los cuerpos de los muertos, de esta manera los humanos cumplen con su obligación en esta relación recíproca al devolverle el sustento y con esto asegurar la fertilidad de la tierra (Good, 2004a: 168 y 169). En términos ecológicos la tierra recibe todos nuestros desechos y aunque tiene sus propios sistemas de depuración se encuentra desde hace años en un preocupante proceso de calentamiento global que sin duda está afectando a todos los seres vivos del planeta y con ellos a los seres humanos y a sus fuentes de alimentos.

Las ofrendas existen de distintas formas en todas las culturas presentes en nuestro país y podemos entenderlas como lo que se dona o lo que se da para pedir, agradecer o alimentar a distintas entidades: difuntos, santos (Imagen No.5), aires, milpa, cuevas, fuentes de agua, cerros, la tierra y muchas otras. La comida ocupa un lugar central en las ofrendas y para cada caso hay normas que nos indican lo que "come" cada entidad, lo que le agrada o le disgusta. Las ofrendas pueden ser materiales o el propio trabajo, incluso la fiesta y el ritual. Así, por ejemplo, vemos que en la "cosmopolita" CDMX hay pueblos en los que se sigue alimentando a los santos ofreciéndoles antes que a nadie la comida que se compartirá en una fiesta.

### El futuro de las cocinas de México.

Por cientos de años las cocinas que se han desarrollado en lo que hoy es México y que provienen de tres fuertes raíces: la indígena, la mestiza y la afrodescendiente, han conservado características que les han permitido mantenerse y adaptarse a un contexto de grandes cambios políticos, económicos y ambientales, su vitalidad reside en la fuerza con la que se transmiten estas culturas alimentarias, además de la persistencia que, a pesar de la contaminación y explotación, han logrado los sistemas naturales que les brindan los insumos necesarios. Sin embargo, nos encontramos actualmente en una coyuntura complicada a nivel mundial y nacional, el impacto de cientos de años de la llamada



Imagen No.2: Horno para cocción de utensilios de barro. Fotografía de Leonardo Vega Flores. Tlayacapan, Morelos, 26 de mayo 2018.

"modernidad" que se nos ha presentado como un sistema de existencia basado en el "progreso", la "ciencia" y el "éxito humano" resultó ser un sistema que agudiza las inequidades de todo tipo, incluidas las alimentarias, y que es insostenible en un planeta de recursos finitos como el nuestro. La modernidad encarnada en el capitalismo nos impone con sutiles mecanismos una forma de vida basada en el consumo, lo desechable y lo individual.

Los alimentos que se producen actualmente son suficientes para la población humana pero están mal distribuidos, lo que resulta por un lado en la desnutrición crónica de muchas personas y por otro lado en los graves problemas de obesidad de muchas otras personas, esta mala distribución se agrava porque además se pierde<sup>8</sup> o se desperdicia<sup>9</sup> alrededor de la tercera parte de los alimentos en el mundo lo que implica a su vez el desperdicio de los recursos que se utilizaron en su producción: agua, tierra, energía y fuerza de trabajo.

8 Durante el proceso de producción se pierde un porcentaje de los alimentos que potencialmente se lograrían (FAO, 2014). Traducción tomada de: <http://www.fao.org/food-loss-and-food-waste/es/> La medición y valoración de las pérdidas y desperdicio de alimentos la FAO las realiza a partir de la "Plataforma técnica sobre la medición y la reducción de las pérdidas y el desperdicio de alimentos" <http://www.fao.org/platform-food-loss-waste/food-loss/food-loss-measurement/primethodology/es/>

9 Descarte o uso alternativo (no alimentario) de alimentos que son seguros y nutritivos para el consumo humano. La comida se desperdicia de muchas maneras: porque no cubren las características de tamaño y color; porque están próximos o han pasado la fecha de consumo preferente; porque fueron comprados en cantidades mayores a las que se requerían. Se descartan en las casas o establecimientos que venden comida preparada. Existe un protocolo de cálculo y evaluación de la cantidad de comida que se pierde de esta forma (FAO, 2014). Traducción tomada de: <http://www.fao.org/food-loss-and-food-waste/es/>



Imagen No.3: Nixtamalización en la Rejunta de la Mayordomía del Señor de Chalma de Milpa Alta. Fotografía de Leonardo Vega Flores, Villa Milpa Alta, 14 de diciembre 2013.

Un serio problema vinculado al consumo es la demanda de ciertos tipos de alimentos a partir de la preferencia de dietas altas en proteínas animales, azúcares y harinas refinadas, estas dietas se popularizaron durante la segunda guerra mundial como nos explica Sidney Mintz (2003 [1996]) y los principales alimentos que incluyen -carne, leche, huevo- requieren para su producción el desmonte de grandes áreas por lo que están ocasionando severos procesos de certificación que afectan a todo el mundo incluyendo a muchas poblaciones que en México están siendo despojadas de sus territorios y recursos para poder dar espacio a la industria en general y a la alimentaria en específico, esto como sabemos no solo les afecta a ellos sino a todos los mexicanos y a todos los seres vivos que habitamos el planeta.

La modernidad y sus valores: rápido, eficiente, "bello", "joven" y "exitoso" han llevado a muchas personas a una interminable carrera por alcanzar un mayor nivel de consumo, "ser es tener", más bien "ser es comprar", en este sistema todo, hasta el propio hombre, los seres vivos, los alimentos y las relaciones son mercancías con caducidad. Desde mediados del siglo XX hemos atestiguado grandes cambios en nuestro país, en busca del progreso y la modernidad se han privilegiado la industrialización y la urbanización en detrimento de la calidad de vida.



Imagen No.4: Preparación de tamal. Fotografía de Laura E. Corona, Centro Ecológico Tlenkualli, 12 marzo 2016.

En nuestro país terrenos de todos los ecosistemas se han desmontado para dar paso a una agricultura y a una ganadería de tipo industrial, los monocultivos desgastan la tierra y desplazan a los seres vivos que la habitaban, dos ejemplos que están afectando severamente a nuestro país son los grandes sembradíos de aguacate hass y de palma para aceite que están cubriendo áreas cada vez más grandes en los estados de Michoacán<sup>10</sup> y de Chiapas.<sup>11</sup>

Bajo este esquema de vida que no ha logrado imponerse a toda la población de México pero que sí ha causado grandes estragos, hay varios puntos clave que están en juego: la biodiversidad, la diversidad lingüística y la diversidad cultural, expresada en muchos ámbitos, pero particularmente en las cocinas. Hoy en día estamos en una coyuntura grave: 64 variantes lingüísticas están en la categoría de muy alto riesgo de desaparecer según informó el 9 de diciembre 2018 el director general del Instituto Nacional de Lenguas Indígenas (Regino, 2018). Cada una de estas lenguas en peligro representa una cultura alimentaria en riesgo. Otro punto de alarma son las especies que en nuestro país están en peligro de extinción: 280 especies de animales, 10 especies de hongos y 177 especies de plantas, entre las cuales hay especies comestibles o relacionadas con ellas (CONABIO, 2010).

Entre los retos que tenemos para asegurar la supervivencia y vitalidad de las cocinas de México está conocerlas para respetarlas en conjunto con las culturas y sistemas naturales que les dan sustento. También es necesaria una visión crítica de los sistemas de producción industrial en todos los campos, pero particularmente en el de la comida, saber de dónde vienen y cómo se producen los alimentos que comemos, cómo son tratados los seres vivos de los que nos alimentamos (plantas, animales, hongos y bacterias), recuperar el conocimiento y el gusto por la comida sencilla, fresca, local y sin envolturas o accesorios plásticos, el apoyo, acompañamiento y pago justo a los pequeños productores (Imagen No. 6) para que puedan volver a producir sin químicos dañinos como los plaguicidas que están acabando con importantes polinizadores. Cocinar y comer son actividades que necesariamente deben volver a ser centrales en nuestras vidas y por lo tanto a las que dediquemos tiempo, esfuerzo y cariño.

10 Efrén Govea Manzo en su tesis de maestría en urbanismo "El cambio de uso de suelo en la meseta purépecha de Michoacán y su impacto económico en las regiones urbanas adyacentes" explica que el amplio mercado del aguacate michoacano ha propiciado que desaparezcan algunos de los macizos forestales más importantes del oeste mexicano (UNAM, 2015).

11 Diana Saavedra (2018) entrevistó a Antonio Castellanos Navarrete, del Centro de Investigaciones Multidisciplinarias sobre Chiapas y la Frontera Sur, quien le comentó que "La Reserva de la Biosfera La Encrucijada, en Chiapas, ha comenzado a ser invadida por la palma de aceite africana, especie muy competitiva. La situación es preocupante porque se trata de una de las regiones de manglares más ricas, diversas y productivas del país" [...] "En la Selva Lacandona, por ejemplo, hemos visto parcelas donde sustituyen selva por palma".

## Bibliografía

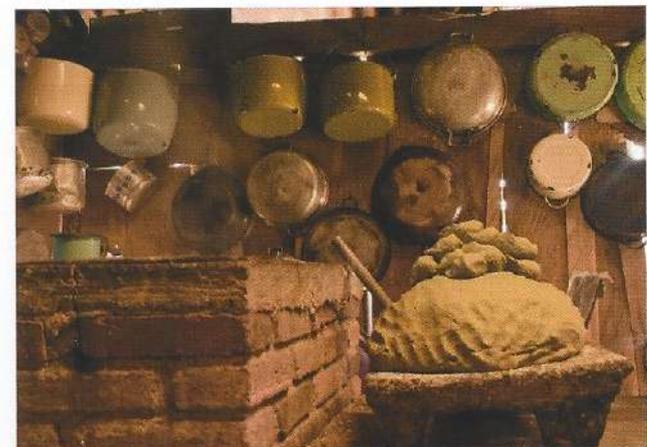
- Brada Frucha, J. (1996). Calendarios, cosmovisión y observación de la naturaleza. En S. Lombardo, y E. (. Nalda, *Temas mesoamericanos* (págs. 427-469). México: INAH, CONACULTA.
- CONABIO. (2010). *Biodiversidad*. Obtenido de Categorías de riesgos en México: <https://www.biodiversidad.gob.mx/especies/catRiesMexico.html>
- Corona de la Peña, L. (2011). Reflexiones sobre cultura alimentaria en alumnos de la Escuela Nacional de Antropología e Historia. En C. Good Eshelman, y L. Corona de la Peña (coords.), *Comida, cultura y modernidad en México. Perspectivas antropológicas e históricas* (págs. 311-324). INAH.
- DOF (13 de marzo de 2003). Ley General de Derechos Lingüísticos de los Pueblos Indígenas. *Diario Oficial de la Federación*.
- DOF (02 de noviembre de 2012). DOF. Obtenido de [http://dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5276453&fecha=02/11/2012](http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5276453&fecha=02/11/2012).
- FAO. (2014). *Definitional Framework of food loss, working paper*. Roma: FAO.
- Good Eshelman, C. (2004). Ofrendar, alimentar y nutrir. En J. Broda, y C. Good Eshelman (coords.), *Historia y vida ceremonial en las comunidades mesoamericanas: los ritos agrícolas* (págs. 307-320). México: INAH-CONACULTA/UNAM-IIH.
- Good Eshelman, C. (2004). Trabajando juntos: los vivos, los muertos, la tierra y el maíz. En J. Broda, y C. Good Eshelman (coords.), *Historia y vida ceremonial en las comunidades mesoamericanas: los ritos agrícolas* (págs. 153-176). México: INAH-CONACULTA/UNAM-IIH.
- Justel, N., y Ruetti, E. (2012). La Memoria del Sabor. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 4(1), 31-43.
- Kato, A., Mapes, S., Mera, L., Serratos, H., y Bye, R. (2009). *Origen y diversificación del maíz: una revisión analítica*. México: UNAM/Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad.
- Kato, A., Ortega Paczka, R., Boege, E., Wegier, A., Serratos Hernández, J., Alavez, V., . . . Ortega del Vacchyo, D. (2013). Origen y diversidad del Maíz. En E. Álvarez-Buylla, y A. Piñeyro, *El maíz en peligro ante los transgénicos: un análisis integral sobre el caso de México* (págs. 25-59). México: UNAM-CIICYH/ UCCS.
- Mintz, S. (2003 [1996]). Comer en Estados Unidos. En S. Mintz, *Sabor a comida, sabor a libertad. IncurSIONES en la comida, la cultura y el pasado* (págs. 145-166). México: Ediciones de la Reina Roja.
- Mintz, S. (2003 [1996]). Sabor a comida, sabor a libertad. En S. Mintz, *Sabor a comida, sabor a libertad. IncurSIONES en la comida, la cultura y el pasado* (págs. 57-78). México: Ediciones de la Reina Roja.
- Mondragón Pichardo, J., Vibrans, H., y Tenorio Lezama, P. (2009). *Malezas de México*. Obtenido de Maíz: <http://www.conabio.gob.mx/malezasdemexico/poaceae/zea-mays-mexicana/fichas/ficha.htm>.
- Olguín Lacunza, M., y Rojas García, D. (20 de junio de 2018). Mares de plástico en manglares y costas mexicanas. *UNAM Global*. Obtenido de <https://www.unamglobal.unam.mx/?p=4229>.
- Regino, J. (09 de diciembre de 2018). INALI. Obtenido de Comunicado a Medios No.53: <https://www.inali.gob.mx/es/comunicados/694-2018-12-10-14-36-54.html>
- Rubio-Navarro, L., Torrero, C., Regalado, M., y Salas, M. (2013). Desarrollo de la discriminación a los sabores. *Neurobiología. Revista electrónica*, 4(7), 1-13.
- Saavedra, D. (10 de septiembre de 2018). Detectan dispersión de palma de aceite africana en Chiapas. *Gaceta UNAM*. Obtenido de <http://www.gaceta.unam.mx/detectan-dispersion-de-palma-de-aceite-africana-en-chiapas/>
- Shukman, D. (15 de marzo de 2018). El "preocupante" hallazgo de partículas de plástico en botellas de agua de 11 marcas diferentes. Obtenido de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-43411826>



Imagen No.5: Alimentos para las imágenes en altar de la Rejunta de la Mayordomía del Señor de Chalma de Milpa Alta. Fotografía de Leonardo Vega Flores, Villa Milpa Alta 4 de diciembre 2017.



Imagen No.6: Productor a pequeña escala. Fotografía de Leonardo Vega Flores, Zacualpan de Amilpos, Morelos, 21 de julio de 2013.



# Sabores de México



Resultado de un recorrido por los 32 estados de la República Mexicana, con sus cocineras tradicionales y los hilos que han tejido la cocina mexicana. confeccionado por etnohistoriadores, antropólogos, chefs, investigadores, pedagogos y diferentes instituciones académicas.



ISBN EN TRÁMITE



# Sabores de México



Resultado de un recorrido por los 32 estados de la República Mexicana, con sus cocineras tradicionales y los hilos que han tejido la cocina mexicana. confeccionado por etnohistoriadores, antropólogos, chefs, investigadores, pedagogos y diferentes instituciones académicas.

