

## Capítulo II

### La cocina de Jovel y sus alrededores

Tlayuhua Rodríguez García  
Karla Paola Aguilar Espinosa

**M**éxico es sin duda un país lleno de matices, con culturas que definen cada rincón de su vasto territorio, es también un conjunto de conocimientos que datan de su herencia prehispánica y su paso por la Colonia y el Porfiriato, hasta el México de hoy. Un pueblo que lleva en las venas, cultura, sabor, aroma y saber, que pone en todo lo que hace ese legado legendario que, aunque a los ojos de algunos se marchitó con la conquista de los españoles y a los de otros se engrandeció en ingredientes, preparaciones y métodos de cultivo, es reflejo de sus tradiciones e identidad. La alimentación para bien o para mal tuvo un cambio durante estos quinientos veinticuatro años. Hoy nuestro territorio es un mosaico de colores, sabores y aromas que han dado lugar a platillos que nos representan en todo el mundo.

Dentro de los estados con una fuerte influencia gastronómica tanto prehispánica como española se encuentra el estado de Chiapas que cuenta con culturas vivas, herencia mayense y de otros pueblos que llegaron a conquistar algunas de las regiones de este territorio. Podemos encontrar vestigios aztecas y olmecas que han permeado tanto en ingredientes como en platillos o bebidas.

Chiapas es sin duda uno de los estados más biodiversos de la República Mexicana, cuenta con una extensa variedad de flora y fauna, lo

que ha dado lugar a maravillosos paisajes llenos de color, cada uno con su propio encanto. Dentro de estos paisajes se encuentra San Cristóbal de Las Casas, que además de su clima frío, tiene una belleza que atrae año con año a miles de turistas. Su arquitectura es el reflejo de años de historias entrelazadas de un pueblo fundado en el valle de Jovel, como se le conocía anteriormente, y la herencia de una conquista que ha dado pie a una riqueza cultural aún más grande.

Dentro de esta majestuosidad existe lo que llevó a Cristóbal Colón a descubrir nuestro continente hace más de 500 años: la búsqueda de alimento, que para ese caso fueron las especias, las que motivaron a ese singular hombre a embarcarse en un viaje que cambiaría el curso de la historia tanto para ellos como para nosotros; es ahí donde dos culturas crecerían y formarían lo que hoy se conoce como *comida coleta*, una comida que tiene matices indígenas en ingredientes que aún siguen viniendo de la misma tierra que los vio nacer e ingredientes que cuando arribaron a nuestro continente vinieron a amalgamarse y crear un nuevo comienzo.

Aunque no sólo en San Cristóbal existe esta vasta variedad de alimento y platillos (podríamos llenar muchas páginas con sólo hablar de su comida), hay también una gran amplitud en las regiones aledañas a este lugar que, además de ser cercanas en distancia, son cercanas en preparaciones culinarias; tal es el caso de: Aldama, Amatenango del Valle, Chalchihuitán, San Juan Chamula, Chanal, Chenalhó, Huixtán, San Andrés Larráinzar, Mitontic, Oxchuc, Pantelhó, San Juan Cancuc, Santiago El Pinar, Tenejapa, Teopisca y Zinacantán.

El maíz, el frijol y la calabaza eran el alimento básico de los nativos de Chiapas, aunque también consumían tubérculos, frutas como el chicozapote, nanche, pitahaya, cuajilote, un sinnúmero de variedad de chiles y quelites; a esta rica y diversa dieta se agregan otros de origen animal como el venado (*Odocoileus virginianus*), guajolote (*Meleagris gallopavo*), ardilla (*Sciurus vulgaris*), conejo (*Oryctolagus cuniculus*), liebre (*Lepus*), armadillos (*Dasypodidae*), rata de monte (*Apodemus sylvaticus*), tuza (*Geomyidae*), tepezcuintle (*Cuniculus paca*), iguana (*Iguanidae*) y codorniz (*Coturnix coturnix*). Esta tradición alimentaria se amalgamó con la tradición ya milenaria de los españoles, que a su vez tenía una influencia

árabe. Con los europeos nos acercamos a otros cereales, nuevas frutas y verduras, aparece el ganado ovino y caprino, así que con ellos llegan, la vaca (*Bos Taurus*), el cerdo (*Sus scrofa domesticus*), el borrego (*Ovis aries*), la cabra (*Capra aegagrus hircus*), la gallina (*Gallus gallus domesticus*), el ganso (*Anserini*), la paloma (*Columba livia*); también lechuga, lenteja, col, zanahoria, cebolla, ajo, vid, caña de azúcar, melón, sandía, manzana, pera, durazno, entre muchos otros.



Fuente: Cruz (2014).

## El Valle de Jovel y sus delicias gastronómicas

El Valle de Jovel, como se conoce aún en este tiempo, es el resultado de un mestizaje culinario muy amplio, tenemos por ejemplo la sopa de pan que está elaborada con ingredientes tan endémicos como el guajolote y el pan francés que, aunque su constitución es netamente europea, es hoy en día un ingrediente básico en este singular platillo, que dicho sea de paso, es majestuoso en su preparación porque está exquisitamente equilibrado. Contiene frutas, verduras, proteína de origen animal y por

supuesto cereal, por lo que un manjar así debe reinar en la mesa de cualquier fiesta; y qué decir del asado coletos que se compone del tradicional cerdo, elemento de muchos de los embutidos que se realizan desde el asentamiento de los primeros españoles.

El cerdo como tal es uno de los ingredientes básicos de la cocina sancristobalense, macerado en un mole de chile ancho con vinagre y especias, desde un día antes, como lo afirman las mejores cocineras coletas que aún lo siguen preparando, es horneado en un tradicional horno de leña o cocinado directamente en brasas, aunque personalmente creemos que el sabor que cada sistema de cocción le da es el toque de la familia que lo prepara para celebrar una boda, un nacimiento o una graduación. En la Antigüedad, los cerdos crecían en las partes traseras de las casas, las cuales abarcaban hasta una manzana completa, que les permitía no sólo tener *cochis*, como les conoce, sino también gallinas, guajolotes, y cultivos de verduras, aunque estas últimas se cultivaban más por los indígenas que vivían alrededor de San Cristóbal o en las laderas del Valle de Jovel. La producción de hortalizas aún se sigue haciendo en San Felipe y Santa Anita Huitepec, entre otros lugares.

Otro platillo que podemos encontrar dentro de la representativa cocina sancristobalense son las chalupas, compuestas de una tostada que sólo se consigue en los altos y que aún se prepara con maíz natural para darle la consistencia y sabor deseado, frijol molido y guisado, en algunos casos sazonado de acuerdo a la tradición de cada familia, rebanadas de lomo de cerdo horneado en su propio jugo y mechado con clavos de olor que le dan un sabor único y, por supuesto, la típica zanahoria y betabel cocido, acompañado de lechuga y queso seco rallado, todo esto da como resultado un manjar que de igual manera cuenta con el equilibrio entre sabores, colores y aromas que encantan hasta los paladares más exigentes y se pueden encontrar en los establecimientos modestos hasta los modernos.



Fuente: Rodríguez, Tlayuhua (2014).

La *cocina coleta* es un mundo impregnado de sabores que lleva en ellos una tradición milenaria. El cocinar es parte de la vida de los coletos y la manera en que ven la vida. El clima permitió que estas recetas fueran creando un propio espacio en la gastronomía chiapaneca. Es una cocina que trae en su origen técnicas ancestrales de conservación, que dieron origen a preparaciones como el jamón serrano, que aunque no está elaborado con el tradicional cerdo ibérico, es un manjar digno de los paladares más exigentes y que, además, es una tradición seguida por familias heredada a más de dos o tres generaciones en este hermoso arte.

En San Cristóbal de Las Casas es una tradición consumir sopa seca o caldo bien caliente para aminorar los efectos del clima, como la no muy conocida sopa de gota de harina, que consiste en pequeñas gotas de harina cocidas en caldo de pollo o gallina. Entre los caldos más reconocidos está el “levanta muertos”, que hace honor a su nombre porque

es ideal para aminorar los efectos de la cruda. El consumo de arroz, ya sea blanco, rojo, verde o con azafrán se vuelve una parte esencial de esta cocina.

De los antojitos o botanas que nos hacen añorar un tiempo para disfrutar se pueden mencionar los embutidos, que se elaboran desde la fundación de este hermoso municipio. Años después, con la llegada de franceses, alemanes e italianos, se dio origen a mortadelas, el jamón planchado, chorizo, longaniza y butifarra.

Entre los guisados más representativos están la chanfaina y el talchihuil, el primero se prepara con menudencias de venado finamente guisadas y aderezadas con especias aromáticas y espesada con pan; el otro con menudencias de cerdo igualmente sazonadas y espesada con maíz. Otros importantes guisos son el pollo en ollita, la delicada lengua almendrada o con azafrán, chiles rellenos y la cueza capeada.



Fuente: Rodríguez, Tlayuhua (2010).

## La gastronomía en los municipios de los Altos de Chiapas

La gastronomía en Chiapas no sólo se ve representada por la cocina coleta, existen 18 municipios en donde se desarrolla una cocina que si a la vista no es muy compleja, está llena de matices que van formando una cocina que ha dado identidad a estos pueblos. Muchos de estos platillos tienen que ver con procesos rituales que vienen de nuestros antepasados y que han perdurado en el tiempo, adaptándose a los nuevos ingredientes traídos de Europa y que hoy son considerados por muchos como propios.

### *Aldama*

Se sabe poco sobre la historia de Aldama antes de la Conquista de México; sin embargo, hay registros de su fundación antes de 1880 adoptando el nombre de Santa María Magdalena. El 13 de noviembre de 1883 Chiapas se divide en 12 departamentos y esta región pasó a ser parte de San Cristóbal. En 1915 desaparecen los departamentos y se crean 59 municipios, el pueblo quedó como delegación de San Pedro Chenalhó. El 28 de febrero de 1934 la delegación adoptó el nombre de Aldama, en honor de Ignacio Aldama.

En Aldama la gastronomía obedece a los productos que ahí se cultivan, como en todas las culturas está fundamentada principalmente en el maíz, el frijol y el chile. En algunos parajes se siguen consumiendo quelites como la mostaza, el nabito, animales de caza como: el tejón, el tlacuache y el armadillo; sin embargo, esta costumbre se ha perdido debido a que la res, el pollo y la gallina de rancho los han sustituido paulatinamente. La cocina de Aldama es sencilla pero rica en nutrientes porque aún muchos de los productos que se emplean en la alimentación son obtenidos de huertos y animales de traspatio.

### *Amatenango del Valle*

Fue fundado por un grupo de tseltales que se estableció en el municipio durante la época precolombina. En 1486 fue invadido por las tropas

aztecas al mando de Tiltototl, pero fueron rechazados por los locales. Después de la conquista de los Chiapas en 1528 es citado como una localidad perteneciente a Teopisca. Los misioneros españoles establecidos en la región le pusieron San Francisco de Amatenango. Los pobladores del municipio participaron activamente en la sublevación indígena de 1712 y en la Guerra de Castas en Chiapas.

En Amatenango del Valle la gastronomía es similar al resto de los municipios, está basada en la trilogía que sustenta a los pueblos mesoamericanos: el maíz, el frijol y el chile. Encontramos de igual manera que comen el alimento que se produce o que es traído desde Teopisca, ya que la distancia entre estos dos municipios es relativamente cercana. Sin embargo, en Amatenango, la alimentación es diversa debido a que se trata de un municipio que es habitado en su mayoría por indígenas, podemos encontrar que consumen caldo de pollo o res, siempre acompañado de tortillas. Algo peculiar y que le da un toque mágico a su preparación, es que ellos cocinan aún en ollas y comales de barro, que son hechos por ellos mismos ya que estamos hablando de un pueblo alfarero que, además de sus propios utensilios para elaboración de platillos, crea un sinnúmero de piezas de ornato que representan la magia de este lugar, desde jaguares que tienen una mirada profunda que parece que han capturado la esencia del animal, hasta gallinas, monos y animales que no existen dentro de su cultura. También encontramos pichanchas, ollas para cocidos o frijoles y comales para tortillas; de ahí que el sabor del trabajo alfarero va impregnado en cada plato.

### *Chalchihuitán*

En épocas anteriores a la conquista española, el municipio era ocupado por la nación tsotsil. En 1486, las tropas aztecas al mando de Tiltototl arribaron a la región. En 1549, llegaron los frailes dominicos y le antepusieron a Chalchihuitán el nombre de San Pablo. En esa época el pueblo estaba formado por una sola parcialidad de nombre Cihualtepec. En 1605, la población de Santa Catarina Pantelhó se trasladó temporalmente a San Pablo Chalchihuitán. Los habitantes del municipio participaron activamente en las sublevaciones indígenas de 1712 y de

1869. El 13 de febrero de 1934, siendo gobernador del estado el coronel Victórico R. Grajales, se modificó la denominación del pueblo San Pablo Chalchihuitán por Chalchihuitán.

En este municipio se acostumbra comer tamales y chicharrón, los tamales son principalmente de frijol y de momo u hoja santa, como se le conoce en algunos lugares y, aunque su gastronomía no es muy variada, contiene rasgos de la cocina prehispánica. Encontramos el uso de quesos y animales de caza como el conejo y armadillo, entre otros. En el municipio se elaboran redes, cestería, canastos, cerámica, ollas, comales, textiles de lana y algodón, confección de ropa y artículos de madera.



Fuente: Rodríguez, Tlayuhua (2010).

### *San Juan Chamula.*

Antes de la conquista de los españoles, la localidad era un importante centro de la población tsotsil. En 1524 los españoles tomaron la plaza, la cual fue una encomienda del soldado e historiador Bernal Díaz del Castillo desde 1524 hasta 1528. El lugar ha sido escenario de diversas re-

beliones, en 1869 la Guerra de Castas por medio del dirigente Chamula Pedro Díaz Cuscat, hecho histórico que Rosario Castellanos inmortalizó en su novela *Oficio de tinieblas*.

La alimentación de este municipio podría parecer precaria, porque es rústica y elemental; sin embargo, está llena de riqueza por el origen natural de sus productos. Aun cuando no goza de técnicas tan elaboradas, el origen natural de sus ingredientes, da una gastronomía digna de cualquier gourmet.

Una bebida muy tradicional es el pozol, hecho a base de maíz amarillo molido y guardado en hojas de plátano. Esta sutil bebida se acostumbra tomar con mucha frecuencia durante el día. Es preparada al momento y generalmente se acompaña de sal y chile. Un platillo que se consume frecuentemente es el caldo de gallina sin verduras, para el cual se elige la mejor gallina del traspatio y que le otorga un sabor característico, es servido en reuniones y fiestas, especialmente durante los carnavales.

No sólo encontramos estos platillos, podemos hallar también quesadillas como el bledo, la mostaza y los berros, preparados de distintas formas. Debido al clima, en algunas épocas del año se pueden encontrar hongos como las setas, que aunque no son originarias de este lugar, se han convertido en un platillo muy local, también se encuentran el moni y el yuyo ya sean silvestres o cultivados.

Una celebración importante y cargada de matices gastronómicos es el Carnaval Chamula, este carnaval se llega a celebrar cuatro días antes del Miércoles de Ceniza y resume el ciclo celestial de acuerdo con el antiguo calendario maya, donde participan los tres barrios principales, los cuales se encargan de organizar y pagar todo lo que se requiera para su la celebración.

En febrero se inicia con los preparativos para llevar a cabo este carnaval, donde originalmente son seis mayordomos o *paxiones*, quienes se ofrecen para participar en este festejo. Son seis, dos por cada uno de los tres barrios principales de San Juan Chamula: San Sebastián, San Pedro y San Juan. En la etapa de preparación, estos personajes se preocupan por la organización del carnaval, sobre todo de la comida que ofrecerán a quienes formen parte de este ritual.

Anselmo Marcelino Guzmán, habitante de San Juan Chamula, explicó que se sacrifican alrededor de cuatro reses, las cuales se otorgan como comida el día domingo, también para esta festividad se preparan tamales de frijolito y el atol agrio, que forman parte del sabor del carnaval. “Se les da de comer a todos aquellos que llegan, esa comida es en la casa de los *paxiones*”. Otra de las costumbres es la compra de *pox* y café para repartir entre la población.

### *Chanal*

Posterior a la división del antiguo señorío tseltal, un grupo se estableció en el territorio del hoy municipio de Chanal. Chanal significa “sabio que enseña”, en el idioma tseltal. Luego de la conquista española, la Corona delegó la reducción de la población indígena a los misioneros dominicos, quienes además de establecer las bases de la organización colonial le antepusieron a Chanal el nombre de San Pedro Mártir.

En este municipio podemos encontrar, además de la variedad de alimento ya mencionado en los municipios anteriores, tamales y chile molido conocido como el *juch-bilich*, verduras e igualmente animales de traspatio que dan lugar al “cocido” como se le conoce. Cabe mencionar que justo es en la Región Altos de Chiapas en donde podemos encontrar muchas variedades de frijol, un número importante de diversas calabazas y chiles, además de los distintos tipos de maíz entre los que afortunadamente aún se puede encontrar maíces criollos. Verónica Entzin López habitante de Chanal, nos habla de platillos como el *petul waj*, ella comenta que “es un envuelto de trozos de masa de maíz con frijoles rojos grandes en su interior”. En época de celebración, algunas de las mujeres ayudan a cocinar toda la comida especial para la fiesta. En el alimento especial se sirve una bebida fermentada de maíz semejante a la chicha, huevos cocidos, salsa de chile, además de frijoles caldosos, tortillas y café. Lo que no pueden comer se pone en una bolsa para llevar a casa. Cuando la comunidad realiza alguna tarea, las mujeres prepararan la comida especial y no comen hasta que los trabajadores lo hayan hecho.



Fuente: Cruz (2013).

### *Chenalhó.*

Antes de la llegada de los conquistadores españoles, formaba parte de la nación tsotsil. En la primera parte de la Colonia los frailes dominicos encargados de la evangelización de la zona, le antepusieron el nombre de San Pedro a Chenalhó. Por decreto promulgado el 13 de febrero de 1934, siendo gobernador del estado Victorico R. Grajales, se modifica la denominación del pueblo de San Pedro Chenalhó por Chenalhó.

En el municipio se elaboran diversos tipos de dulces y bebidas. Su alimentación es similar a la de los municipios aledaños pero destaca que por estar en paso para otras zonas como Pantelhó, hay comercio con los productos ahí obtenidos. Tal es el caso del ganado y café que forman parte importante de su dieta diaria. Se consumen en gran cantidad quelites como el nabo y la mostaza al igual que verduras que se cultivan en los parajes cercanos a la cabecera municipal. De igual manera, hay una gran variedad de frijol, maíz y chile; en algunas localidades aún se consumen algunos animales de caza como el armadillo, el tejón y el venado.



Lucía Sántiz López habitante indígena de San Pedro nos relata que algo importante en este municipio es el carnaval que se celebra en honor a San Pedro; vestidos de gala y cada uno con su bastón de mando, los mayores oran ante las puertas de la iglesia de San Pedro y pasan al interior de lo que fue parte de la casa cural. Ahí se sientan en largas bancas a escuchar los saludos de las personas que los suplirán en sus funciones durante la visita de las almas. Los aspirantes llevan como regalo pequeñas jícaras de atol agrio envueltas en paños ricamente bordados. Con mucha reverencia y humildad se ofrecen a tomar el cargo y ser parte del llamado *gobierno de los muertos*. Después de que se han consumado los requisitos tradicionales, los mayores entregan a los suplentes sus bastones, sombreros y chamarros de lana y los visten con ello; desde ese momento, los suplentes se convierten en autoridades por 24 horas y los otros en simples civiles que subirán al panteón, beberán *pox* y comerán en la compañía etérea de las almas, relegados totalmente de las funciones que los ocupan los otros 364 días del año.

En la ladera están las humildes sepulturas tsotsiles, pequeños montículos de tierra que se distinguen por las capas de juncia *agujas de pino* que las adornan y refrescan con su aroma. Sobre ellas hay ramitos de *potzó nichím* atravesados por velas negras de cera de colmena, botellas con refresco y aguardiente, cajetillas de cigarros y cacahuates. Abundan también las jícaras de atol agrio y las verduras. Un par de grupos con arpas, guitarras y violines ejecutan melancólicas melodías tsotsiles que impregnan todavía más de tristeza las lágrimas y las oraciones de los que rezan hincados y con las manos en actitud de implorar, de los que inclinados tocan el suelo con la frente y de las mujeres que cubren su rostro con el mochibál.

### *Huixtán*

El nombre significa en náhuatl “Lugar en donde abundan las espinas”, data de la época prehispánica. Dentro de su gastronomía podemos encontrar deliciosos tamales de frijol, memelas, atol agrio, tortillas de nixtamal, dulces de calabaza, agua de chicha y pozol. Además de diversas frutas y verduras tanto cultivadas en la zona como provenientes de municipios cercanos. Actualmente también existen algunas panaderías tradicionales que aunque es una costumbre muy europea ya se ha adoptado como suya. En las festividades aún se conservan algunas de las tradiciones como las de comer tamales con atol o café, además de que el consumo de carne en las festividades, excepto en la Semana Santa, se incrementa.

### *San Andrés Larráinzar*

Antes de la llegada de los conquistadores españoles San Andrés Larráinzar, formaba parte de la nación tsotsil. Con la llegada de los frailes dominicos a la tierra alta de Chiapas se le agregó el nombre de San Andrés. A final del siglo XVI, se había convertido ya en cabecera por derecho propio. La población de Larráinzar participó activamente en 1869 en la rebelión encabezada por el líder chamula Pedro Díaz Cuscat.

A pesar de que la inmensa mayoría de sus habitantes son indígenas

(98%, aproximadamente), existe, no obstante, un pequeño grupo de mestizos que habita en la cabecera municipal.

El nombre del municipio para los zapatistas es el de *Sakamch'en* de los Pobres. Éste es, de hecho, un nombre antiguo del municipio. Los nahuas del centro de México llamaban a esta región: *Iztacoxtoc* que quiere decir “caverna blanca”, igual que en tsotsil, “cueva blanca”.

Este municipio tuvo un papel destacado durante la guerra de 1994 en que ocurrió el levantamiento zapatista, en la cabecera se firmaron los *Acuerdos de San Andrés*, es decir, el convenio establecido entre el gobierno mexicano y el Ejército Zapatista de Liberación Nacional (EZLN), para dar fin a la guerra. Estos acuerdos fueron desconocidos por el gobierno federal a pesar de haber sido firmados, pero son no obstante válidos para el movimiento.

En el municipio se acostumbra comer caldo de res con pollo y papas, dulces de chilacayote, las bebidas típicas son el *pox* y la chicha. Entre las festividades más importantes se encuentra el carnaval donde se hacen rituales que son una mezcla entre ritos indígenas que conservan de su descendencia originaria y ritos adquiridos después de la conquista para estas festividades. Se cocinan tamales y caldos, cabe mencionar que para esta fecha el alimento relacionado con la festividad, no es de fácil acceso para los mestizos.

### *Mitontic*

Fue fundado por un grupo de tsotsiles antes de la llegada de los españoles. Posteriormente, a mediados del siglo XVI, los frailes dominicos establecidos en la tierra alta de Chiapas, le antepusieron al nombre original, el de San Miguel Arcángel (santo patrono), conociéndose desde entonces como San Miguel Mitontic.

Dentro de los platillos típicos del municipio se tienen la tortilla, frijoles, verduras, huevos, dulces de calabaza, agua de chicha y pozol. Al igual que en otras festividades de la Región Altos de Chiapas, se puede vislumbrar la mezcla entre ritos católicos e indígenas que han perdurado a pesar de los años, podemos encontrar ofrendas de alimentos que

es una costumbre indígena, así como los tradicionales rezos de los creyentes católicos en su lengua materna.

### *Oxchuc*

Fue un importante centro político ceremonial; a mediados del siglo XVI, los misioneros españoles, encargados de la evangelización de la zona, dieron al pueblo las bases de un gobierno colonial.

En este municipio encontramos tamales, atoles, *pox*, verduras y frutas de la región. Algo importante es que podemos encontrar una abundante producción de carne de res, la cual es consumida por la población y es vendida hasta altas horas de la noche en las carnicerías que se encuentran a la orilla de la carretera que va de San Cristóbal de Las Casas hacia Ocosingo.

Una costumbre singular, que ha perdurado a lo largo de los años, es la elaboración del caldo de rata de monte. Manuel Sántiz Gómez, quien lo ha preparado desde temprana edad, lo aprendió de su padre y éste de su abuelo y así sucesivamente; al ser una tradición de hombres, él les está transmitiendo ese conocimiento a sus hijos, porque sabe que es una tradición que no se debe perder, ya que los define como originarios de Oxchuc.

Desde antes de la época de la Colonia se sabe del consumo de la rata de campo, en la actualidad una parte de la población lo hace por la pobreza que existe. Su alto contenido nutricional y la creencia de que tiene propiedades afrodisíacas provocan un exceso en su cacería, que en breve podría colocarla en el estatus de *peligro de extinción*.

Quiénes la consumen aseguran que para nada es asquerosa, pues es un animal limpio porque come sólo semillas y su sabor es parecido al pollo, por eso la preparan principalmente en caldo, con una variedad de verduras cocidas y recaudo frito; eso sí, acompañado de una salsa picosita, que lo convierte en un exquisito platillo.

Si bien es cierto que el consumo de la rata de campo se da por una larga tradición, también es cierto que la gente del área rural la caza por dos razones básicas: el hambre y la comercialización.



Fuente: Tlayuhua Rodríguez (2010)

Aunque Manuel indica que siente preocupación porque ya no lo puede preparar debido a que las ratas de campo han escaseado, además el gobierno lo prohíbe. Otro factor que interviene es que el ecosistema en donde habitan estos animales ya no es tan grande, la gente busca la madera y destruye sus hogares.

### *Pantelhó*

Es un municipio enclavado en la sierra del estado, los habitantes participaron activamente en la sublevación indígena de 1712. El 13 de febrero de 1934, siendo gobernador del estado Victórico R. Grajales, se le modificó el nombre de Santa Catarina de Pantelhó; y finalmente quedó como Pantelhó.

En este municipio podemos encontrar productos cultivados, la mayoría del alimento que se consume es de su propia localidad. Gallinas y pollos criados en traspatio, calabaza, chilacayote, tomate, café, maíz y una variedad endémica de cacahuate. De los platillos encontramos diversas

variedades de tamales como el tamal de frijol y de pollo con verduras. María Jiménez habitante de Los Chorros, población perteneciente a este municipio nos dice que la alimentación en su comunidad es muy distinta a la de “la ciudad” como le llama a la cabecera municipal:

*En mi localidad aun no podemos encontrar muchas cosas, refiriéndose a productos de industriales, como los refrescos, las sopas de pasta, las papas de bolsa, y aunque se denota una cierta tristeza al decirlo, también reconoce que esto es bueno porque sus niños no se enferman tanto, desde pequeños solo toman leche materna hasta el año y después les damos huevo, verduras y cuando es fiesta o viene alguna autoridad, se hace caldo. Nosotros viajamos a “la ciudad” cuando es fiesta y algunos domingos llegamos a vender lo que tenemos, pero siempre comemos frijol, tortillas, calabaza, verduras.*



Fuente: Cruz (2014).

### *San Juan Cancuc*

Luego de un período de 10 años en que los habitantes de la entonces agencia municipal de Cancuc, perteneciente a Ocosingo, desarrollaran un trabajo constante para ganarse el derecho de ser considerados integrantes de un nuevo Municipio Libre, el 30 de agosto de 1989 fue publicado en el *Periódico Oficial del Estado*, el decreto No. 89 expedido por el gobernador Patrocinio González Garrido, mediante el cual se eleva a la categoría de municipio.

Su alimentación es muy natural, consumen lo que producen: maíz, frijol, chile, verduras cultivadas por ellos mismos, pollos y gallinas. Aún hay consumo de animales silvestres como la iguana, el armadillo y el tlacuache; aunque estos son consumidos en ocasiones muy especiales. Dentro de los platillos encontramos el consumo de peces y caracoles de río, tamales, tortillas, frijoles de la olla y caldos tanto de res como de pollo y gallina. Entre las bebidas que podemos encontrar comúnmente están el café, producido para venta y autoconsumo, el atol, también el *pox* que es muy común, sobre todo en las fiestas.

### *Santiago El Pinar*

El 16 de febrero los representantes de los gobiernos estatal y federal y del Ejército Zapatista de Liberación Nacional (EZLN) firman los *Acuerdos de San Andrés* sobre “derechos y cultura indígena”, en consecuencia, el titular del poder ejecutivo del estado envía al congreso la iniciativa de ley para la creación de 33 nuevos municipios en Chiapas (*Enciclopedia de los municipios y delegaciones de México*).

Comparte ingredientes y platillos que caracterizan a San Andrés Larráinzar debido a que fue de los municipios de reciente creación y compartían tradiciones y costumbres. Consumen maíz, frijol, quelites, calabazas, jitomates, diversos tipos de chile, caldo de res y de pollo o gallina de rancho. Encontramos atol, tamales, bebidas como el pozol y *pox*.

### *Tenejapa*

A partir de la segunda mitad del siglo XVI, los frailes dominicos establecidos en la región se esforzaron por implantar en Tenejapa las bases de la organización colonial. El 30 de abril de 1975, el gobernador del estado, Manuel Velasco Suárez, promulga el decreto que le agregó el nombre de Vicente Guerrero al municipio de Tenejapa,

Sus costumbres son similares a las del resto de la región. Su alimentación está basada en el maíz y verduras que cultivan ellos mismos, así como en el frijol y aves de traspatio. En algunas localidades cercanas a

los ríos, se acostumbra comer algunos peces. Podemos encontrar también el consumo de bebidas como el café, *pox*, atol y pozol.

### *Teopisca*

Fue fundada en los picachos de *Mis-pia* y *Chenecultie*; más tarde, sus habitantes tuvieron que abandonar este lugar a causa de una epidemia que diezmó a la población. Esto los hizo emigrar al norte del estado a poblar una nueva área, a la que le pusieron por nombre Teopisque, pero como volvieron a padecer muchas enfermedades contagiosas, optaron nuevamente por emigrar más al norte, junto a arroyos subterráneos, hasta llegar a establecerse en lo que hoy se conoce como Teopisca.

Dentro de su alimento tradicional se encuentra: la cecina de res, carne salada, palmitos, embutidos y dulces como el caramelo de miel y turrone. Así también bebidas típicas como el ponche, atol de maíz y el pozol blanco. Es un lugar muy visitado sobre todo porque se encuentra justo a medio camino de la carretera de San Cristóbal a Comitán y pareciera que se dispuso ser un lugar donde uno puede disfrutar de una rica comida que ayuda a continuar el camino o dar un pequeño respiro disfrutando de un elote asado o hervido.

Existe un grupo de mujeres denominado Mujeres y Maíz, Reyna y Mari son parte de este colectivo que se dedica al rescate del maíz criollo por medio de la elaboración de tostadas típicas de este municipio. Ellas han logrado abrirse mercado con la preparación de tostadas con diferentes ingredientes que les ha permitido concebir la importancia de seguir produciendo maíz y los productos que de este cereal se obtienen. Este colectivo les ha permitido relacionarse con mujeres como Salomé, originaria del municipio de Aldama y expresan que les ha cambiado la vida debido a que obtienen sus propios recursos, sintiéndose útiles, contribuyendo a la economía familiar.

### *Zinacantán*

Según el antropólogo Robert Lauhling, esta región también se conocía con el nombre de Ik'al Ojov (Señor Negro), pero el nombre cambió

por el de Sots'leb (Lugar de murciélagos) porque se encontraba ahí una cueva de murciélagos que fueron deificados por naturales del lugar, decidiendo darle este nombre.

Su especialidad gastronómica es el Pollo de Rancho, así como tortillas hechas a mano con maíz que se siembra en la región, cocidas con leña que le dan un sabor único. Antonia Vázquez, quien devela el misterio gastronómico, asegura, que lo principal es que el pollo haya sido criado en el gallinero de la casa, alimentado con restos de lo que ahí se come, es decir, sin alimento artificial y libre de químicos.

Luego, dice, se prepara en caldo, acompañado de verduras de origen orgánico, sin químico alguno de por medio, cosechadas en la huerta familiar, acompañado de arroz blanco.

La cocinera agrega que hay otra manera de cocinar este pollo, una vez hervido y colado de su caldo, puede ser servido en mole, de acuerdo con la receta de su mamá, “sólo sabe mi mamá cómo hacerlo bien”. Se prepara chocolate, pan molido, ajonjolí, chile ancho, ajo, manteca de cerdo, comenta con cierta reserva sin detallar cómo cocinarlo y sin asegurar si hay algún otro ingrediente.

En este municipio también se puede encontrar otras opciones como el caldo de res, preparado también bajo los mismos principios orgánicos, además de diversos platillos tradicionales entre los que llama la atención el pollo con recado de maíz *vokol ich*. Este platillo consiste en un pollo criado en el traspatio, acompañado de tomate, cebolla, tomillo, pimienta, masa de maíz y huevos de rancho.

Se consume la pepita molida, justo alrededor del fogón cuando las tortillas están recién hechas. Las bebidas que se encuentran son el atol de masa y el de pimienta, el pozol y el *pox*, que aunque es originario de San Juan Chamula, es servido en su versión original y, también, mezclado con sabores.

Manuel Sántiz, habitante de esta comunidad, precisa que el *pox* es servido “rebajado”, pues en su versión original tiene un alto contenido de alcohol que puede incomodar a los visitantes y también lo ofrecen con sabor a jamaica, naranja y limón. También consumen café pero indica que este es proveniente de los municipios de Chenalhó y Pantelhó. El café regularmente lo toman acompañado de pan, que se elabora en la misma comunidad todavía en los tradicionales hornos de leña.

La comida chiapaneca es mucho más que platillos típicos de cada región, es el reflejo de toda una cultura basada en la tradición oral, rituales religiosos, en la magia, el arte e intercambio cultural. La originalidad de nuestra comida, con sus diversos sabores, colores, olores y texturas, presentes a diario en nuestras mesas, en los altares donde recordamos y rendimos homenaje a nuestros muertos, en las fiestas religiosas, y de unión familiar; han hecho que sea identificada en todo el país.

La cocina de la Región Altos de Chiapas es una fusión de ingredientes amerindios y españoles, dentro de los que destacan sus bebidas, dulces tradicionales y platillos como el asado chiapaneco, el mole, chiles rellenos, cocido, chanfaina, lengua en azafrán y la sopa de pan; los cocidos que aunque en la actualidad se hacen con carnes traídas por los españoles son técnicas prehispánicas y que como dicen los habitantes de los restos de los municipios “siempre lo hemos comido incluso antes de los *cashlanes*”.