



**UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y  
ARTES DE CHIAPAS**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA NUTRICIÓN Y  
ALIMENTOS**

**TESIS PROFESIONAL**

**EL MAÍZ, COMO BEBIDA  
TRADICIONAL DE SOYATITÁN**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN GASTRONOMÍA**

**PRESENTA**

**EMMANUEL CRUZ MÉNDEZ**

**DIRECTOR DE TESIS**

**MTRA. SUSANA DEL CARMEN BOLOM  
MARTÍNEZ**



**TUXTLA GUTIÉRREZ, CHIAPAS**

**OCTUBRE 2023**

# **AGRADECIMIENTOS**

## **A DIOS**

Le agradezco primeramente a Dios por darme la sabiduría, la paciencia y por permitirme culminar una de las etapas más importantes de mi vida como profesional.

## **A MÍ ASESORA DE TESIS**

También agradezco a mi asesora de tesis la, Mtra. Susana del Carmen Bolom Martínez por su acompañamiento durante el desarrollo de la tesis, por la paciencia y el esfuerzo que puso desde que nació la idea de esta investigación.

## **A MÍ HERMANO**

Jorge Luis Cruz Méndez, gracias por apoyarme de cada forma en la que te fue posible durante estos 4 años de carrera, porque me has demostrado que mis logros académicos y profesionales te hacen tan feliz como a mí, y porque pese a nuestras diferencias has estado cunado más te he necesitado hermano.

## **A MÍ ABUELO Y TIO**

Les agradezco tanto a usted abuelo Sr. Pedro Méndez Ramírez y tío Sr. Alejandro Méndez Hernández por el tiempo, su ayuda y apoyo que me brindaron durante la investigación.

# **DEDICATORIAS**

## **A MÍ MADRE**

Te dedico esta investigación a ti mamá Sra. Carmen Méndez Hernández, por tú apoyo durante toda mi formación académica no solo económicamente, sino también de forma moral, por permitirme hacer realidad unos de mis sueños más anhelados y porque pese a cada una de las adversidades que se presentaron nunca te diste por vencida y estuviste ahí para motivarme y echarme porras, gracias por ser siempre mi fuente de inspiración.

## **A MÍ ABUELA**

Te dedico esta investigación a ti Sra. Rosaria Hernández Ramírez cocinera tradicional que permitió la realización de la documentación de la información, gracias por transmitirme de forma oral y práctica cada uno de sus conocimientos, y porque se que aún que partiste al cielo estás orgullosa de mis logros, gracias por formar parte de mi vida y ser parte de esta investigación.

## **A MÍ FAMILIA**

Señores Oliver Aguilar Medina y Araceli Elizabeth González Méndez les dedicó a ustedes también, esta investigación, por el apoyo que me brindaron desde que inicie la carrera, ambas son personas con un corazón tan grande, siempre creyeron y confiaron en mí brindándome las herramientas que tenían a su alcance para poder cumplir este sueño que se hizo realidad, gracias por formar parte de mi vida en esta etapa que es tan importante para mí.



UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y ARTES DE CHIAPAS  
DIRECCION DE SERVICIOS ESCOLARES  
DEPARTAMENTO DE CERTIFICACION ESCOLAR



Autorización de Impresión

Lugar y Fecha: Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, 17 de octubre de 2023

C. Emmanuel Cruz Méndez

Pasante del Programa Educativo de: Gastronomía

Realizado el análisis y revisión correspondiente a su trabajo recepcional denominado:  
El maíz, como bebida tradicional de Soyatitán

En la modalidad de: Tesis Profesional

Nos permitimos hacer de su conocimiento que esta Comisión Revisora considera que dicho documento reúne los requisitos y méritos necesarios para que proceda a la impresión correspondiente, y de esta manera se encuentre en condiciones de proceder con el trámite que le permita sustentar su Examen Profesional.

ATENTAMENTE

Revisores

Firmas

Dra. Lurline Álvarez Rateike

Mtro. Roger Manuel Hernández García

Mtra. Susana del Carmen Bolom Martínez



COORDINACIÓN  
DE TITULACIÓN

# CONTENIDO

INTRODUCCIÓN.....	1
JUSTIFICACIÓN.....	3
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	4
OBJETIVOS.....	5
MARCO TEÓRICO .....	6
EL ESTADO DE CHIAPAS .....	6
SOYATITÁN .....	8
EL MAÍZ .....	13
ORIGEN DEL MAÍZ .....	14
PARTES DE LA PLANTA DE MAÍZ .....	16
CICLO DE PRODUCCIÓN DEL MAÍZ.....	16
CELEBRACION DIA NACIONAL DEL MAÍZ .....	18
EL PROCESO DE NIXTAMALIZACIÓN .....	18
BEBIDA TRADICIONAL.....	20
Lo	
EL POZOL .....	23
POZOL BLANCO .....	25
POZOL DE CACAO.....	26
ATOL DE MASA .....	26
TASCALATE .....	27
ATOL AGRIO.....	29
ATOLE DE GRANILLO.....	30
PINOL O PINOLE .....	32
METODOLOGÍA .....	35
DISEÑO DE INVESTIGACIÓN .....	35
POBLACIÓN.....	35
MUESTRA.....	36
MUESTREO.....	36
INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	36
ANÁLISIS DE CONTENIDO.....	38
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS .....	39

<b>CONCLUSIÓN.....</b>	<b>79</b>
<b>PROPUESTAS Y/O RECOMENDACIONES .....</b>	<b>80</b>
<b>REFERENCIAS DOCUMENTALES.....</b>	<b>81</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>90</b>

# ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. División municipal. Chiapas, (INEGI, 2020).....	6
Figura 2. Relieve. Chiapas, (INEGI, 2020).....	7
Figura 3. Clima. Chiapas, (INEGI, 2020).....	8
Figura 4. Mapa de Soyatitán Chiapas, carreteras, vista desde satélite, (Viaje top, 2023).....	9
Figura 5. Maíz de todos colores, pero no de todos, (El sol de México, 2022).....	14
Figura 6. Zea mays, (Centro Interdisciplinario de Biodiversidad y Ambiente, 2022).....	15
Figura 7. Las hojas de maíz pueden alcanzar los 120 cm de longitud, (Enciclopedia humanidades 2023).....	17
Figura 8. Universitarias retoman y promueven proceso artesanal de nixtamalización, (UNAM, 2020).....	19
Figura 9. La tía de Kaua en Yucatán junto a su mamá haciendo tortillas, (Vega, 2020).....	22
Figura 10. Pozol un amor compartido más allá de nuestras fronteras, (Aquinoticias.mx, 2019).....	25
Figura 11. Qué es el pozol y cómo se prepara, (El universal, 2020).....	26
Figura 12. Tascalate; bebida prehispánica del amor que sobrevive en Chiapas, (Directo al paladar.com.mx, 2020).....	28
Figura 13. El atol agrio es uno de los muchos legados prehispánicos que mantenemos en la actualidad, (Gourmet de México, 2023).....	29
Figura 14. Atole de granillo bebida prehispánica de Chiapas, (Suprema radio, 2020).....	31
Figura 15. Pooté o pinole, bebida refrescante para la época de calor, (El imparcial 2015).....	33
Figura 16. Bebida atol agrio en Soyatitán, (Cruz,2022).....	44
Figura 17. Pozol blanco, (Cruz, 2022).....	50
Figura 18. Pozol de cacao, (Cruz, 2022).....	52
Figura 19. Bebida atol de masa, (Cruz, 2022).....	54
Figura 20. Bebida pinol o pinole, (Cruz, 2022).....	57
Figura 21. Bebida atole de granillo, (Cruz, 2022).....	60
Figura 22. Bebida tascalate, (Cruz, 2022).....	62
Figura 23. Cocinera tradicional, Rosaria Hernández, (Cruz, 2022).....	63
Figura 24. Cocinera tradicional, Carmen Méndez, (Cruz, 2022).....	65
Figura 25. Cocinera tradicional, Ada Luz Goicochea, (Cruz, 2022).....	67
Figura 26. Mazorcas de maíz pinto, blanco y amarillo, (Cruz, 2022).....	77
Figura 27. Cocción del atol agrio, (Cruz, 2022).....	94
Figura 28. Colado de la masa para obtener el atol agrio, (Cruz, 2022).....	94
Figura 29. Puesta de cal al maíz, para nixtamalizar, (Cruz, 2022).....	94
Figura 30. Cocción del maíz, para pozol, (Cruz, 2022).....	94
Figura 31. Proceso de agriado del maíz, (Cruz, 2022).....	94
Figura 32. Batido de la masa, para atol agrio, (Cruz, 2022).....	94
Figura 33. Molienda del nixtamal, para pozol, (Cruz,2022).....	95
Figura 34. Molienda del cacao, (Cruz, 2022).....	95
Figura 35. Tueste del cacao, para pozol de cacao, (Cruz, 2022).....	95
Figura 36. Cocción del atol de masa, (Cruz, 2022).....	95
Figura 37. Elaboración del atole de granillo, (Cruz, 2022).....	95
Figura 38. Amasado para pozol de cacao, (Cruz, 2022).....	95
Figura 39. Cocción del atole de granillo, (Cruz, 2022).....	96
Figura 40. Tueste del maíz para tascalate, (Cruz,2022).....	96



Figura 41. Tapisca de maíz, (Cruz, 2022).....	96
Figura 42. Polvo de tascalate, (Cruz, 2022).....	96
Figura 43. Molienda del tascalate, (Cruz, 2022).....	96
Figura 44. Peregrinación del día de la santa cruz, (Cruz, 2023).....	97
Figura 45. Santa cruz en Soyatitán, (Cruz, 2023).....	97
Figura 46. Quema de cuetes en el ritual alimentación a la madre tierra, (Cruz,2023).....	97
Figura 47. Misa en celebración de la santa cruz, (Cruz, 2023).....	97
Figura 48. Ritual para pedir por las lluvias, (Cruz, 2023).....	97
Figura 49. Fachada templo de la virgen de asunción, en Soyatitán, (Cruz, 2023).....	98
Figura 50. Agricultores realizando la remoción de maleza, (Cruz, 2023).....	98
Figura 51. Agricultor tomando pozol, (Cruz, 2023).....	98
Figura 52. Cocinera sirviendo pozol, (Cruz, 2023).....	98

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Receta del atol agrio.....	39
Tabla 2. Receta del pozol blanco y de cacao... ..	46
Tabla 3. Receta del atol de masa.....	52
Tabla 4. Receta del pinol o pinole. ....	55
Tabla 5. Receta del atole de granillo.. ..	57
Tabla 6. Receta del tascalate.....	61

# INTRODUCCIÓN

Considerado como el icono de la cultura mexicana y como el símbolo de identidad de nuestra nación. Con un sabor y aroma fuerte, que resulta agradable y que invitan a probar en cada uno de los platillos y bebidas que se pueden elaborar con él, esas son las características que posee el maíz.

El maíz forma parte de la gastronomía mexicana desde hace cientos de años, ya que muchas de las recetas han pasado de generación en generación por medio de las abuelas, madres e hijas.

Son un sinfín de platillos que pueden elaborarse a partir de este grano, algunos de los más representativos del estado de Chiapas son el chipilín con bolita, el ningüijuti, los tamales, las tortillas, y los atoles.

Esta investigación está enfocada en documentar la elaboración de seis de las bebidas tradicionales elaboradas con maíz como son el atol agrio, pozol blanco y de cacao, atol de masa, pinol o pinole, atole de granillo y tascalate que forman parte de la cultura gastronómica tzeltal, en el poblado de Soyatitán perteneciente al municipio de Venustiano Carranza en el estado de Chiapas.

Es así como se profundiza en la expedición de este cereal en diferentes bebidas que lo hace un elemento primordial en las fiestas de esta región, manteniéndolo como una entidad de respeto y como uno de los granos que no pueden faltar en la mesa y en la dieta de los pobladores en Soyatitán.

Se aborda dicho tema de investigación, mediante la realización de entrevistas a personas nativas de la localidad, registrando sus conocimientos del tema, las experiencias propias relacionadas a las principales bebidas obtenidas y producidas en la localidad a partir del maíz; así como el manejo de sus ingredientes, métodos, técnicas, formas de consumo socio cultural y festivo.

Además se estudió el camino que lleva a cabo el maíz para finalmente poder tener una de estas bebidas en las mesas de los hogares, pues es un trabajo que comienza en el mes de junio cuando se realizan la siembra de este grano, el trabajo y los conocimientos ancestrales de los agricultores son de vital importancia para cuidar de la milpa, hasta que esta planta madura y se puede obtener una mazorca de maíz que tiene que ser transportado a los hogares, las mujeres son las encargadas

de procesar estas mazorcas primeramente separando el grano de la olote y seguidamente en las diferentes forma de cocción en las cuales las creencias, las prácticas y los utensilios transforman de una manera singular los granos de maíz, y finalmente se obtiene esa bebida caliente o fría que los familiares pueden degustar en los hogares o sitios de trabajo, estas características permitieron realizar una comparación entre las cocineras entrevistadas, colocando cada dato en tablas comparativas para poder visualizar de manera sencilla las semejanzas y diferencias entre ellas.

Finalmente se describen los diferentes tipos de razas de maíz cosechadas en el poblado que tienen un color, tamaño y sabor en particular que desprenden el gusto de las familias y de las cocineras en cada una de las bebidas.

## JUSTIFICACIÓN

Soyatitán es un pueblo fundado en el siglo XVI por los frailes dominicanos, este pueblo de cultura tzeltal posee una gran riqueza cultural poco conocida, fue durante mucho tiempo un municipio libre, pero debido a algunas anomalías de las autoridades municipales, Soyatitán pasó a pertenecer a Venustiano Carranza, esto trajo como consecuencia, la pérdida de gran parte de su identidad, pasó de ser parte del gran camino real que conectaba a la nueva España con Guatemala, a un pueblo dependiente y subestimado.

El cultivo de maíz es una de las principales actividades económicas de Soyatitán, existen aún hombres que realizan la agricultura tradicional basándose en los fenómenos naturales tales como las etapas de la luna y las cabañuelas, existen también cocineras tradicionales que realizan platillos y bebidas basados en productos de la milpa tales como el atol agrio, pozol blanco y de cacao, atol de masa, pinol o pinole y tascalate, y cada una usando sus métodos y técnicas que han sido transmitidas por sus antepasados y que aún las ponen en práctica, pero que en la actualidad se está perdiendo por la falta de interés y documentación del mismo.

Esta investigación se centra precisamente en el rescate de esta cultura alimentaria desplazada, con la finalidad de obtener el reconocimiento de la identidad que las bebidas le dan al poblado de Soyatitán, documentando toda la información que hasta hoy en día solo se sabe de forma oral.

También es importante reconocer que detrás de cada bebida existe una larga labor que cada una de las cocineras destina para su elaboración, que incluso puede ser de varios días, todo este procedimiento suele ser poco conocido entre los comensales, ya que lo que les interesa es la bebida que se le presenta y degustan en la mesa. Para esta investigación se espera darles a estas cocineras tradicionales la importancia y el reconocimiento a su trabajo, por todos esos conocimientos que practican y que plasman en una rica bebida que se elabora de manera tradicional, que resguarda ingredientes, técnicas únicas y que constituyen un valor importante para este poblado.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad el escenario de las bebidas tradicionales (atol agrio, pozol blanco y de cacao, atol de masa, pinol o pinole, atole de granillo y tascalate) han tenido un desplazó bastante relevante, debido a que las nuevas generaciones no presentan interés por consumirlas, algunas de las causas son: la introducción de bebidas industrializadas gasificadas, alcohólicas y energizantes al mercado, así como la publicidad tan extensa que éstas tienen. Por otro lado, otra de las causas es la falta de información, ya que existen personas que desconocen los beneficios nutricionales de las bebidas locales, no logran diferenciar entre una bebida tradicional y una industrializada y los cambios generacionales de la forma en que las familias se están alimentando, ha transformado la cultura y las preferencias alimentarias en los jóvenes.

Según el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología de México (Conacyt), Chiapas es la región del mundo donde más se bebe Coca-Cola, el refresco favorito de los mexicanos (sus productos representan más del 70% del consumo nacional de bebidas azucaradas embotelladas, según la organización El Poder del Consumidor (González, 2020).

En esta investigación el Dr. Arana señala que “el 3% de niños menores de seis meses, sus madres les dan Coca-Cola, cuando es un momento en que solo deben tomar leche materna” (González, 2020), lo que puede darnos una idea de la magnitud de la gravedad de este problema y de la pérdida de la cultura del cuidado de los bebés que las madres transmitían de generación en generación. Organizaciones locales como el Centro de Capacitación en Ecología y Salud para Campesinos (CCESC) que Arana dirige, apuntan como causas de este consumo desmedido a las “agresivas” prácticas comerciales de las refresqueras y a la fácil accesibilidad de sus productos en las zonas indígenas en Chiapas.

Otra dificultad observada es que las cocineras de Soyatitán, suelen no mostrar cómo se elaboran las bebidas tradicionales, ya que son celosas de compartir la forma de preparar las bebidas tradicionales. Pero dado que las bebidas tradicionales son de interés para esta investigación, se considera importante recuperar las formas en cómo se preparan, los significados y simbolismos asociados a su elaboración, así como la importancia que tiene para la cultura tzeltal, se observa que cada vez son menos las cocineras que saben elaborarlos y es por esto por lo que es importante documentarlos.

# OBJETIVOS

## GENERAL

- Analizar la elaboración e importancia cultural de las principales bebidas tradicionales hechas de maíz en la cultura gastronómica de Soyatitán.

## ESPECÍFICOS

- Documentar las técnicas, métodos y diferencias para la elaboración tradicional de las bebidas elaboradas con maíz (atol agrio, pozol blanco y de cacao, atole de masa, pinol o pinole, atole de granillo y tascalate).
- Reconocer el papel de las cocineras en el resguardo de la cultura alimentaria y los saberes en torno a la elaboración de las bebidas tradicionales.
- Identificar cuáles son las principales características que promovieron la desaparición de la etnia indígena tzeltal, cuando la cultura alimentaria está fuertemente ligada a este grupo étnico.
- Dar a conocer los tipos de maíz utilizados para la elaboración de las bebidas y su importancia en la gastronomía local.

# MARCO TEÓRICO

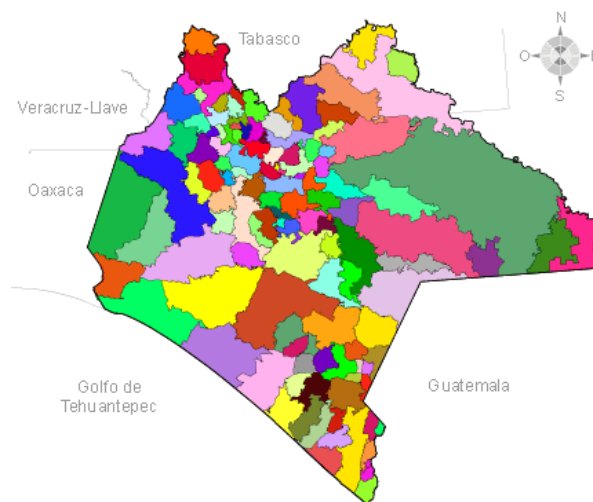
## EL ESTADO DE CHIAPAS

De acuerdo con la página oficial del instituto nacional de estadística y geografía (INEGI) Chiapas representa el 3.8 % del territorio nacional, esto coloca al estado en la posición 10 del país.

El estado colinda al norte con Tabasco; al este con la república de Guatemala; al sur con el océano pacífico y la república de Guatemala; al oeste con Oaxaca, Veracruz de Ignacio de la llave y el océano pacifico, (INEGI, 2013).

### División municipal

En 2020, Chiapas está dividido en 124 municipios.



**Figura 1. División municipal. Chiapas, (INEGI, 2020).**

### Relieve

La superficie estatal forma parte de las provincias: Llanura Costera del Golfo Sur, Sierra de Chiapas y Guatemala y Cordillera Centroamericana.

La mayor parte del estado está conformado por sierras constituidas por rocas sedimentarias (se forman en las playas, ríos y océanos o en donde se acumulen la arena o barro), ígneas intrusivas (formadas debajo de la superficie de la Tierra) y metamórficas (han sufrido cambios por la presión y las altas temperaturas).



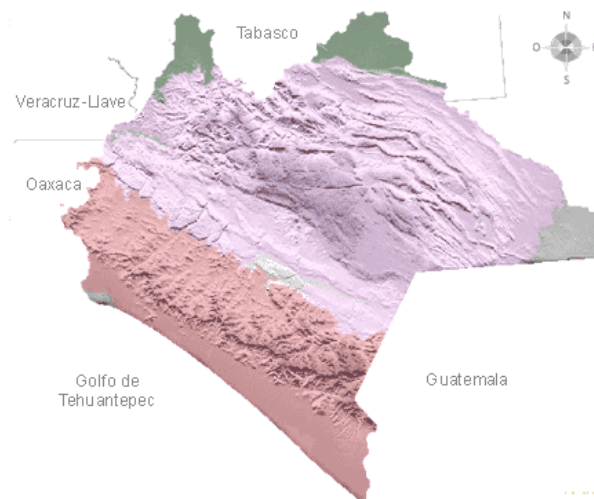
Al sureste se encuentran las mayores altitudes como el cerro Mozotal con 3050 msnm y el volcán Tacaná con 3284 metros sobre el nivel del mar (msnm) en los límites con la República de Guatemala.

En la parte central se han formado valles y cañones como el Cañón del Sumidero por donde pasa el Río Grijalva.

En el extremo norte, se encuentra un lomerío con dos llanuras que se comparten con el estado de Tabasco.

En el extremo sur, existe una llanura costera en donde se han depositado residuos de los ríos y junto con las corrientes marinas han formado cuerpos

22.82% pertenece a la sierra lacandona y 20.86%, a las sierras del sur de Chiapas; el resto corresponde a otras zonas fisiográficas, (INEGI, 2013).



**Figura 2. Relieve. Chiapas, (INEGI, 2020).**

### **Clima**

Más de la mitad de su territorio, el 54%, presenta clima cálido húmedo, el 40% clima cálido subhúmedo, el 3% Templado húmedo y el 3% restante tiene clima templado subhúmedo.

La temperatura media anual, varía dependiendo de la región, de 18°C en los Altos de Chiapas, a 28°C en la Llanura Costeña.

La temperatura promedio más alta es de 30°C y la mínima de 17.5°C.

La región norte del estado presenta lluvias todo el año, en el resto de la entidad, abundantes lluvias en verano. La precipitación total anual varía, dependiendo de la región, de 1 200 mm a 4 000 mm (Soconusco), (INEGI, 2013).



**Figura 3. Clima. Chiapas, (INEGI, 2020).**

El clima de Chiapas favorece el cultivo de café, por lo que es el primer productor nacional, también se cultiva: el maíz, sandía, café, mango, plátano, aguacate, cacao, algodón, caña de azúcar, (INEGI, 2013).

## **SOYATITÁN**

En la actualidad la localidad de Soyatitán forma parte del Municipio de Venustiano Carranza en Chiapas. Según datos obtenidos, hasta el año 2020 en el poblado habitan 3,766 habitantes de los cuales, 1829 habitantes son hombres y 1937 mujeres, ocupa la posición número tres de entre los pueblos más poblados del municipio, (pueblosAmerica.com, consultado el 7 de agosto de 2023).

El topónimo de Soyatitán proviene de la lengua nahua. Marcos E. Becerra señala en su libro nombres geográficos del estado de Chiapas que con anterioridad los habitantes y vecinos usaban el sinónimo Boltulán “lugar de palmeras”, para referirse a este poblado; Guol-tu-lan: tejido fuerte y redondo, debido a que en esta lengua no existía la palabra sombrero usaban sinónimos para describirlo, puesto que el sinónimo refiere a la fabricación de sombreros hechos con palma, (Becerra, 1930, pp.41-42).

Los orígenes de Soyatitán remontan al siglo XVI, en el área de terrazas escalonadas del altiplano central, fueron los dominicos quienes realizaron este asentamiento, los datos escritos más antiguos que se tienen de poblado se encuentran en la ciudad de Comitán a partir de un libro de bodas que remonta a los años de 1569 y 1572, desde la fundación y hasta la actualidad la virgen de la asunción ha sido la patrona del poblado, iglesia que ha sido administrada desde siempre con los fines de cristianización para la población maya tzeltal que existía.(Carranza, Chiapas commx, 2018).



**Figura 4. Mapa de Soyatitán Chiapas, carreteras, visita desde satélite, (Viaje top, 2023).**

Las terrazas de los altos comprenden el sistema de escalones a través del cual se desciende al valle del río grande (hoy Grijalva) partiendo de San Cristóbal de las Casas (antes ciudad real). La región limita al norte con Teopisca, al sur con Comitán, al sur con el río Grijalva y al oeste con Acala y Chiapilla. A cada lado del río blanco que atraviesa la región de norte a sur se distribuyen las principales localidades: al oriente se encuentra Amatenango del valle, Aguacatenango, Villa las Rosas (antes Pinola), Soyatitán, Socoltenango y Tzimol; en el occidente se ubican Chiapilla, San Lucas, Totolapa, Nicolás Ruíz (antes San Diego la Reforma) y Venustiano Carranza (antes San Bartolomé de los Llanos).

En la mayor parte de la región la tierra permite obtener buenas cosechas de maíz y frijol. En las tierras mejor irrigadas, ha sido posible el cultivo comercial de caña de azúcar.

Una importante peculiaridad de los pueblos de las terrazas es que en la actualidad el conjunto de ellos no ha conseguido mantener sus lenguas originarias “tzeltal y tzotzil”. Otro rasgo sobresaliente de la región es que, si bien hoy en día los hablantes de las lenguas mesoamericanas

no son mayoría, no puede decirse que hayan desaparecido por completo ni mucho menos que lo hayan hecho rápidamente, a diferencia de lo sucedido con otras regiones de Chiapas. Si hay algo que caracteriza a este conjunto de pueblos es que han experimentado un lento y prolongado proceso de abandono del tzeltal y tzotzil que hasta el día de hoy sigue su curso

A lo largo del siglo XIX, los pueblos de la región de las terrazas y sus vecinos cercanos fueron incorporados a diferentes unidades administrativas. En términos gruesos, algunos de ellos hicieron parte del departamento o distrito de las casas (Amatenango, Teopisca y San Lucas Nueve, la mayor parte fueron del de la libertad (Aguacatenango, Nicolás Ruíz, Soyatitán, Totolapa y Venustiano Carranza), y unos cuantos del de Comitán (Pinola, Socoltenango y Tzimol). A su vez, con los años los pueblos de Aguacatenango y Soyatitán fueron incorporados al municipio de Venustiano Carranza, del cual forman parte actualmente.

El poblado de Soyatitán que anteriormente fue el curato de nuestra señora, la virgen de Asunción se ubica a dos leguas del noreste de Socoltenango, en la punta de un cerro pequeño, su clima templado y seco a la vez beneficia el cultivo de maíz, frijol y chile pero también a cortos cañaverales que ocupaban para la fabricación de panela, (Barrera, 2019, pp. 112-113).

Durante las primeras décadas del siglo XIX Soyatitán estaba conformado por un 80% de su población originaria tzeltal y solo unos cuantos ladinos, quienes aprovecharon los bienes comunales para establecer haciendas que explotaban la caña, es entonces que desde finales del siglo XVIII los indios se encontraban en una batalla por la defensa de sus tierras, un claro ejemplo fue la hacienda La Majada que fue fundada por el fraile José de Santo Domingo para beneficio de su iglesia, esta fue desde su fundación administrada por los indios de Soyatitán, mientras que el sacerdote solo asistía una vez al año para celebrar las fiestas patronales, cuando los sacerdotes se enteraron de que a los mozos no se les pagaba algún tipo de compensación por su trabajo, decidieron cambiar la forma de administración donde tanto indios como curas administraban la hacienda, pero no fue la solución correcta pues los indios no estuvieron de acuerdo con esta forma de administración tanto que fue el teniente Joaquín Gutiérrez quien intentó remediar la situación, sin embargo, el cura Vicente Ramos de Rivera no entregó la hacienda alegando que fue era el dueño de la hacienda y que los indios sabían que le pertenecían estos terrenos, (Barrera, 2019, pp. 117-1118).

El avance de Soyatitán se estaba viendo muy lento, durante la segunda mitad del siglo XIX, Soyatitán se encontraba prácticamente igual, más del 70 % de su población seguía siendo tzeltal y no contaba siquiera con 400 habitantes. Su crecimiento se notaba más bien con el poblado de Pinola que estaba bajo su curato, este presentaba un crecimiento en sus habitantes tzeltales y también ladinos con 1.16% entre los años de 1784 y 1817 mientras que Soyatitán solo creció en un 0.33% pudiendo observar que Pinola le doblaba por mitad al crecimiento de Soyatitán.

Los poblados de Soyatitán, Pinola y Socoltenango se vieron afectados por algunas epidemias y plagas que afectaron con la escasez de alimentos durante los años de 1820 y 1830, así mismo también tuvieron que enfrentar problemáticas políticas, (Barrera, 2019, pp.120-122).

Pasando los años y por la década de 1870 el crecimiento del poblado de Soyatitán durante 100 años más era muy poco, tanto que continuaba siendo un pueblo habitado en mayor parte por los tzeltales, a decir que se había convertido en un lugar poco atractivo para habitar. Se cree que las principales razones por las que el crecimiento de Soyatitán era muy exiguo son la multiplicación de ranchos, trapiches y haciendas a sus alrededores, prueba de esto deriva que para el año de 1820 sólo tenía dos haciendas y pasado 30 años se integraron 4 haciendas y un trapiche mas, provocando que un aproximado de 200 personas habitarán entre los cañaverales. La aparición de la cólera también afectó a los curatos de Soyatitán y Socoltenango, pero en una mayor cantidad a Soyatitán ocasionando que este no creciera en población durante un siglo más, para la época porfiriana la población de Soyatitán estaba repartida entre el campo y el pueblo, además estaba perdiendo sus terrenos ejidales conforme a la llegada de los ladinos, (Barrera, 2019, pp. 124-133).

Hacia el año de 1886, el curato de Socoltenango tuvo como pueblos anexos a Soyatitán y Pinola.

Como había ocurrido anteriormente las disputas por las tierras ejidales de Soyatitán continuaron, esta vez fue José María Gordillo uno de los protagonistas quien era dueño de la finca cañera Dolores quien se opuso al reclamo de estas tierras argumentando que Soyatitán no era un pueblo sino más bien una aldea pues no supera los 400 habitantes, los argumentos que sostenía eran de vital importancia ya que apuntaban a que Soyatitán tenía grandes extensiones de terrenos.

Por el otro lado los indios tzeltales exigían se les devolvieran las tierras dentro y fuera del pueblo que les pertenecían y de las cuales los ladinos se las estaban arrebatando poco a poco, algunos

de ellos identificados como Leovigildo Robles, Filadelfo Gordillo, Donato Borraz y Rufo Coutiño que poseían los terrenos de la parte occidental del pueblo.

Es así que los pobladores originarios exigían que se les repartiera estos ejidos que sumaban un aproximado de 2000 hectáreas , colindando al norte con la finca de Dolores, Concepción y San José el horizonte; al oriente con la finca el calvo ; al sur con la finca del calvo y cruz del chorro; y al poniente con la finca San Sebastián, el Carmen y el coyol, la solución para esta problemática estaba en los títulos de los terrenos, pero estos se encontraban perdidos del archivo municipal, una serie de problemáticas como esta siguieron sucediendo no solo en Soyatitán sino también en Socoltenango y Pinola con la llegada de los ladinos. Sin embargo, Soyatitán fue uno de los pueblos que pudo seguir conservando sus terrenos y sus habitantes pedían que se les fueran repartidos de manera equitativa por los originarios o hijos del mismo pueblo.

Tal parece que después de un siglo de no presentar cambios Soyatitán por fin modificó en un 1.31% su población, superando los 600 habitantes en la primera década del siglo XX, sin embargo conforme la población estaba creciendo la lengua tzeltal se estaba perdiendo, (Barrera, 2019, pp. 302-307).

La economía de Soyatitán continuaba en un estancamiento, ya que la conexión con mercados era escasa, la forma de administración de las tierras ejidales por parte de los ladinos, así como el adueño de los terrenos, en consecuencia, las personas estaban abandonando el lugar, mientras tanto la habla del idioma tzeltal desapareció de forma definitiva, (Barrera, 2019, p. 430).

Otro de los conflictos importantes sucedió en el año de 1921, cuando grupos revolucionarios tomaron como cuartel a este poblado, de manera que el ayuntamiento municipal perdió el poder de disposición sobre sus tierras ejidales por lo que las autoridades gestionaron se les diera solución a recuperar los títulos perdidos y a la problemática económica que estaban viviendo por la revolución, sin tener respuestas positivas, por lo que después de unos meses volvieron a solicitar la restitución de los terrenos. La problemática resultó ser más grave de lo que se imaginaba por que Daniel Robles quien en ese entonces mantenía el cargo de abogado y magistrado del superior tribunal de justicia del estado se encontraba explotando desde ya hace varios años todos estos terrenos retenidos, sacando buen provecho de estas tierras de las cuales una parte las había vendido y de la otra parte cobraba arriendos a vecinos de la población para que las pudieran trabajar.

Los habitantes originarios continuaban con la lucha para recuperar sus terrenos utilizando los argumentos que tenían a su alcance, solicitaban a los pueblos vecinos que presentaran sus títulos para asegurar los límites, pues los títulos continuaban perdidos, el presidente municipal de ese entonces Atilano León argumentaba que Soyatitán estaba compuesto por grandes extensiones de terreno que eran prósperas, las ruinas que existían era prueba de lo que decía. A pesar de ello las peticiones que realizaba no se atendieron durante un tiempo prolongado, la comisión agraria por su parte negó recibir petición alguna del poblado, fue hasta el año de 1957 cuando se realizó la restitución de los bienes comunales con una extensión de terreno de 1566 hectáreas.

La apropiación de terrenos ejidales por parte de los ladinos continuó provocando que Soyatitán no mantuviera su tamaño e incluso provocó la pérdida de habitantes de entre 50 y 30%, gran cantidad de habitantes salieron entonces a diferentes lugares para habitar, trabajar y cultivar, fueron pocas las personas que decidieron quedarse en el poblado para defender las tierras que aún poseían, (Barrera, 2019, pp. 436-439).

## **EL MAÍZ**

El maíz, es un estandarte en la cultura de Mesoamérica y lo es también hoy en día para nuestro México.

Es un cereal, una planta gramínea americana, que se caracteriza por tener tallos largos y macizos (y no huecos como sus parientes más cercanos) al final de los cuales se dan espigas o mazorcas (inflorescencias femeninas), con sus semillas o granos de maíz dispuestos a lo largo de su eje.

Las técnicas de cultivo, almacenamiento y alimento son actividades que se han desarrollado por cientos de generaciones y ha creado una serie de creencias y prácticas religiosas que lo posicionan como una planta de gran valor. La versatilidad de uso de esta planta es tan grande que no permite desperdiciar parte alguna, (CONACULTA, 2005, p. 106).

El maíz es desde la época prehispánica motivo de manifestaciones culturales, poetas anónimos han hablado de esta planta comestible, debido a que resultaba un producto de gran relevancia en estas nuevas tierras para los españoles, pero además los criollos también han aportado al escribir sobre los alimentos de México, (CONACULTA, 2005, p. 95).

Un gran ejemplo de literatura que relata la existencia del Ser humano y del maíz se encuentra en el famoso libro maya Popol vuh, describe que los primeros humanos fueron realizados con masa de maíz amarillo y blanco que los dioses formaron y moldearon los brazos y las piernas siendo cuatro gentes de razón que crearon, estos seres fueron llamados, Balam Quitzé, Balam Acaba, Muhucutah e Iquí Balam, (Abreu, 2012, p.31).

Es el cereal más productivo en el mundo y además del que existen mayor cantidad de razas vinculadas a regiones en específico, es también la clave de la cocina mexicana al tener un número amplio de usos, (CONACULTA, 2005, p.108).



**Figura 5. Maíz de todos colores, pero no de todos, (El sol de México, 2022).**

## **ORIGEN DEL MAÍZ**

La palabra maíz proviene de una isla de Haití, como: mahiz y fueron los españoles quien adoptaron el nombre, desde la época prehispánica y hasta la actualidad el maíz suele ser concebido como alimento, moneda y religión incluso al mismo tiempo, no solo en el país mexicano sino también en otros países, (Sahagún, s.f., p. 2).

El maíz tiene su origen en un clima de invierno seco junto a las lluvias de verano, alrededor del año 8000 y del 600 Ac., en las regiones montañosas de Mesoamérica. Aunque se sabe con exactitud que el maíz es originario de América no se sabía de su existencia hasta la conquista. Las investigaciones realizadas para saber el origen exacto del maíz son muchas, una de ellas deduce que la primera raza de maíz y las diversas provienen de México, basándose en que México



alberga 50 razas encontradas y de éstas, países como Guatemala tiene siete razas semejantes, Colombia seis, Perú cinco y Brasil dos, (Acosta, 2009, p. 2).



**Figura 6. Zea Mays, (Centro Interdisciplinario de Biodiversidad y Ambiente, 2022).**

La conquista de América permitió la distribución del maíz no solo por todo el continente americano, sino también a Europa y otros países del mundo, también permitió se generará el comercio de este grano, se formulará como alimento importante en otras naciones y el cultivo pudiera adoptar diversos climas para su producción, (Enciclopedia Humanidades, 2018).

El maíz se traduce como una planta que pertenece a la familia de las poaceae, (*Zea Mays*) es el nombre científico, en la actualidad México posee 64 variantes, además el maíz se compone de cuatro subespecies, el *Zea Mays* que es la doméstica y tres más que son silvestres, (Almaguer *et al.*, 2020, p. 25).

A partir de la domesticación del maíz y de la propagación del grano por otros países este adoptó diferentes nombres con los que se es conocido algunos de ellos son: choclo, jojoto, corn, milho o elote, (Agencia de servicios a la comercialización y Desarrollo de mercados agropecuarios, 2018).

El maíz que se cultiva y consume hoy en día presenta una gran diferencia en comparación con el maíz primitivo, una de las características más notorias es el tamaño y la cantidad de granos de la mazorca, se trata de un proceso de evolución que abarca más de 4000 años de antigüedad, se cree que los factores que intervinieron en el proceso es la liberación parcial de la presión en la selección natural y de un alto nivel de mutación, (Acosta, 2009, p. 3).

## **PARTES DE LA PLANTA DE MAÍZ**

La planta del maíz pertenece a la familia de las poáceas o gramíneas, con un ciclo anual y tallos resistentes y erectos, que pueden alcanzar los dos metros y medio de altura.

A lo largo del tallo aparecen diversos entrenudos, de los que brotan las hojas.

Esta planta se compone de:

**Raíces.** Presenta dos tipos de raíz: las primarias y fibrosas que van bajo tierra, y las adventicias que brotan del primer nudo de la planta y son superficiales. Ambas permiten que se mantenga

**Tallo.** Compuesto a su vez por tres capas: una epidermis impermeable y transparente, una erguido el largo tallo.

Pared vegetal por la que circula la savia y una médula de tejido esponjoso y blanco en donde se almacenan los azúcares.

**Hojas.** Generalmente lanceoladas, largas y finas, alcanzando los 120 centímetros de longitud y los 9 centímetros de ancho.

**Inflorescencias.** Se trata de las “flores” de la planta, distintas según el sexo de esta:

**Masculinas.** Llamada panícula, panoja, espiga o miahuatl, consisten en un eje central y ramas laterales, en donde brotan florecillas que poseen tres estambres cada una, en donde se produce el polen necesario para fecundar a las hembras.

**Femeninas.** Llamadas mazorcas, son espigas cilíndricas dotadas de flores en hileras paralelas, provistas de ovarios en los que el polen germina, produciéndose así las semillas o granos que, al estar maduros, adquieren una textura bulbosa y coloración uniforme, siendo comestibles (Enciclopedia Humanidades, 2018).

## **CICLO DE PRODUCCIÓN DEL MAÍZ**

Al hablar de la producción de maíz suele resaltar la palabra milpa, ya que se trata del agro-sistema productivo alimentario que se basa en el conocimiento tradicional, dónde los agricultores utilizan semillas de maíz endémicos de cada población que son resguardadas incluso por cientos de años para el cultivo, pero también de otros productos agrícolas como el frijol y la calabaza, por lo que

suele ser la tríada más famosa en la agricultura y formuló la alimentación base de Mesoamérica, (Almaguer *et al.*, 2020, p. 21).



**Figura 7. Las hojas del maíz pueden alcanzar los 120 cm de longitud, (Enciclopedia humanidades, 2023).**

Durante la época prehispánica la cosecha de maíz era más productiva que en la actualidad ya que podían obtener hasta tres cosechas en un solo año, hoy en día una sola cosecha abarca un período de entre cuatro y seis meses, aunque si bien es cierto la abundancia de un cultivo lo determinan la fertilidad del suelo y la cantidad de lluvia en el año, (Sahagún, s.f., p.4).

La producción de maíz en el país se divide en dos temporadas, la primera temporada comprende las estaciones de primavera y verano iniciando en el mes de abril y finaliza en septiembre obteniéndose las cosechas entre los meses de junio y marzo, la segunda temporada comprende las estaciones de otoño e invierno, cabe aclarar que las condiciones climáticas que se presenten por cada temporada determinarán el desarrollo de la planta y del fruto que se obtendrá, (Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural, 2019).

El cultivo de maíz requiere de una serie de pasos para la obtención del fruto, el primer paso consiste en la selección de la semilla para observar que este tenga buen tamaño, que este limpio y macizo. Posteriormente se lleva a cabo la preparación y limpieza del terreno, pasando a la siembra, el cuidado del cultivo para remover maleza y posibles plagas, cuando la mazorca está seca se realiza la tapisca y se transporta para almacenarlas y finalmente se realiza el desgrane, (Sahagún, s.f., p. 6).

## **CELEBRACION DIA NACIONAL DEL MAÍZ**

A partir del año 2009, cada 29 de septiembre se celebra el Día Nacional del Maíz, esta acción surgió gracias al movimiento social Campaña Nacional Sin Maíz No Hay País, con la finalidad exigir la gran diversidad de maíces nativos, la agrobiodiversidad y la riqueza natural y cultural que posee México, a partir de esta iniciativa se ha sumado con el paso del tiempo organizaciones, instituciones educativas y cultural, así como comunidades, asociaciones agrícolas entre otros.

La fecha en la que se celebra fue escogida porque es en la que se lleva a cabo la cosecha de los primeros productos de la milpa, pero también por qué se celebra el día de san Miguel arcángel, el santo protector de la milpa, (SEMARNAT, *et al.*, 2021, p. 13).

Para conmemorar esta fecha en todo el país se realizan diferentes celebraciones, la que más destaca entre ellas es la feria del elote, la más popular se realiza en la CDMX, en estas festividades se llevan a cabo muestras gastronómicas de los productos derivados del maíz como alimentos y bebidas, (Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera, 2021).

Esta celebración puede considerarse como un reconocimiento a los agricultores que todos los días parten a los campos para mantener vivo el recuerdo de lo que fuimos, de lo que somos y de nuestros orígenes a través de cada cultivo de maíz, pero también de las enseñanzas a las nuevas generaciones, que prometen el resguardo de nuestra cultura, (SEMARNAT, *et al.*, 2021, p. 10).

## **EL PROCESO DE NIXTAMALIZACIÓN**

Al proceso de hervir los granos de maíz con cal, molerlos y convertir en masa, se denomina nixtamalización, los descubrimientos realizados permiten saber que esta es una práctica prehispánica, que además es uno de los descubrimientos más importantes en el país pues permite desprender el hollejo o pericarpio, entonces el grano se convierte en uno de los mejores alimentos al aumentar la cantidad de nutrientes y permite que la digestión sea más fácil.

Tal parece que esta práctica es desde siempre un trabajo femenino, pero además en algunos grupos étnicos realizan la cal con las conchas de los ostiones como originalmente se realizaba en la antigüedad, (Sahagún, s.f, p. 7).

Se trata de una de las contribuciones a la humanidad más importantes, al ser el maíz alimento fundamental se necesitaba almacenarlo, pero este se veía fuertemente atacado por las plagas

como el gorgojo de modo que implementaron el uso de ceniza para su conservación, existen muchas teorías que tratan de explicar la forma en cómo se obtuvo la nixtamalización una de ellas describe como el uso de la ceniza fue el antecesor de la cal al descubrir que la ceniza con el agua producía una lejía que destruía el pericarpio del grano y posterior se dieron cuenta que el agua con cal mejoraba las características del grano.

Otra teoría apunta que los antiguos pobladores usaban la cal para conservación del grano ante las plagas que le perjudicaban y fue quizá de una manera accidental al cocer el maíz con agua y sin lavar que se percataron el hollejo se desprendía fácilmente del grano (Lagunes *et al*, 2021, pp.714-715).



**Figura 8. Universitarias retoman y promueven proceso artesanal de nixtamalización, (UNAM, 2020).**

Aunque la nixtamalización parece ser una actividad muy sencilla de realizar, se trata de un proceso bastante complejo resultado de la experimentación desde cientos de años con errores y aciertos que lograron perfeccionar la forma de nixtamalizar. Es muy probable que al principio los pobladores buscaron diferentes formas de poder consumir el grano seco de maíz, después de el descubrimiento de la cocción de los granos de maíz la alimentación de los pobladores se vio mejorada pues favoreció a la producción de calcio, aminoácidos y niacina que es una vitamina B3, (Lagunes *et al*, 2021, pp. 715).

Además, durante la cocción el maíz aumenta su concentración de calcio en un 20%, 15% de fósforo, y 37% de hierro.

Los datos más antiguos que sirven como evidencia del proceso de nixtamalización datan de los años 1000 y 800 años antes de Cristo (época preclásica media), al sur de Guatemala en una locación llamada Salina blanca, se tratan de cientos de tepalcates y tomatates con restos de cal en las paredes interiores que usaban como recipientes para remojar el maíz en agua con cal, (Long, 2012, pp. 1-2).

En la actualidad el proceso de nixtamalización se ha mejorado y para su realización se necesitan dos partes de cal por una parte de maíz, para posteriormente llevarlo a una cocción de entre 50 y 90 minutos, una vez que está cocido se deja en remojo con el agua de cocción aproximadamente por 14 o 18 horas aproximadamente y pasado ese tiempo se lava y se muele en metate o molino, (Lagunes *et al*, 2021, p. 715).

## **BEBIDA TRADICIONAL**

Como bien sabemos el grano de maíz tiene una versatilidad para ser transformado y comercializado una vez cosechado; lo podemos encontrar como grano, alimento, snack o bebida.

Las bebidas tradicionales son todas aquellas elaboraciones líquidas, resultado de la necesidad humana por poder consumir algún tipo de líquido, pero también es producto de la gastronomía pues es complementada con diversos ingredientes que mejoran su sabor, es por esto que en la mayoría de las ocasiones representan también la identidad de un pueblo o región en específico, es tal su importancia que su uso también involucra fiestas y rituales, (Maldonado, 2017).

La llegada de los españoles a América abrió un nuevo canal cultural que permitió la creación de nuevas preparaciones, pues los ingredientes locales se mezclaron con los que ellos trajeron al nuevo mundo y se adaptaron al entorno social, (Maldonado, 2017).

México cuenta con una serie de bebidas que forman parte de su amplia gastronomía, algunas de ellas son tradicionales prehispánicas y otras adaptaciones traídas del viejo continente; son seis las bebidas mexicanas que cuentan con una denominación de origen y son: tequila, mezcal, bacanora, charanga, sotol y raicilla, (Wikipedia, s.f.).

Esta es una de las clasificaciones que es más adecuada para hacer referencia a las bebidas tradicionales mexicanas en el país, se presenta de manera general.

- Bebidas cotidianas.

1. Aguas frescas.
  2. Atoles.
  3. Cafés.
  4. Cerveza.
  5. Pulque.
  6. Mezcales y otros destilados.
  7. Tepache.
  8. Vino.
- Bebidas festivas.
    1. Cócteles.
    2. Bebidas de cacao.
    3. Ponche.
  - Bebidas regionales (Wikipedia, s.f.).

## **COCINERAS TRADICIONALES**

Las cocineras tradicionales son todas aquellas mujeres que mantienen la responsabilidad por el resguardo de la gastronomía ancestral, en la mayoría de los casos se tiene creada una imagen de ellas como mujeres que en su día a día permanecen en los fogones de sus cocinas portando el traje típico de su región, pero su labor va más allá pues el papel que ejercen ha permitido reforzar nuestra identidad desde hace cientos de años, (Vega, 2020).

Un gran ejemplo de cocinera tradicional es Celia Florián presidenta de la Asociación de Cocineras Tradicionales de Oaxaca que en conjunto con Adriana Aguilar Escobar ex directora de turismo municipal y Culinaria Mexicana crearon el libro titulado Oaxaca y sus cocineras: Tesoro gastronómico de México. Una gran colaboración que relata la vida de 77 mujeres, grandes ejemplos de fortaleza y superación, cocineras tradicionales que plasmaron también sus recetas.

Tal parece que con el paso del tiempo los hombres se han sumado a la lista de cocineros tradicionales, pero a pesar de ello, son las mujeres las que dominan esta actividad en un 90% (Vega, 2020).



**Figura 9. La tía de Kaua en Yucatán junto a su mamá haciendo tortillas, (Vega, 2020).**

En todo el país existen cocineras tradicionales que han aportado sus conocimientos para preservar a nivel local, nacional e internacional las tradiciones culinarias, prueba de ello es que en el año 2010 la cocina mexicana fue reconocida como Patrimonio cultural inmaterial de la humanidad, (Vega, 2020).

Es una actividad de la cual no se necesita un grado de estudios para poder ejercerlo, es más bien una serie de conocimientos que se transmiten de generación en generación, además de experiencias que se adquieren con el paso del tiempo, desde los tiempos ancestrales son las mujeres las encargadas de la cocina, pero también se encargaban de cuidar la milpa, transformar el maíz, alimentar a su familia, prácticas que aún conservan.

Es por eso que en México se les atribuye a las cocineras tradicionales el término de multidisciplinarias porque no solo tienen los conocimientos ancestrales en la cocina sino también conocen la tierra y los productos que se obtienen de ella; el trabajo que cada una realiza crea una historia diferente, una lucha y un motivo por el cual aman su trabajo por encima de cualquier otro y suma un valor a la cultura mexicana por medio del trabajo que sus manos realizan todos los días y de su sazón, (García, 2020).



Aunque las nuevas tendencias de la gastronomía han tomado gran relevancia, las cocineras tradicionales representan el pilar de la cocina mexicana, por guardar en sus memorias grandes secretos y conocimientos que transforman con sus manos y los recursos que obtienen de la tierra.

Su oficio es formular una figura en nuestra cultura que puede ser usada como clara prueba de la evolución y mezcla del mestizaje al conservar recetas que han heredado de familiares como sus madres, tías, o abuelas y muchas veces han perfeccionado.

## **EL POZOL**

La palabra pozol tiene su origen en la lengua náhuatl como poconi: hervir y atl: agua se dice que este término es atribuido a la espuma que genera el cacao al momento de batir; en la etnia yocot'an es buk'a, o mejor conocida como los chontales de tabasco, y en la etnia maya de Yucatán k'eyem.

Todos estos términos aluden a él mismo significado, una bebida que está hecha de maíz después de haber pasado por el proceso de nixtamalización y molienda, que finalmente es disuelto en agua.

En la actualidad se sabe que las evidencias más antiguas del consumo del pozol en el estado de tabasco, se encontraron en el sitio arqueológico de la venta donde se hallaron inscripciones en vasos mayas que son catalogados como tazas de cacao y maíz, lo que indica que usaban esta bebida en los rituales mayas, por otro lado textos mejor detallados sobre la bebida son algunas crónicas realizadas después de la conquista, en estas se relatan la forma de elaboración y de consumo por la población tabasqueña, donde las mujeres indígenas conocían el maíz en agua con cal para poder retirar el hollejo, proceso que en la actualidad se conoce como nixtamalización, lavaban y molían en metates para después amasar haciendo bolas que envolvían en hojas, las entregaban a los trabajadores del campo, a los viajeros y a los caminantes. Estos se encargaban de batir las bolas de pozol en sus jícaras, saciando así la sed y el hambre, además de que la forma de transportarlo era bastante práctica, aunque esta masa muchas veces se fermentaba y le otorgaba un sabor agrio, esta era consumida sin ningún peligro y satisfacía de igual manera.

Para la población maya de Yucatán el pozol representaba también gran valor, es así que colocaban en la boca de sus difuntos una cantidad de este, con la creencia de que le serviría como

bebida refrescante y comida al mismo tiempo para el viaje que realizaban a la otra vida, (Gallegos, *et al.*, 2003, pp.1-4).

Se dice que durante el siglo XX se realizaban festividades llamadas chorotadas dónde la población indígena preparaba grandes cantidades de pozol. En la actualidad la comunidad yokot'anaún realizan ofrendas significativas a los dueños del monte, en el lugar donde realizan sus cultivos, destaca también la celebración a los fieles difuntos donde también se le colocan ofrendas en los altares.

Los utensilios que se utilizaban anteriormente han presentado un desplazó con el pasar de los años, son pocas las comunidades donde aún se conserva el uso del apaste (recipiente grande de barro que se utilizaban para diluir la masa), son las tinas de metal que han suplantando su uso, los medios de consumo por su parte también han cambiado en gran medida con vasos de vidrio, peltre o bolsas con popote, dejando aún lado las jícaras y cocos.

Es la población masculina la que mantiene en preferencia el consumo de pozol agrio, debido a las cualidades de vigor que le atribuyen, así también se cree que el moho de la bebida fermentada puede ser de uso medicinal ó para prevenir infecciones, (Gallegos, *et al.*, 2003, pp. 6-7).

El pozol y el chorote son bebidas que no pasan de moda y son bastante apreciadas por la comunidad tabasqueña, en la actualidad la forma de llamarle a estas dos bebidas ha cambiado reconocen a las dos como pozol y solamente diferenciando una de otra por la falta de cacao llamando entonces pozol blanco y pozol de cacao.

A la falta de cacao se puede sustituir con pixte (semilla de zapote tostado, molido y revuelto con el maíz cocido) o pataste y la forma más tradicional para consumir es con el uso de la jícara, (Beauregard, 2012, pp. 42-43).

La popularidad del pozol depende de algunas características, la más importante es del asiento que ocurre después de unos minutos de estar en reposo, a este residuo se le llama “shish o shishito” palabra que proviene del vocabulario maya y se traduce al castellano como resto o residuo de algún solvente diluido en agua en el estado de Tabasco y “musú o motzú” en el estado de Chiapas, de esta característica se desprende otro factor importante para el consumo de la bebida y es el famoso movimiento elíptico que se realiza al momento de consumir también

llamado meneadito, la finalidad es que retome la consistencia espesa y que la masa no quede asentada en el fondo, (Aquino, 2019).

Es principalmente por estas características que se dice en el estado de Tabasco que el pozol es una bebida comestible, ya que se puede tomar pero también masticar el asiento o “shish” permitiendo así saciar la sed y el hambre al mismo tiempo, (Aquino, 2019).

En el estado de Tabasco se puede encontrar prácticamente en todas las comunidades urbanas y rurales, en el estado de Chiapas también es fácil de conseguir en las comunidades y en ciudades como la capital Tuxtla Gutiérrez, San Cristóbal, Chiapa de Corzo entre otras, pues las pozolerías son bastante populares en puestos ambulantes o en los mercados públicos, (Aquino, 2019).

La elaboración del pozol es desde siempre para el autoconsumo, pues es la misma familia que lo elabora quien la consume, pero también con fines comerciales porque realizan también su venta en los mercados, tampoco ha cambiado la figura de quién lo realiza porque es en una mayoría un trabajo que realizan las mujeres después de haber aprendido las técnicas de elaboración de sus antepasados y saben la formulación indicada para darle un toque singular a la bebida, (Fernán, 2006, p. 14).



**Figura 10. Pozol un amor compartido más allá de nuestras fronteras, (Aquinoticias. Mx, 2019).**

## **POZOL BLANCO**

Es quizá el tipo de pozol más común y el más fácil de elaborar en comparación con las otras variantes, para su elaboración el maíz es cocido en agua con cal y una vez que el grano está

cocido se retira del fuego para pelarlos y se regresa al fuego hasta que los granos revienten; se muelen y revuelven con agua fría y se toma preferentemente en jícaras, (Más de MX, 2016).

## **POZOL DE CACAO**

El pozol de cacao se trata de una mezcla entre maíz y cacao que surgió en la antigüedad, para su elaboración se deben tostar los granos de cacao a fuego lento provocando que la cáscara del cacao pueda ser retirada fácilmente, es necesario también cocer el maíz en agua con cal aproximadamente por una hora, después de la cocción se lava y se muelen junto a los granos limpios de cacao y se amasa con una pequeña cantidad de agua, con la masa obtenida se bate a mano procurando que la bebida quede espesa y finalmente se le agrega hielos o agua fría para disfrutar mejor, (Representación agricultura Tabasco, 2018).



**Figura 11. Que es el pozol y como se prepara, (El universal, 2020).**

El pozol es una bebida rica en carbohidratos que generan gran cantidad de energía en las personas que lo consumen, resulta de gran utilidad pues se sabe que desde la antigüedad su uso está asociado a los trabajadores y las largas jornadas de trabajo bajo el sol en los campos agrícolas, es también rico en proteínas, fibra y calcio.

Al dejar fermentar la bebida adquiere gran cantidad de microorganismos como los lactobacilos que son beneficiosos para la salud al mantener en equilibrio la flora intestinal, (Jiménez, 2021).

## **ATOL DE MASA**

El atole nos remota a nuestra infancia como parte del desayuno, como acompañante de los tamales de fiesta, como alivio para el cuerpo en las noches frías de invierno. En fin, pretextos

para consumir no hace falta, porque además de riquísimo, es muy nutritivo. Sin embargo, hay cosas de esta bebida que le dan un significado peculiar.

El atole, es una bebida de origen prehispánico consumida en México, Guatemala y otros países de Centro América. Originalmente se trata de una cocción azucarada de maíz en agua, en porciones tales que al final tuviera una moderada viscosidad y cierto espesor, posteriormente se le fueron agregando ciertas especies aromáticas, como el cacao, vainilla, canela, anís, flor de azahar, hojas de naranjo y otros saborizantes, como chocolate, jugo o pulpa de frutas, para mejorar su sabor y darle variedad.

En la forma tradicional de elaborar la bebida se necesitaba de piloncillo, azúcar o miel para endulzar, por supuesto la forma de realizarlo y del sabor depende de la región, así como los usos que se le da, puede servir como alimento para la mujer que recién acaba dar a luz, en los bautizos, bodas y velorios, (Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas, 2016).

## **TASCALATE**

Otra de las bebidas tradicionales es el tascalate, su consumo comienza en la época prehispánica, la llegada de los españoles no detuvo el consumo, sino más bien permitió hacer mejoras en la receta original además de realizarse con maíz tostado, chile y chocolate se le adicione azúcar, piñones y canela, los datos escritos más antiguos que relatan los vestigios de la bebida son del año 1566 por el obispo Diego de Landa relata como el tascalate es una bebida de popular consumo en el estado de Chiapas, además de atribuirle a la bebida propiedades de carácter religioso y favorecedoras en el amor, (Velasco, 2021).

El origen del nombre es náhuatl como tlixcalatl, de tlixcalli, y se traduce como agua de tortilla, (Ayala, 2022, p. 21).

El valor asociado a esta bebida en su consumo ha sido desde la antigüedad de vital importancia se relata que en el antiguo Palenque era de gran relevancia pues para poderla ingerir primero se necesitaba hacer una reverencia al rey Pakal gobernante maya, esta acción se trataba de una forma de agradecimiento por la oportunidad de visitar estas tierras, por lo que se debía consumir de inmediato bebiendo por completo, de modo que si no se realizaba esta acción el rey lo podía interpretar como un desaire, (Zavala, 2023).

A la preparación se le puede describir como un polvo de color rojizo intenso, bastante visible a simple vista, se trata del resultado de una molienda de ingredientes como el maíz, canela, achiote, chocolate entre otros, tostados previamente en el comal. Es una bebida que tiene gran versatilidad pues se puede consumir de dos formas la primera y más popular es en frío como un agua con hielos que resulta ser refrescante, y la segunda es de forma caliente como un atole o café que se consume en las mañanas o noches.

La selección de ingredientes con la que se elabora, así como la característica del tostado de los ingredientes posiciona la bebida como una de las favoritas y como una joya en la gastronomía del estado, su sabor es claro al paladar porque el sabor tostado del cacao, achiote y chile dan un toque singular, ligero, que suele ser sorprendente para los visitantes ladinos, pero muy refrescante sobre todo para la temporada de calor, (Velasco, 2021).



**Figura 12. Tascalate; bebida prehispánica del amor que sobrevive en Chiapas, (Directo al paladar.com.mx, 2020).**

Al consumo de esta bebida se le atribuyen beneficios tales como:

- Es bueno para el cerebro: Debido al contenido de cacao, esta bebida es buena para que en tu cerebro sea mejor el flujo de sangre.

- Retrasa el envejecimiento: Esto debido a que tanto el chile, como el chocolate, son ricos en antioxidantes. Esto ayuda a retardar el proceso de envejecimiento celular por el que todos transitamos.
- Es muy energético: Lo es de forma natural. Juntos los carbohidratos sin refinar tanto de los piñones, como del cacao. Sumándole que en la mayoría de las comunidades no se usa azúcar blanca (ni siquiera mascabada) para endulzarlo: lo hacen con piloncillo o panela.

A pesar de ser una bebida importante para el estado, sus orígenes indígenas la mantienen en uso exclusivo para ciertos pueblos tradicionales, está es también la razón por la que es poco conocida en otros lugares del país pues resulta ser una bebida local, su consumo resulta ser cotidiano y es tan común ver a mujeres vendiendo de casa en casa, en los mercados, pequeños y grandes restaurantes, es así que el tascalate resulta ser tan frecuente en su consumo que no importan los niveles socioeconómicos, educativos o generacionales en el estado, (Velasco, 2021).

## **ATOL AGRIO**

El atol agrio, es una bebida tradicional de origen prehispánico que tarda aproximadamente entre dos y cuatro días para completar su preparación, su consumo es relajante aún en la actualidad en el estado de Chiapas.



**Figura 13. El tol agrio es uno de los muchos legados prehispánicos que mantenemos en la actualidad, (Gourmet de México, 2023).**

Se trata de una preparación que requiere paciencia y sobre todo experiencia para su realización, cabe destacar que, aunque para elaborar la bebida los ingredientes son los mismos (maíz, calhidra, azúcar, canela y agua el sabor difiere de la locación y de las manos que lo realizan, (Ciudadanía express, 2015).

El atol agrio ha adoptado diferentes nombres esto va de acuerdo a las diferentes regiones del país, las más populares son: Xocoatole, jocoatole, Xocoatole, shucoatole, atolshuco, atolshuco pero todos haciendo referencia en el sabor agrio característico de la bebida. En el vocablo xococ o xoxotl significa agrio, (Atoleagrio, s.f).

Los horarios de consumo se realizan preferentemente por la mañana o por la noche pues se consume caliente en su mayoría, claro acompañado de las diferentes variantes de tamales que existen en el estado como los de chipilín, mole, bola, cambray, verduras, frijoles, entre otros.

Se trata además de prácticas que han pasado de generación en generación por medio de las abuelas y madres, (Ciudadanía express, 2015).

la receta que consiste en preparar el fogón; en un bote de lámina de 20 kilogramos colocan el maíz amarillo o blanco, le agregan calhidra y se cuece.

Una vez que se obtiene el nixtamal se deja reposar en agua durante la tarde y la noche; a las 04:00 horas del día siguiente el grano de maíz se pasa en el molino para obtener la masa.

Después se le agrega canela para darle el olor a miel y que no se pierda el sabor agridulce, se le agrega agua y se cuele para deshacer la masa por completo (20 minutos editora S.L, 2015).

De una ciudad a otra, de un hogar a otro, el atol agrio puede cambiar de tonalidad, entre blanco, amarillo, rojillo, debido a la porción de canela, azúcar y agua que se le agrega al gusto.

El atol es una herencia de tiempos prehispánicos que prevalece para acompañar también comida, pan y postre.

Aunque esta bebida se consume con frecuencia, la mayoría lo acostumbra cuando baja la temperatura y muestra de ello es que quien va al mercado a comprar sus insumos para el desayuno o la comida es atrapado por el olor del atol agrio, (Ciudadanía express, 2015).

## **ATOLE DE GRANILLO**

Se trata de una de las bebidas con mayor preferencia por la población del estado de Chiapas, no es común verla en los restaurantes, pero si en puestos ambulantes o en los diferentes mercados, además de los hogares, siendo consumida diariamente o en los cumpleaños, al igual que otras



bebidas, aunque los ingredientes que utilizan son los mismos el sabor varía dependiendo de la región y de la cocinera que elabora la bebida, (Diario rotativo, 2014).

Doña Teresa Cipriano, originaria del pueblo zoque de Copoya, comentó que primeramente el maíz es hervido en agua con calhidra para pelar el grano, una vez obtenido el maíz nixtamalizado es molido, la mitad de la masa queda gruesa y la otra mitad fina.

Luego se vuelve a cocer y se le agrega el resto de los ingredientes, pues en clima frío frecuentemente esta bebida es acompañante idóneo para los tamales de mole, chipilín, bola o de cambray.

Así, enfatizó, el atole de granillo se dice que es prehispánico debido a que la cultura del maíz es una herencia histórica, por ello, hoy prevalece como bebida tradicional que acompaña a la comida, pan o postre, (Diario rotativo, 2014).

La elaboración de la bebida detalló, es de forma casera, mediante recetas tradicionales que aportaron las abuelas. Se consume con frecuencia, sobre todo en invierno, cuando más se puede encontrar incluso en las calles.



**Figura 14. Atole de granillo  
bebida prehispánica de Chiapas,  
(Suprema radio, 2020).**

Para esta bebida algunas personas usan maíz negro, otras le agregan clavo de olor, canela al gusto, que le da un aroma elegante y un sabor exquisito. El color del grano permite darle una tonalidad natural.

En la fiesta de cumpleaños es común el atol, a veces lo acompañan con el dulce de calabaza, camote y yuca, así como los elotes hervidos. Se consume en la comodidad del hogar, preferentemente.

Lo acostumbran en este tipo de festejos o simplemente como bebida diaria y cada uno se encarga de ponerle su toque propio, (Diario rotativo, 2014).

## **PINOL O PINOLE**

El pooté o pinol, es una bebida refrescante que se encuentra presente en la vida cotidiana de los chiapanecos por ser una bebida originaria de este estado, el consumo es más demandado durante la época de calor, se prepara a base de maíz dorado y molido, luego se le agrega polvo de canela.

El nombre del pinol proviene de la palabra náhuatl pinolli, que significa harina de maíz, la bebida es muy energética, cuyo sabor es muy suave

Se puede hacer mezclando la harina con azúcar en porciones que dependen del gusto del comensal, incluso con harina de maíz que se usa para las tortillas, pero el sabor y olor varía, lo mejor es tostar y moler el maíz, no es un atole, para una mejor bebida tiene que ser a base de maíz, las abuelas en el pasado utilizaban el metate, piedra con la que molían el maíz dorado, pero hoy ya casi no existe, solamente en los museos.

El pinol o pinole seguramente tiene su lugar en el hogar de los chiapanecos, es un producto insustituible, es una de las muchas bebidas preferidas.

La bebida es una herencia de los mayas, hoy forma parte de la cultura zoque y es de consumo frecuente en los mercados públicos de la capital chiapaneca, se puede tomar fría o caliente.

En comunidades de Copainalá, Mezcalapa y Tecpatán, se consume caliente.

En muchas comunidades asentadas en las márgenes de la presa ‘Nezahualcóyotl’, conocida también como ‘Malpaso’, algunos habitantes la sustituyen por el café, debido a que es más fácil obtener el maíz, porque ahí se cosecha, mientras que el aromático, está a más distancia de la cabecera municipal. Para su preparación, primero se dora el maíz en comal a fuego lento, en el poblado zoque de Copoya, municipio de Tuxtla Gutiérrez, la gente prefiere hacer el cocido del grano en comal de barro colocado sobre brasa.

Una vez que los granos ya están bien cocidos, cuando ha cambiado su color y su textura, se deja enfriar, luego se lleva al molino, una vez obtenido el polvo o harina de maíz, enseguida puede hacerse la mezcla con agua, se le agrega un edulcorante y hielo al gusto, y así ha quedado la bebida refrescante, lista para su consumo, (El imparcial, 2015).

El pinol se sirve en gran parte del territorio chiapaneco, sólo es una mezcla de agua y cereal de maíz, no se trata de una bebida alcohólica, su aroma es a canela y cacao, en su sabor resalta el maíz; los campesinos la consumen como un sustituto del pozole, pues es fácil de preparación. Durante el proceso de molido se le agregan rajas de canela y granos de cacao dorados para darle un color gris oscuro al cereal, hay quienes le adicionan pimienta y clavo, especias que le permiten un rico aroma.



**Figura 15. Pooté o pinole, bebida prehispánica para la época de calor, (El imperial, 2015).**

Algunas mujeres prefieren hacer todos los preparativos el mismo día, debido a que el grano caliente tiene un mejor sabor, en comparación cuando el maíz es tostado un día anterior de preparar la bebida.

También se le puede agregar leche, preferentemente líquida y con ello, el sabor es achocolatado, esto es, se mezcla en una jarra de cristal una taza de pinol, es decir, el cereal molido, taza y media de leche, un litro de agua, una cucharada de vainilla, azúcar y hielo al gusto se agita cinco minutos hasta que se disuelva el polvo y el edulcorante, así está listo para servirse, (El imparcial, 2015).

Es importante resaltar que se carece de referencias sobre las bebidas tradicionales hechas de maíz debido a que en el poblado de Soyatitán a pesar de tener una cultura gastronómica bastante arraigada no existen investigaciones, o documentos que hablen al respecto, son tan pocos los libros que habla del poblado y los que lo hacen hablan sobre la historia de la población.

# METODOLOGÍA

## DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Esta investigación es de tipo cualitativa ya que su propósito generalmente se trata de describir e interpretar algunos fenómenos humanos, a menudo en palabras propias de los individuos seleccionados (los informantes), en vez de considerar la perspectiva del investigador (Rodríguez *et al*, 1996, p.32).

Lo que se espera es una descripción densa, una comprensión experimental y múltiples realidades. El investigador no descubre, sino que construye el conocimiento (Stake, 1999, p.85).

Se ha optado por el tipo de investigación cualitativa, de acuerdo con el tema elegido y a los objetivos establecidos, por lo cual a través de las entrevistas a profundidad y semiestructurada con la intención de comprender las perspectivas de los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones. Se espera adentrarse en la población y obtener el conocimiento de las cocineras y agricultores seleccionados. Además, la entrevista semiestructurada permite que el entrevistado emplee su propia gestión, lo que amplía el abanico de respuestas y permite la inclusión de aspectos que no habían sido considerados por el investigador (Díaz *et al*, 2013, pp. 163-164).

El análisis de los datos se basa en la técnica de la teoría fundamentada, la cual posibilita la construcción de conocimiento sobre la base de conceptos, lo cual reduce la complejidad y Polisemia de los datos verbales. “Mediante el establecimiento de relaciones entre estos conceptos es que se genera la coherencia interna del producto científico”. El método comparativo constante como se conoce también a la teoría fundamentada “busca construir modelos teóricos acerca de las interrelaciones de los diferentes aspectos del fenómeno estudiado” (Araya, 2002, p. 70).

## POBLACIÓN

La investigación se llevó a cabo con cocineras tradicionales y agricultores de la localidad de Soyatitán, municipio de Venustiano Carranza.

## **MUESTRA**

Son tres cocineras tradicionales que explican desde su perspectiva sus métodos y técnicas empleadas en la elaboración de las 6 bebidas principales elaboradas a base de maíz del poblado, así como agricultores del poblado que plantea el ciclo agrícola del maíz y las diferentes razas de maíz cosechadas y empleadas en las bebidas.

## **MUESTREO**

El muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que permite seleccionar aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos. Esto, fundamentado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador.

Y se seleccionó al poblado de Soyatitán, porque el investigador pertenece a esta localidad y existe confianza entre el investigador y las personas seleccionadas que son 3 cocineras reconocidas y agricultores todos de la misma comunidad e involucrados del tema en cuestión.

## **INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

**La entrevista a profundidad:** Es una técnica cualitativa de carácter documental. Consiste en hacerle preguntas a uno o varios individuos en relación con el tema que se investiga, con el fin de obtener información (por ejemplo, acerca de lo que piensan, sienten o han vivido, o lo que recuerdan). Dicha información luego puede ser procesada estadísticamente o mediante otros métodos.

Se utiliza cuando queremos investigar los sentimientos profundos, las motivaciones de los comportamientos de las personas, de sus vivencias.

Sus objetivos son:

- Identificar actitudes, valores y puntos de vista desde diferentes contextos.
- Comprender procesos de interacción, grupal/ social.

En la medida en que explica cómo lo elabora, irá preguntando cuáles son los simbolismos y significados asociados a la elaboración.

**Entrevista semiestructurada:** Es una conversación cara a cara entre entrevistador/entrevistado, dónde el investigador plantea una serie de preguntas, que parten de los interrogantes aparecidos en el transcurso de los análisis de datos o de las hipótesis quedé van intuyendo.

Generalmente se utiliza cuando, a partir de la observación, nos quedan lagunas, no tenemos bien claro ciertas contradicciones entre lo observado y la información recogida por otras fuentes, (Munarriz, 1992, p. 113).

Estos dos tipos de entrevista permitieron la recolección de los datos siendo la entrevista a profundidad la utilizada con las cocineras y la entrevista semiestructurada con los agricultores para esto se llevó a cabo una serie de pasos los cuales son:

- Elaboración del primer borrador de entrevista.
- Elaboración del guion de entrevista con formatería institucional intencionadas a cocineras y agricultores.
- Se acordaron las fechas y horarios de las entrevistas
- El investigador realizó la presentación y los fines de la entrevista, dando paso a las preguntas y la participación entre cocineras y agricultores.
- El diario de campo, la grabación de audio y la memoria fotográfica fueron herramientas para procesar la información.
- Una vez recabada la información, se realizó la despedida y agradecimiento por la colaboración de las personas seleccionadas.

**Diario de campo:** Se trata de un instrumento de registro de información procesal, parecido al cuaderno de notas, pero su uso es más amplio y organizado de acuerdo a la formación que se desea obtener, (Valverde, 1993, p. 309).

**Grabación de audio:** Refiere al proceso de grabación que consiste en capturar una conversación de información que resulta importante, y es almacenado en diferentes dispositivos para poder ser reproducidos posteriormente, (Pérez y Merino, 2019).

**Memoria fotográfica:** El análisis de un acervo fotográfico particular, conformado por imágenes no reclamadas, tomadas en diferentes regiones de la geografía.

## **ANÁLISIS DE CONTENIDO**

Como método de investigación analítico, la observación fue una pieza fundamental en el registro de notas de campo completas, precisas y detalladas, después de los encuentros cara a cara con los informantes, así como también durante la etapa previa al trabajo de campo. Por lo cual el recordar la mayor parte de lo visto, de lo que siente, huele e incluso se toca y piensa en el transcurso de la investigación y de recolección de datos será de vital importancia.

Para el análisis de resultados se utilizó la técnica de análisis de contenido, el análisis de contenido es una técnica de interpretación de textos, ya sean escritos, grabados, pintados, filmados, etc. Es la capacidad para albergar un contenido que leído e interpretado adecuadamente nos da conocimientos de diversos aspectos y fenómenos de la vida social.



## PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

A continuación, se presenta los resultados de la investigación comenzando con la presentación de las técnicas, métodos y diferencias encontradas para la elaboración tradicional de las bebidas del atol agrio, del pozol blanco y de cacao, atole de masa, pinole, atole de granillo y tascalate.

Además de presentar las recetas que las cocineras tradicionales de Soyatitán, la Señora Rosaria Hernández Ramírez, Carmen Méndez Hernández y Ada Luz Candelaria Goicochea Macal se muestra parte de las emociones que compartieron en torno a su vida como cocineras, explicando cómo comenzaron en el mundo de la cocina tradicional, que significado tienen para ellas y su relación con la cocina desde la niñez.

### TÉCNICAS MÉTODOS Y DIFERENCIAS DE LAS BEBIDAS TRADICIONALES

#### ATOL AGRIO

**Tabla 1. Receta del atol agrio.**

cocineras	Sra. Rosaria Hernández Ramírez	Sra. Carmen Méndez Hernández	Sra. Ada Luz Candelaria Goicochea Macal
Ingredientes: maíz, azúcar o panela, agua y canela	Acostumbra a utilizar los cuatro tipos de colores de maíz sembrados en la región blanco, amarillo rojo y negro, utiliza agua potable para su preparación.	Prefiere utilizar maíz amarillo y negro para su preparación debido al color y sabor, emplea agua potable en su elaboración.	Utiliza en su mayoría maíz amarillo para elaborar su preparación ya que su familia cosecha este tipo de maíz, solo utiliza agua purificada para su elaboración.
Cantidades que utilizan	Ocupa un litro de maíz, para el agua no hay una cantidad aproximada pues usa la necesaria, el azúcar	Utiliza 1/2 bote de maíz y el agua necesaria, utiliza panela y también azúcar al para	Requiere un bote de maíz y entre 50 y 60 litros de agua aproximadamente, azúcar al gusto y

	es al gusto, y tres rajas grandes de canela.	endulzar, si usa panela requiere aproximadamente una tapa y $\frac{1}{2}$ así como cuatro rajas de canela de tamaño medio.	un trozo grande de canela.
Procedimiento	<p>Agrega agua fría a su maíz y espera tres días para que esté bien agrio, realiza dos veces el colado de su preparación, la primera lo hace con la ayuda de su mano y la segunda con la ayuda de una manta que endosa para que funcione como una especie de colador muy fino, una vez que su preparación es colada con la manta, deja reposar toda la noche para que la mezcla asiente y posteriormente la cose, realiza la cocción en olla de peltre, el tiempo de cocción de su</p>	<p>Agrega agua caliente al maíz y coloca al sol de entre tres y cuatro días para que agrie bien, realiza dos veces el colado de su preparación, la primera lo hace con la ayuda del colador más fino posible y la segunda lo hace con una manta que endosa para que solo pueda pasar la parte más fina de la mezcla, una vez que su preparación es colada con la manta, deja reposar toda la noche para que la mezcla asiente y posteriormente la cose, una vez que la preparación está</p>	<p>Se considera que un maíz está agrio en tres días exactamente, no puede estar en el punto exacto ni antes ni después, después de moler su maíz y de dar la primera colada deja reposar su preparación por un día para al siguiente día realizar el colado en manta, espera unas horas más a que la mezcla asiente y pueda cocer, realiza dos colados para obtener la mezcla final, el primer colado lo hace por medio de un colador, y la segunda lo hace con</p>

	<p>preparación es hasta obtener el espesor deseado y posteriormente hasta que rompa el hervor.</p>	<p>colada con la manta, la deja reposar por una noche para que la mezcla asiente y la cose al otro día por la mañana, realiza la cocción en una olla de peltre, la cocción de su preparación se prolonga hasta obtener el espesor deseado.</p>	<p>la ayuda de una manta de hilera que es endosada cumpliendo la función de un colador muy fino, cose su preparación en olla de tierra, el tiempo de cocción para su preparación es de tres horas continuas a fuego lento, utiliza el carrizo delgado del árbol de gimba como removedor.</p>
<p>Creencias</p>	<p>Para que un atol tenga una buena consistencia es necesario colar con la manta endosada de lo contrario el atol quedará arenoso porque durante el colado cruzaron restos muy grandes del maíz, solo una persona debe de entrar a cocer el atol, si la persona tiene la mirada muy caliente</p>	<p>No todas las personas son capaces de agriar el maíz, el agua caliente y el sol ayudan a que el maíz se agrie más rápido, no todas las personas tienen la capacidad de cocer el atol, esto depende de si la persona es muy caliente o tiene el ojo muy caliente, el atol se corta si la persona está muy caliente.</p>	<p>Los días para que el maíz esté agrio son tres de allí no pueden pasar más o restar días, dependiendo del material del cual están hechos los utensilios el sabor del atol cambia, a ninguna cocinera le queda el mismo sabor del atol, ya que cada una sigue sus pasos, el uso de la manta es muy</p>

	<p>o hace ojo no puede cocer el atol porque se corta, es importante pedirle a Dios que el atol rinda lo suficiente.</p>		<p>importante para que la consistencia del atol sea buena, en la actualidad se cuele con morraletas de plástico, pero una buena cocinera sabe que el atol quedará con consistencia pesada.</p>
--	---	--	--

**PROCEDIMIENTO:**

1. Se comienza midiendo el tanto que se desee de maíz para la elaboración, es importante lavar muy bien debido a que la mayoría de las personas curan el maíz para su conservación usando químicos, hay que separar los granos que estén en mal estado, y en un recipiente agregar el agua suficiente hasta que los granos de maíz queden completamente tapados.

El maíz tardará de entre tres y cuatro días aproximadamente para que agrie, el tiempo varía dependiendo del gusto de la persona (que tan agrio desee su atol).

2. Una vez que ya pasaron los días necesarios y el maíz ya está agrio se le retira el agua y se lava muy bien.
3. Se lleva a la molienda dónde las cocineras acuden a los molinos eléctricos llevando consigo limpiador (que consiste en una cantidad de maíz que se separa en dos tantos, uno es molido antes de moler el maíz para atol y el otro después, con la finalidad de limpiar el molino de posibles restos de alguna otra molienda anterior).
4. Ya molido el maíz, en un recipiente hondo se le agrega agua suficiente que será mezclada con la masa obtenida, removiendo hasta que no haya ningún grumo, con un colador (mientras más pequeño los orificios del colador será más fácil), morraleta de

mallita o también con las manos se retira la alita (el grano más enteró) de la mezcla, colocándolo en otro recipiente.

5. Se requiere de una manta que será endosada, está servirá como colador y permitirá obtener el líquido más fino posible, para ello se coloca sobre la parte inferior de una cubeta amarrándola con lazos para sostenerla y se agrega un poco de la mezcla anterior alternando con agua, la que se considere necesaria, con las yemas de los dedos se irá batiendo para que la mezcla cruce, cuando el agua ya paso por la manta y ya solo quedaron restos enteros de masa esta se retira y se reserva.

Esta es la parte más tardía del proceso que incluso lleva horas, porque la manta es el colador más fino y es muy costoso hacer que pase la mezcla.

6. Una vez que toda la mezcla paso por la manta se recomienda meter la mano hasta el fondo de la cubeta para cerciorarse que no haya pasado ningún grumo. La consistencia final debe de quedar como fécula de maíz.
7. Es indispensable dejar reposar una noche para que todo el maíz se concentre en el fondo y el agua quede arriba.
8. Al otro día lo primero que se debe de realizar es el fuego, con leña bien maciza y seca, con un recipiente se retira cuidadosamente toda el agua que se tiene hasta lograr descubrir el asiento de maíz. Esta agua tiene que ser puesta a calentar a un lado del fuego antes de comenzar a cocer la mezcla.
9. Teniendo ya separada el agua, en una olla de peltre o barro, se agrega el asiento y un poco del agua caliente, con un palo de madera lo suficiente largo se comienza a remover constantemente en el centro y a los lados para evitar que la mezcla se pegue y que se generen grumos, poco a poco como la preparación vaya espesando y requiera agua se le irá agregando tantos del agua caliente, se le añade la canela y el azúcar al gusto, se continua removiendo y agregando agua si así lo requiere hasta que la preparación hierva y se obtenga la consistencia espesa deseada.

### **Aspectos socioculturales en torno al atol agrio**

Entre los aspectos importante sobre la preparación del atol agrio resaltan, que para este tipo de atol el color del maíz a utilizar depende del gusto de la cocinera, así como de las personas que lo consumen, hay personas que prefieren el maíz negro por la tonalidad que adquiere durante la

cocción, por otro lado, personas que prefieren el maíz amarillo porque consideran que tiene un sabor más fuerte y pronunciado, en cambio hay personas también que utilizan el maíz blanco porque consideran que agria mucho más rápido que los demás tipos de maíz, así como personas que elaboran la bebida con los cuatro tipos de maíz para variar colores y sabores. Suele ser cocido por la mañana ya que según las cocineras el clima de la mañana es el ideal para la cocción; de acuerdo con la creencia de las cocineras en la mayoría de los casos solo entra una persona a cocer la mezcla y si entra otra para servir como ayudante es muy importante que entre desde el principio y que no se salga para que no meta al espacio frialdad y la preparación se corte.



**Figura 16. Bebida atol agrio en Soyatitán, (Cruz, 2022).**

Durante la segunda entrevista realizada a la señora Carmen Méndez manifiesto que no todas las personas poseen la capacidad para poder agriar el maíz, pues la mano de la persona influye mucho para que el maíz se pueda agriar, en ocasiones el maíz solo adquiere el aroma a agrio, pero no el sabor, e incluso algunas personas ni siquiera pueden darle el aroma.

Por otro lado, las cocineras consideran que las personas con mirada muy fuerte o caliente no tienen la capacidad de cocer este atol porque lo cortan.

De acuerdo con las creencias de las cocineras, cuando se habla de que el atol “se corta”, se refiere a que la mezcla que se encuentra en cocción comienza a crear un tipo de espuma y a subir rebalsando el recipiente y cayendo sin poder evitarlo, cuando deja de subir la preparación queda como agua y nunca espesa y el líquido que resta es muy poco.

Otra de las acciones de importancia para la mayoría de las cocineras católicas es que se persignan antes de comenzar la cocción de la preparación y le piden a Dios para que el atol no se corte y que rinda lo suficiente.

Un aspecto en el que las tres cocineras coincidieron es la evolución del medio de cocción “las ollas”, primeramente, la cocción se realizaba en ollas de barro, posteriormente en ollas de loza y en la actualidad en ollas de peltre, y utilizan un palo de madera para poder remover, aluden el sabor al material del que es fabricado el recipiente en el que la bebida sea cocida.

Esta bebida era común consumirla en la mañana cuando una persona cumplía años, considerada como una bebida muy poco costosa y una forma de poder celebrar los cumpleaños del ser querido ya que al no contar con tantos recursos económicos el atol agrio era la opción correcta; se acompaña con tamales de chipilín, tamales de mumo o tamales de frijol fresco puesto que también eran bastante económicos de realizar con ingredientes de traspatio, en la actualidad se trata de una práctica que se está perdiendo con el paso de los años, son muy pocas las personas que continúan siguiendo con esta tradición y las pocas personas que continúan con esta tradición ya no elaboran la bebida, si no que compran la preparación lista, además han cambiado los tipos de tamales con que es acompañada la bebida por tamales como los de bola y de hoja. Es una bebida que se servía con mucha frecuencia también durante los velorios de cuerpo presente, los nueve días, los 40 días y al cabo de año es una costumbre que también se ha ido modificando y son muy pocas las familias que siguen haciéndolo. Además, se consume casi todos los días si la persona así lo desea, aunque es más común consumirla a ciertas horas del día como en la mañana y la noche.

Aún se continúan preparando y dando como refrigerio al terminar los rezos de las nacidas y sentadas del niño Dios que las familias del pueblo realizan.

Los restos enteros que sobran de la masa son siempre guardados, es de vital importancia no tirarlos a la basura, posteriormente se le da como alimento a los animales de traspatio como pollos, guajolotes y patos, pero siempre en recipientes, esta masa no debe de tocar el suelo, ya que en la comunidad se considera como un pecado y una falta de respeto para el maíz, provocando que este se enoje y la próxima cosecha sea de poco provecho para la familia productora.

Una de las cocineras, la señora Carmen Méndez precisamente platica de una leyenda asociada a esta creencia:

“Recuerdo que cuando yo era pequeña mi abuela nos decía a mis hermanos y a mí - que - el maíz es un ser que tiene vida por eso es muy importante que cuiden de él, cuando vean un grano de maíz tirado Levántenlo, nunca tiren el maíz a la basura, una tortilla, ni resto de masa, ni todo lo que sea procedente del maíz, porque hace muchos años en una familia muy bendecida donde el maíz se daba y tenía en abundancia, una cocinera muy popular desafió al maíz, lo tiraba al suelo, tiraba las tortillas, los restos de maza, e incluso pasaba sobre los costales de masa montándolos sin importarle nada, lo hacía prácticamente todos los días, hasta que en una mañana cuando quería poner a cocer un poco de maíz para hacer el pozol de su esposo, el maíz comenzó a correrse de su presencia y de sus manos, a cualquier lugar donde ella quería agarrarlo el maíz se corría y no permitía que lo tocara, nadie de la familia entendía como era esto posible, temerosos de lo sucedido fueron a llamar a un sacerdote para que los ayudara, ya que toda la familia estaba aterrada, la respuesta del sacerdote fue clara ¡hija has desafiado al poder del maíz te has burlado del él y él se ha enojado contigo tienes que pedirle perdón por todas las faltas que le has hecho y es necesario que le pidas que regrese a til, la mujer muy triste y arrepentida le pidió que regresara a ella y nunca más en la vida volvería a faltarle al respeto; el sacerdote le roció agua bendita sobre los granos del maíz y finalmente ese grano regreso así a ella, la mujer y la familia entendieron que nunca deben de burlarse del maíz y jamás volvieron - ha- hacerle alguna falta, nos la platicaba muy a menudo y nos enseno que el maíz era muy importante y que se podía elaborar muchos platillos con él” (Entrevista con Carmen Méndez, 03 de Octubre de 2022).

## POZOL BLANCO Y DE CACAO

**Tabla 2. Receta del pozol blanco y de cacao.**

Cocineras	Sra. Rosaria Hernández Ramírez	Sra. Carmen Méndez Hernández	Sra. Ada Luz Candelaria Goicoechea Macal
-----------	-----------------------------------	---------------------------------	--



<p>Ingredientes: Pozol blanco, maíz, Agua, cal, Pozol de cacao, maíz, agua, cal, y cacao</p>	<p>Emplea el maíz amarillo y maíz blanco para la elaboración del pozol, utiliza comal de barro para tostar el cacao.</p>	<p>Emplea maíz amarillo y blanco para la elaboración del pozol, utiliza un comal de barro para tostar el cacao</p>	<p>Emplea maíz amarillo, utiliza un comal de tierra para tostar el cacao.</p>
<p>Cantidades</p>	<p>Una cubetita de cinco litros aproximadamente, el agua necesaria, un kilogramo de cacao y azúcar al gusto.</p>	<p>Una cubetita de tres litros aproximadamente, la cantidad de agua necesaria, <math>\frac{3}{4}</math> de kilo de cacao, azúcar al gusto.</p>	<p>Una cubetita de cinco litros aproximadamente. la cantidad de agua depende de cómo lo necesite el maíz, un kilogramo de cacao y azúcar al gusto.</p>
<p>Procedimiento</p>	<p>Realiza el proceso de nixtamalización, probando la cantidad de cal con la punta de la lengua, para el caso del pozol reventado una vez que esté bien cocido y reventado realiza la molienda, amasan el maíz para hacer bolas compactas.</p>	<p>Realiza su proceso de nixtamalización, probando la cantidad de cal con la punta de la lengua, para el caso del pozol reventado una vez que esté bien cocido y reventado realiza la molienda, amasan el maíz para hacer bolas compactas.</p>	<p>Realiza su proceso de nixtamalización probando la cantidad suficiente de cal la punta de la lengua, para elaborar su pozol reventado una vez que está bien reventado el maíz, comienza a quitar el pedicelo o como le llaman (shushito) grano por grano y posteriormente realiza la molienda,</p>

			amasa el maíz para hacer bolas compactas.
Creencias	No importa si el pozol está agrio aun así puedes consumirlo, empleando azúcar el sabor mejora, es importante saber medir bien la cantidad de cal a utilizar, ya que de lo contrario el maíz queda un poco duro o queda muy blando y verde debido a que la cal lo comió.	El pozol que se agria era consumido en el pasado como antibiótico y desinflamatorio al crear una especie de nata en la parte superior.	Para que un pozol tenga el mejor sabor posible es necesario que el maíz sea nixtamalizado el mismo día, de lo contrario el sabor cambia de manera muy notoria.

### **PROCEDIMIENTO:**

1. El primer paso consiste en medir la cantidad de maíz a utilizar y posteriormente se necesita lavar para eliminar restos de maíz en mal estado y del químico usado para su conservación.
2. Una vez esta lavado, puesto en un recipiente y con agua hay que agregar la cal por puños y mezclar muy bien, se toma entonces un poco del agua de cal con las manos y se lleva a la boca para probar con la punta de la lengua si se siente picante el maíz tiene la cantidad correcta de cal y no es necesario seguir agregando más.
3. El tiempo de cocción varía un poco, es aproximadamente de una a tres horas hasta que los granos estén suaves, agregando agua y removiendo algunas veces con una palita de

madera, nuevamente añadir agua las veces que lo requiera para evitar que el maíz se pegue o se quemé.

Existen diferentes tipos de pozol, de los cuales son: pozol blanco de maíz caliente, pozol blanco de maíz reventado y pozol de cacao:

4. Entonces sí se desea elaborar pozol de maíz caliente, ya teniendo el maíz cocido se pasa al chorro de agua para lavarlo hasta que no queden restos de cal.
5. Se lleva al molino de luz o se muele en los molinos de mano, y se amasa hasta formar bolas circulares o alargadas con la masa.
6. En un recipiente hondo agregar agua, dejar caer la bola de masa y con los dedos, especialmente usando las yemas, batir muy bien hasta que no queden grumos y se pueda obtener la consistencia preferida. Ya bien batido se sirve en jícaras.
7. Para la elaboración de pozol de maíz reventado, es necesario lavar el maíz hasta quitar completamente la cal de los granos, se regresa a la olla con suficiente agua y llevando nuevamente a cocción hasta que los granos estén bien reventados de ahí proviene su nombre.
8. Sí se considera así se le da nuevamente una lavada y se muele, formando bolas con la masa obtenida.
9. En un recipiente hondo con agua se agregan las bolas de masa y con los dedos se bate hasta eliminar grumos y quede una mezcla bien integrada. Servir en jícaras.
10. Para la elaboración del pozol de cacao, se tiene que elaborar el mismo proceso de nixtamalización, pero a este se le tiene que agregar cacao.
11. En un comal de barro se agregan las semillas de cacao y se remueven constantemente de forma circular con una cuchara hasta que queden bien tostadas, cuidando que el tostado sea parejo y de que no se quemem, para evitar que la preparación se amargue.
12. Una vez que el cacao esté tostado y que ya se haya enfriado se continúa con la molienda para formar una especie de pasta de cacao, ya teniéndolo bien molido reservar.
13. Cuando el maíz ya está cocido se lava para quitarle la cal y se muele, al final de la molienda es necesario amasar integrando la pasta de cacao cuidando que el sabor sea el adecuado para evitar que se exceda o que le falte cacao.

14. Finalmente en un recipiente hondo con agua dejar caer las bolas de masa y batir muy bien hasta que no queden grumos, agregar más agua si se requiere, añadir azúcar para endulzar al gusto, agregar hielos si así se prefiere. Servir en jícaras.

### Aspectos socioculturales en torno al pozol



**Figura 17. Pozol blanco, (Cruz, 2022).**

El pozol suele ser una bebida de medio día para la comunidad de Soyatitán, se trata de una colación ya que va después del desayuno y antes de la comida, los campesinos lo llevan al campo en botes para tomarlo durante sus jornadas de trabajo antes de llegar a casa con la finalidad de mitigar el hambre y la sed; aunque esto solo sucede en el caso del pozol blanco porque es casi imposible que los campesinos se encuentren consumiendo pozol de cacao en el trabajo.

Generalmente son las personas adultas mayores quienes tienen la preferencia de tomar pozol blanco agrio que se obtiene después de un día de tener preparada la masa o después de varias horas de tener preparada la bebida.

Esto debido a que las personas mayores comentan que el pozol agrio tiene propiedades curativas y cuentan que anteriormente cuando aún no existían los medicamentos dejaban agriar la bebida hasta el punto donde se creaba una especie de nata en la parte superior, era entonces el tiempo perfecto para ser consumido y funcionar como antibiótico.

Es muy común tomar el pozol blanco con sal, limón y chile en especial los chiles que crecen en el campo conocidos como timpinchile y miraparrriba que son hechos en una especie de salmuera, o también con cacahuates, coco y mango durante su temporada, también se consume con dulce, las personas que la toman con dulzor lo hacen agregándole azúcar, miel de abeja o tomando la

bebida y mordiéndolo pedazos de panela. El espesor de la bebida varía de acuerdo al espacio social en el que se consume, por ejemplo, el pozol que los jornaleros llevan a su trabajo suele ser muy espeso para que esté pueda quitarles el hambre, en cambio el pozol consumido en los hogares o los que se venden en los puestos tienen una consistencia más ligera, que incluso hay personas que le llaman aguüita de pozol.

El pozol de cacao es mayormente consumido en los hogares que en el campo ya que es más bien consumido como una bebida refrescante del medio día, y como acompañante en el horario de la comida.

Sí la bebida es consumida en los hogares se consumen en jícaras que es el fruto obtenido de una planta llamada morro que se hierve y posterior a la cocción se corta por la mitad retirando la carne y semillas que tiene en el interior, es entonces que esta cáscara obtenida se pone a secar al sol, también se sirve tazones de peltre.

Durante la elaboración del pozol de cacao algunas cocineras muelen los granos de cacao junto al maíz cocido y otras muelen por separado y durante el amasado los mezclan, esta segunda forma es la más popular.

Es importante que después de la molienda se amase un poco y se elaboren bolas de masa compactas pues de no realizar este procedimiento la consistencia de la bebida cambia, porque no se mezclan bien los sabores de la masa con el agua y se tiene una consistencia muy separada, lo contrario al amasarla bien ya que la bebida queda espesa.

Las cocineras coinciden en el proceso de nixtamalización ya que aseguran que no hay mejor método para probar la cantidad de cal que es necesaria más que con la punta de la lengua y no existe una cantidad estandarizada para el maíz que sea más correcta.

En la actualidad se han creado pozolerías que se encuentran en el mercado del pueblo denominado 15 de agosto, en las calles y a las afueras del pueblo a las orillas de la carretera en dónde se puede consumir el pozol a toda hora del día acompañada de tacos o empanadas, también las mujeres pasan vendiendo por las casas de puerta en puerta en todo el pueblo las bolas de pozol, en puestos ambulantes a la orilla de la calle y algunos automóviles que recorren los pueblos vendiendo pozol, chicharrones y palomitas.



**Figura 18. Pozol de cacao, (Cruz, 2022).**

## ATOL DE MASA

**Tabla. 3 Receta del atol de masa.**

Cocineras	Sra. Rosaria Hernández Ramírez	Sra. Carmen Méndez Hernández	Sra. Ada Luz Candelaria Goicoechea Macal
Ingredientes: Maíz, Agua, cal, azúcar y rajas de canela	Se puede utilizar maíz blanco o amarillo.	Se puede utilizar maíz blanco o amarillo.	Se puede utilizar maíz blanco o amarillo.
Cantidades	Una bola de masa. Agua suficiente, una raja de canela.	Dos bolas medianas de masa. 6 cucharadas de azúcar, agua suficiente y una raja de canela.	Una bola de masa. cuatro cucharadas de azúcar, agua suficiente, dos rajas pequeñas de canela.
Procedimiento	Bate primeramente en un recipiente la masa con agua.	Bate primeramente en un recipiente la masa con agua.	Bate primeramente en un recipiente la masa con agua.

Creencias	Se puede tomar, aunque la masa esté agria.	Es un excelente alimento durante las infecciones estomacales.	Ayuda a cortar la infección estomacal.
-----------	--	---	--

### **PROCEDIMIENTO:**

Esta bebida se puede elaborar de dos formas:

1. La primera consiste en realizar el proceso de nixtamalización del maíz y una vez que esté cocido y lavado se muele, y se amasa creando una bola compacta.
2. En una olla o vaso grande de peltre con agua, se deja caer la bola de masa y se bate hasta que no quede ningún grumo antes de llevarlo a cocción. Cuando la masa está bien disuelta se lleva al fuego y se remueve constantemente para evitar que la preparación se pegue, queme y se generen grumos.
3. Se continúa removiendo con movimientos circulares por los lados y el medio de la olla hasta que la preparación hierva, espese y se cueza, se le agrega canela al gusto, si llegara a espesar demasiado se le puede agregar más agua para hacerla más líquida y una vez que rompe hervor se retira del fuego.
4. La cantidad de dulce depende de la persona.
5. La segunda forma de elaboración, es con los restos de pozol que hayan sobrado del día.
6. En una olla de peltre puesta al fuego se le deja caer el pozol, se le añade la canela, y se continúa removiendo hasta que la mezcla espese, si llegara a espesar demasiado se le agrega más agua para soltarla un poco más, esperar a que hierva y retirar del fuego.

### **Aspectos socioculturales en torno al atol de masa**

Las familias del poblado le llaman de dos formas a esta preparación algunas le llaman atol de masa, porque en la mayoría de los casos se hace con los restos de pozol que surgen en el día, pero además hay otras familias que le llaman atol de barraco, debido al grotesco aspecto del atol. La bebida funciona como un excelente alimento para las personas enfermas que se encuentran en reposo, principalmente es preparada cuando el enfermo padece de alguna infección estomacal

(diarrea o vómito) y su estómago no retiene los alimentos, es entonces la dieta que se le proporciona por los familiares para que su estómago refresque y coma algo durante el día.



**Figura 19. Bebida atol de masa, (Cruz, 2022).**

La señora Ada Luz Goicochea relató una historia de su hermana al compartir la elaboración de la bebida.

“La persona que me enseñó a elaborar este atol fue un amigo de la infancia, cuando mi hermana estaba muy enferma de una infección estomacal, todos estábamos muy preocupados porque cualquier alimento que consumía era rechazado por su estómago y no logramos que ningún medicamento hiciera efecto en ella, de pronto mi amigo llegó de visita a la casa y se enteró de la situación, recuerdo perfectamente que se fue a su casa y en un momento estaba de regreso con una olla de atol de barraco, se lo dio a mi hermana para que lo tomara y fue muy bien aceptado por su estómago, poco a poco la infección fue desistiendo también, desde ese día yo le pedí a mi amigo que me enseñara a hacerlo porque nunca antes lo había preparado, ahora se trata de una de mis bebidas preferidas por la mañana, y aunque mi amigo falleció hace poco esta bebida mantiene vivo su recuerdo”, (entrevista con Ada Luz Goicochea, 16 de octubre de 2022).

La razón por lo cual en la mayoría de las ocasiones el atol se encuentra agrio es por qué se elabora por las noches con los restos de pozol sobrantes del día y para evitar que se desperdicien las



mamás convierten estas sobras en un atol, el hecho de que esté agrio no quiere decir que no pueda ser consumida, el sabor se percibirá agrio, pero no es perjudicial para la salud.

Muchas de las personas no toman esta bebida con azúcar por que la prefieren simple, es más probable que se le añada azúcar cuando el pozol estaba agrio para que el sabor no sea tan fuerte.

La razón por la que se sirve en tazas de peltre para que se conserve caliente mientras es degustada.

## PINOL O PINOLE

**Tabla 4. Receta del pinol o pinole.**

Cocineras	Sra. Rosaria Hernández Ramírez	Sra. Carmen Méndez Hernández	Sra. Ada Luz candelaria Goicochea Macal
Ingredientes: Maíz, Agua, azúcar y canela	Solo usa maíz blanco.	Emplea maíz blanco o amarillo.	Únicamente usa maíz amarillo.
Cantidades	1 / 2 bote de maíz, dos rajás de canela, el agua necesaria, azúcar al gusto.	Un kilogramo, una raja grande de canela, azúcar al gusto y el agua necesaria.	Seis kilogramos de maíz, dos rajás medianas de canela, azúcar al gusto y agua necesaria.
Procedimiento	Muele el maíz en molino de mano.	Muele el maíz en molino de mano.	Muele el maíz en metate.
Creencias	Es necesario tener el comal buen lavado y encalado para iniciar a dorar los granos.	Es importante cuidar el fuego ni mucho ni poco para que el maíz quede bien tostado.	Tiene que usarse maíz amarillo por qué aporta buen color a la preparación.

## **PROCEDIMIENTO:**

1. Medir cuánto maíz se requiere y lavar perfectamente para eliminar todos los restos de suciedad.
2. Una vez que el maíz está bien lavado se pone a secar al sol para eliminar el agua que adquirió durante la lavada.
3. En un comal de tierra o barro caliente se vierte el maíz y con una pala de madera o una cuchara grande se remueve constantemente para evitar que los granos de maíz se quemen de lo contrario la preparación se amarga, además favorece a que el tueste de los granos sea parejo.
4. Cuando ya se tiene tostado el maíz, se espera a que se enfríe y se muele, agregando las rajitas de canela y repasando de dos a tres veces para que quede un polvo fino.
5. Para realizar la preparación cocida, en una olla de peltre se pone a cocer agua y en otro recipiente se hace una mezcla con el polvo de pinole y agua fría removiendo hasta que quede bien integrado se vierte a la olla de peltre removiendo constantemente por el centro y a los lados para que no se hagan grumos, se pegue y se queme, si la mezcla llegará a espesar demasiado se le agrega más agua hasta que suelte y se obtenga la consistencia preferida.
6. Ahora para realizar la bebida en frío, se agrega en un recipiente hondo o en una jarra unas cucharadas de la mezcla molida de pinole, agua, hielos y azúcar hasta obtener el dulzor deseado.

## **Aspectos socioculturales en torno al pinol o pinole**

Se trata de una bebida que tiene la versatilidad de ser servida caliente o fría; pero su forma de ser ingerida varía de acuerdo con esta condición, si se ingiere de forma caliente la bebida se toma durante la mañana, pero mayormente por la noche como té o café, ahora si es servida fría consumo se realiza en el día bien como una bebida refrescante o como una bebida acompañante de la comida.

Para que la bebida sea de la mejor calidad algunas, pero muy pocas cocineras seleccionan los granos de maíz para su tueste, esta labor hace muy complicada su preparación respecto al tiempo que se le dedica, porque al seleccionar grano por grano el tiempo se prolonga por ello la mayoría ya no realizan esta acción.



**Figura 20. Bebida pinol o pinole, (Cruz, 2022).**

Anteriormente los granos tostados eran molidos en la piedra llamada metate, hasta que el polvo quedará muy fino, está práctica ya no se realiza, porque estos utensilios de cocina han desaparecido en su mayoría en el poblado, nuevos instrumentos lo han remplazo como el molino de mano o de luz eléctrica, que permiten realizar la molienda con mayor facilidad, moliendo y repasando para obtener un polvo fino. Cuando se habla de repasado se refiere a que el maíz es molido una y otra vez apretando cada vez más el molino para que el maíz quede bien fino.

### **ATOLE DE GRANILLO**

**Tabla 5. Receta del atole de granillo.**

Cocineras	Sra. Rosaria Hernández Ramírez	Sra. Carmen Méndez Hernández	Sra. Ada Luz Candelaria Goicoechea Macal
Ingredientes: Maíz, Agua, cal, azúcar y canela	Emplea maíz blanco, no añade cal a la cocción del maíz.	Emplea maíz blanco y no añade cal a la del maíz.	Emplea maíz blanco sí añade cal a la cocción del maíz, pero asegura que lo hace en cantidades muy pequeñas.
Cantidades	½ bote de maíz	½ bote de maíz	Un bote de maíz

	<p>el agua necesaria la cantidad de azúcar depende del gusto de dulzor de la persona y tres rajas de canela.</p>	<p>agua necesaria aproximadamente <math>\frac{3}{4}</math> de kilo y tres rajas de canela.</p>	<p>el agua que sea necesaria, tres puños de cal, un <math>\frac{1}{2}</math> kg de azúcar aproximadamente y cinco rajas de tamaño mediano.</p>
<p>Procedimiento</p>	<p>Una vez que el grano esta seleccionado lo cocina en una olla hasta que esté bien reventado y lo incorpora a la preparación cuando ya tiene la consistencia de espesor deseada para que el grano hierva junto con la preparación.</p>	<p>No integra el grano, porque cuando le enseñaron a elaborar la preparación su abuela no se lo integraba, se trataba de un gusto, por lo que la receta era una modificación, pero en la actualidad continúa elaborando de esa manera.</p>	<p>La cal que le integra ayuda para que la cáscara que recubre el grano se elimine o sea más fácil de eliminar, selecciona el grano y lo integra casi al momento de iniciar la cocción de la mezcla para que se vaya cocinando juntos y los sabores se integren bien.</p>
<p>Creencias</p>	<p>Este atol al igual que el atol agrio se puede cortar por lo que es importante que solo una persona entre al momento de la cocción.</p>	<p>No todas las personas pueden cocer la mezcla esto depende si la persona tiene la mirada muy caliente o hace ojo ya que se cortará durante la cocción.</p>	<p>Es una preparación bastante delicada al momento de cocer, por eso es importante tener listo el fuego y el agua caliente para que, al momento de ir agregando el agua para soltarla, esta no se vaya a cortar.</p>

## PROCEDIMIENTO:

1. Se mide cuánto maíz será utilizado y se lava perfectamente bien para retirar la suciedad y resto en mal estado.
2. Puede ponerse a cocer sin cal o con una proporción muy poca para que el maíz quede *jush* (terminó con el que las cocineras le llaman a el maíz que no está bien nixtamalizado, aún tiene el pericarpio), se cuece durante un tiempo aproximado de 10 a 20 minutos porque el maíz no debe de quedar lo suficientemente cocido.
3. El maíz es molido lo más entero posible, en un recipiente hondo se le agrega agua suficiente y se bate.
4. Ahora en una cubeta con una manta endosada, se agrega tantos de la mezcla anterior, así como de agua potable, tanto como se requiera hasta que logre pasar la masa más fina y quede sobre la manta únicamente restos enteros.
5. Se escoge grano por grano siendo separado de la cascarita y de los restos medio finos pues es el grano que será cocido durante la preparación.
6. Se deja reposar durante una noche para que todo lo colado se asiente al fondo de la cubeta y el agua quede en la parte superior como una especie de suero.
7. Es importante que para cocer se tenga listo el fuego vivo con leña maciza, a la mezcla de la cubeta se le retira todo el suero hasta encontrar el asiento y se pone en ollas de peltre a un lado del fuego para que el agua se mantenga caliente.
8. En una olla lo suficientemente amplia, de peltre o de barro se vierte el asiento y se comienza a remover con movimientos circulares por todos los lados de la olla para evitar que la preparación se quemé, se pegue o haga grumos. Se continúa removiendo constantemente añadiendo el agua calentada las veces que la preparación lo requiera hasta obtener la consistencia de espesor deseada y hasta que hierva.
9. El grano anterior que fue seleccionado y reservado puede ser integrado de dos formas a la preparación la primera se agrega directamente a la preparación mientras es cocinada y la segunda, se pone al fuego en un recipiente con agua hasta que este esté bien reventado y cuando la preparación este en el punto de espesor deseado se le deja caer para terminar la cocción del atol y también del grano.

## Aspectos socioculturales en torno al atole de granillo



**Figura 21. Bebida atole de granillo, (Cruz, 2022).**

La mayoría de las cocineras elaboran este atol sin cal, son muy pocas las que le añaden y es en cantidades muy pequeñas por proporciones grandes de maíz y esto lo hacen con la finalidad de que al maíz se le retire solamente la cascarita exterior que recubre el grano y no llegue hasta la parte central. Por otro lado, la cocción que se le da al maíz es corta porque se necesita que no esté bien cocido y pueda permitir sacar el granillo, del mismo modo la molienda entera se hace con la finalidad de obtener un grano grande que es el granillo.

Algunas de las cocineras no integran el grano tal es el caso de la señora Carmen Méndez que comenta que ella no integra estos granos porque su abuela durante el tiempo que le enseñó a preparar este atole nunca le integró el grano, debido a que no era de su agrado.

El horario preferido de consumo es en la mañana y por la noche, pero también a mediodía como una especie de colación ya que cumple también la misma función que la del pozol. Se trata de uno de los atoles más famosos de la región y de mayor agrado por parte de los pobladores.

Las cocineras aseguran que la parte más difícil de la preparación es al momento de escoger grano por grano, ya que es bastante tardado y se necesita de gran paciencia, para ello muchas veces las cocineras piden ayuda a sus familiares para realizar este proceso y que no sea tan pesado para ellas.

Esta era otra de las bebidas con gran consumo durante los cumpleaños acompañados de los famosos tamales de chipilín, numo o de frijol fresco, en la actualidad son costumbres que han perdido frecuencia en estas celebraciones y son muy pocas las familias que mantienen la tradición viva.

## TASCALATE

**Tabla. 6 Receta del tascalate.**

Cocineras	Sra. Rosaria Hernández Ramírez	Sra. Carmen Méndez Hernández	Sra. Ada Luz Candelaria Goicoechea Macal
Ingredientes: Maíz, achiote, agua, azúcar o panela, cacao, tostada horneada	Emplea todos los ingredientes a excepción de la panela.	Emplea todos los ingredientes a excepción de la panela.	Emplea todos los ingredientes a excepción del azúcar.
Cantidades	Maíz ½ bote de maíz, siete cucharadas de pasta de achiote la cantidad necesaria de agua.	½ bote de maíz, siete cucharadas de pasta de achiote y el agua que sea necesaria.	Un kilogramo de maíz, panela al gusto, cuatro cucharadas de pasta de achiote, la cantidad de agua que sea necesaria.
Procedimiento	Realiza el tueste de los ingredientes por separado y los junta ya en el momento de la molienda.	Realiza el tueste de los ingredientes por separado los reúne al momento de moler.	El tueste de sus ingredientes los realiza junto, para ahorrar más tiempo y fuego.
Creencias	La bebida es muy refrescante para las		

	personas que se encuentran acaloradas.		
--	--	--	--

### PROCEDIMIENTO:

1. Se elabora la pasta de achiotes, para ello en un recipiente se agregan las semillas secas de la planta de achiote con un poco de agua y con la ayuda de los dedos se frota hasta sacar bien el color, ahora en un molcajete se comienzan a triturar las semillas hasta que queden bien molidas y se genere una pasta.
2. Se tantea la cantidad deseada de maíz, se lava, se deja secar al sol y en cuanto estén secas se realiza el tueste en un comal de tierra o barro hasta que el color se torne marrón es importante no dejar quemar los granos porque de lo contrario se amarga la preparación.
3. Se continúan tostando los granos de cacao y la canela.
4. Una vez que todos los ingredientes se tienen bien tostados, se muele junto con la pasta de achiote repasando dos veces para obtener un polvo rojizo.
5. Ahora en un recipiente hondo o en una jarra se agrega suficiente agua, unas cucharadas del polvo de tascalate, azúcar o panela para endulzar esto depende del gusto, hielos, la bebida se encuentra lista para degustar.

### Aspectos socioculturales en torno al tascalate



**Figura 22. Bebida tascalate, (Cruz, 2022).**



Se suele servir en la comida, se trata de una bebida muy refrescante cuando la persona está acalorada.

## **RECONOCIMIENTO DEL PAPEL DE LAS COCINERAS EN EL RESGUARDO DE LA CULTURA ALIMENTARIA Y LOS SABERES EN TORNO A LA ELABORACIÓN DE BEBIDAS TRADICIONALES**

El presente texto permite describir parte de la vida de las mujeres cocineras entrevistadas, que representa para ellas la cocina tradicional, las bebidas tradicionales y cómo comenzaron en esta travesía, dado que abrieron sus corazones y permitieron hablar acerca de los sentimientos provocados por recuerdos personales y del recuerdo de sus seres queridos que contribuyeron con la enseñanza y el aprendizaje de cada una.

A medida que la entrevista avanzaba se podía notar cada recuerdo feliz y triste en cada una de ellas, que se encuentra plasmado en este apartado.

Sin decir más se presentan a continuación cada perspectiva del tema en cuestión.

### **Rosaria Hernández Ramírez**



**Figura 23. Cocinera tradicional, Rosaria Hernández, (Cruz, 2022).**

La señora Rosaria Hernández Ramírez nació el 14 de octubre de 1961, originaria del municipio de Teopisca Chiapas es una cocinera tradicional instalada y reconocida de Soyatitán, mantuvo una infancia difícil debido a que su padre falleció cuando era tan solo una niña, por lo que tuvo que trabajar desde muy una edad muy temprana para ayudar a su madre con los gastos de la casa, saliendo de su pueblo para trabajar en distintos lugares, su último trabajo fue en un restaurante

en la ciudad de México del cual no recordó el nombre, en el aprendió muchas de las cosas que sabe elaborar, muchos años después conoció a don Pedro su esposo, por lo que comenzó a residir en la localidad de Soyatitán formando una familia y teniendo hijos que son originarios del pueblo.

Doña Rosaria aprendió desde su adolescencia a elaborar bebidas hechas de maíz, enseñanza de su madre la señora Carmen Ramírez Pérez que elaboraba con mucha frecuencia en el día a día.

Como la familia de doña Rosaria era bastante numerosa al tener cuatro hijos, participaba en el proceso de tapisca del maíz para ayudar a su esposo y que él no tuviera que pagar a otras personas, con la finalidad de poder ahorrar ese dinero, así pues, lavaba ropa de otras personas y era contratada para elaborar grandes cantidades de alimentos y bebidas de maíz para las fiestas particulares de las personas del pueblo.

Siempre buscaba una forma diferente de cómo aportar económicamente con los gastos de la casa y poder llevar a un plato de comida para cada uno de sus hijos, todas estas actividades permitieron que doña Rosaria cada vez fuera más conocida por las personas del pueblo como una mujer trabajadora, y de buena sazón.

Durante la primera entrevista realizada la señora Rosaria explicó

“La cocina tradicional me trae a la mente tantos recuerdos, una variación de recuerdos buenos y malos principalmente porque en la actualidad me tuve que ir alejando de la cocina de leña y de aquellas recetas que tanto me gustaba cocinar por las diversas enfermedades crónicas que padezco como la presión arterial y la diabetes, así como por mi avanzada edad”.

Sus hijos, nietos y en especial su hija mayor señalan que era una mujer de carácter fuerte, que no se dejaba caer ante cualquier adversidad, que siempre buscaba la solución para resolver sus problemas económicos y que era muy exigente con cada una de sus preparaciones, procuraba que siempre estuviera al gusto de quien las probaba por eso las personas que probaban sus guisos volvían a requerir de sus servicios.

Doña Rosaria decía que esta exigencia la aprendió de su madre que también era exigente al momento de enseñar.

En su vida la cocina estuvo siempre presente, para todo aquel que la conoce sabe que la bebida estrella que preparaba era el atol agrio, comentaba que una fiesta comienza con la preparación de los alimentos y bebidas, la señora Rosaria falleció el siete de enero de 2023 a los 61 años de edad, tras una grave enfermedad que afectó a gran parte de sus órganos, sin embargo, su recuerdo permanece en sus familiares y conocidos.

### **Carmen Méndez Hernández**



**Figura 24. Cocinera tradicional, Carmen Méndez, (Cruz, 2022).**

La señora Carmen Méndez es otra cocinera tradicional del poblado de Soyatitán, nació el 16 de enero de 1974 en este poblado y actualmente tiene 49 años, es madre de dos hijos y le apasiona la cocina.

El grado de estudio que posee es la secundaria, sus padres únicamente pudieron pagar los gastos de la escuela primaria, pero ella tenía ganas de seguir estudiando y por eso cursó la secundaria en el Instituto Nacional para la Educación de los Adultos (INEA). Además, tomó algunos cursos de carácter gubernamental donde aprendió los oficios de corte y confección, bordado y tejido.

Es la primera de cuatro hermanos, dos de ellos hombres y una mujer. Desde pequeña tuvo que ayudar a sus padres saliendo a las calles a vender canastas de naranjas y bolsas de palomitas, además de colaborar con los oficios del hogar y apoyando a sus hermanos pequeños con la escuela.

Diserta que la mayor parte de su vida ella y sus hermanos tuvieron que trabajar para obtener sus cosas como dulces, ropa etc. Su madre compraba los telares y les realizaba los vestidos que ella

y su hermana portaban, aunque su madre no sabía mucho de costura la falta de dinero la obligaba a realizar los vestidos para no gastar más. Su interés por aprender provenía precisamente de allí y cuando tuvo la oportunidad de aprender lo hizo, de modo que posteriormente se dedicaba a este oficio, y era ella misma la que diseñaba y elaboraba sus propios vestidos.

Expresa, además:

“Cuando yo era pequeña mis padres nos llevaban a mis hermanos y a mí a los cultivos de maíz durante toda la temporada de vacaciones para realizar la tapisca, mi padre realizaba una casita con los *borcones* (palos grandes) y las cañas de la milpa, eran aproximadamente tres meses los que pasábamos tapiscando toda la cosecha, mi padre y nosotros realizamos el levante de las mazorcas mientras mi madre preparaba la comida para nosotros y cuidaba de mi hermanito pequeño, el agua que consumimos era de los ríos cercanos e incluso los alimentos que consumimos también, en aquel tiempo se encontraban fácilmente en los arroyos, caracoles, piguas, peces, o bien una vez por semana se viajaba al centro del municipio para comprar carne y verduras. Una vez que toda la cosecha estaba levantada y puesta en costales, mi padre pagaba un camión para poder trasladarlo a nuestra casa, y ya estando allí nos tocaba continuar con la majada”, (Entrevista con Carmen Méndez Hernández, 16 de octubre de 2022).

“para mí la cocina tradicional representa a mis ancestros, y cuando elaboró una bebida de maíz es como recordar a mi abuela, aquella viejecita que me enseñó junto a mi madre a elaborarlas, ambas eran mujeres muy exigentes, nos ponían a mi hermanita y a mí a ayudarles con los quehaceres de la casa, a poner el maíz, a elaborar las tortillas, a hacer la comida y las bebidas que sabemos hacer” (Entrevista con Carmen Méndez, 16 de octubre de 2022).

Desde muy pequeña se empapó del mundo de la cocina tradicional de las costumbres y creencias de su abuela y de sus padres, al tener una liga muy estrecha con el mundo del maíz.

Asegura que conoce todo el ciclo del maíz, desde cómo se siembra, como se cosecha, como se maja, como se cura y como se prepara en platillos y bebidas, pues con él se pueden elaborar un sin fin de preparaciones.

“cuando te sientes lista para poder hacer una bebida de maíz, es el paso más importante que se puede dar para la cocina tradicional y la experiencia solo te la puede dar las veces que practiques y que elabores las bebidas, no siempre te enseñan paso a paso lo que tienes que hacer, por eso es importante también ir observando cómo se hace”, (Entrevista con Carmen Méndez Hernández, 16 de octubre de 2022).

Cuando doña Carmen tenía 12 años aproximadamente dejó de salir a las calles a vender naranjas y palomitas y comenzó un puesto ambulante que sus padres le pusieron donde preparaba, tacos dorados, empanadas y chalupas todas hechas a base de maíz, la venta de los antojitos era todo un éxito, pero ella ya no quería continuar vendiendo por lo que más adelante se apartó totalmente de estos oficios y comenzó a trabajar en casas como una trabajadora del hogar, vendiendo productos de la marca Fuller y Avon. Cuando la señora Carmen se casó se dedicó por completo a su hogar, y no podía faltar un solo cumpleaños de sus hijos sin que no preparara un buen atol agrio y unos tamales para celebrarlos, el pozol para que su esposo llevara consigo al trabajo, así como de un buen tascalate o pinole para refrescarse durante el día.

#### **Ada Luz Candelaria Goicochea Macal**



**Figura 25. Cocinera tradicional, Ada Luz Goicochea, (Cruz, 2022).**

Doña Ada Luz, una cocinera muy bien reconocida en el poblado por su buena sazón es originaria del poblado, nació el tres de febrero de 1963 y tiene 60 años de edad, nació y creció en Soyatitán donde reside en la actualidad es la tercera hija de ocho hermanos, desde muy pequeña comenzó a ayudar a su abuela y a su madre en la cocina preparando alimentos y bebidas que además tenía

que salir a vender a las casas, debida a que su padre y su madre trabajaban para poder sacar adelante a toda su familia que era bastante numerosa.

Tiene una carrera técnica en mecanografía, sin embargo su padre no permitió que ejerciera su oficio y decidió regalarle el negocio familiar que era un bar, al principio ella solo se dedicaba a la administración del establecimiento pues su madre era la encargada de elaborar la comida y botanas que se servían en dicho lugar, poco a poco su madre la involucró en la cocina compartiendo las recetas de su abuela y algunas nuevas formas de preparar que ella había adquirido conforme a la experiencia de los años.

Llegó el momento en el que ella se hizo completamente cargo del establecimiento donde decidió cambiar de rumbo, dejó de ser un bar y pasó a convertirse en el Restaurant Soria.

En la actualidad aún continúa al frente de su restaurante como jefa y administradora del local, menciona que la cocina para ella es la herencia más importante que sus antepasados le pudieron dejar, particularmente por parte de su abuela y su madre. Menciona que cuando ella cocina escucha en el oído las palabras que su madre siempre le mencionaba de la sazón.

"Es muy importante siempre en una preparación, tener un buen tanteo de la sal, del azúcar y de las especias que integres a tus preparaciones, nunca debe de faltarle y tampoco debe pasarse", (Entrevista con Ada Luz Candelaria Goicoechea Macal, 07 de noviembre de 2022).

## **PRINCIPALES CARACTERÍSTICAS QUE PROMOVIERON LA DESAPARICIÓN DE LA ETNIA INDÍGENA TZELTAL EN SOYATITÁN**

La comunidad tiene su procedencia en la tzeltal todas las personas del poblado hablaban esta lengua y portaban su traje típico que constaba en los hombres de un calzón de manta blanca, una camisa manga larga de manta blanca y una banda roja que portaban en la cintura y en el caso de las mujeres una falda de colores y estampados de flores vistosas que generalmente tenía plisados, un huipil con vuelos, encaje y listones que lo adornaban, existe una controversia de acuerdo a la desaparición de etnia tzeltal por un lado se considera que debido a la aparición del ingenio azucarero llamado La Fe S.A. de C.V comúnmente conocido como el ingenio Pujiltic que se localiza precisamente en la localidad de San Francisco Pujiltic fundado por el señor

Hernán Pedrero, además de la construcción de la presa hidroeléctrica llamada schpoina que si bien comentan algunos de los pobladores de esta región esta presa se construyó con la finalidad de poder mantener a la fábrica de azúcar con la nueva maquinaria que se estaba introduciendo, provoco la modificación de manera muy relevante a este poblado y su gente, las personas que tenían grandes extensiones de terreno comenzaron a sembrar caña de azúcar para venderla a este ingenio y recibir un poco más de dinero que con el cultivo de maíz y frijol, aparecieron además escuelas como kínderes y primarias, en estas nuevas instituciones se enseñaba el castellano, por lo que los niños comenzaron a aprender una nueva lengua y dejaron a un lado la nativa, los padres de los niños también fueron abandonando su lengua de origen, la aparición de este nuevo ingenio y del nuevo cultivo de caña para la producción de azúcar trajo gran prosperidad al pueblo, la forma de vida de los habitantes se fue modernizando cada vez más, dejando también la vestimenta típica para comenzar a usar la producida por fábricas y vendidas en almacenes o tiendas, fueron muy pocas las personas que continuaron utilizando la vestimenta típica hasta el último día de su vida.

Por otro lado, describe Becerra como Soyatitán fue un caso bastante dramático. Porque al principio era un pueblo que no crecía en habitantes y cuando logro duplicar su población, se fue quedando sin hablantes del idioma tzeltal, anteriormente contaba con un 80% de población.

Gran parte de su población indígena se mudo a otras fincas para poder trabajar, así mismo los pocos pobladores que aun se encontraban en el poblado luchaban por recuperar las tierras que se les habían quitado manifestando que eran pobladores indígenas originarios de la locación, es por eso por lo que Soyatitán representa la experiencia que la perdida del alengua se puede producir en conjunto a la defensa de la identidad indígena, (Barrera, 2019, P. 307).

También el asedio de los ladinos en la cabecera y las fincas, por un lado, y la fuga de gente, por otro, permiten comprender el creciente desuso de las lenguas mesoamericanas en Soyatitán, (Barrera, 2019, P. 439).

Algunos habitantes de la región señalan que este cambio se generó por la conquista ya que llegaron al pueblo personas nativas de España, imponiendo su lengua, sus costumbres, creencias y vestimenta, generando la mestización de los habitantes y cada vez alejándose de su cultura originaria, los hijos comenzaron a ir a las escuelas aprendiendo una nueva forma de vivir y de aprender.

En cambio, algunos habitantes más creen que esto se debió a la emigración de personas de otros municipios del estado, en su mayoría trayendo consigo nuevas costumbres y tradiciones que poco a poco fue modificando la forma original de vivir en este pueblo, introduciendo además una más variada gastronomía, porque trajeron nuevos ingredientes de sus municipios, a las preparaciones eran agregadas nuevas especies, ingredientes o incluso algunas eran quitadas de los platillos originales de la región.

Algunos de estos cambios son muy notorios en las festividades que el pueblo tenía, tal es el caso de la feria de la patrona del pueblo “la virgen de asunción” habitantes originarios de la comunidad recuerdan que anteriormente durante esta celebración no participaban en los bailes los famosos parachicos sino más bien el protagonismo era de los denominados panzudos, personas que tiene puestos costales con rellenos sobre la espalda y estomago posteriormente un tipo de overol de colores muy vistosos que cubría todo su cuerpo y finalmente una máscara en la cabeza, dicen que la aparición de los parachicos las trajeron personas originarias del municipio de Acala, así mismo sucede con las famosas ramadas que consta de unos palos de gran tamaño que le son colocadas ramas y posteriormente bolsas con pan, frutas o trastes donde la persona que guste puede tomar uno con el compromiso que el próximo año tiene que reponer lo que tomó al doble.

En la actualidad solo se habla castellano o español, la ropa es la de temporada, además se adoptó la vestimenta del municipio de Venustiano Carranza que es el municipio al que pertenece el poblado esta vestimenta es conocida como traje de “Totic”, aunque suele ser más usada para ciertos eventos y ocasiones en particular, este tipo de vestimenta también se ha modificado para su uso a pesar de seguir siendo un trabajo artesanal por ser un telar de cintura la alta costura permitió crear nuevos vestidos, blusas, faldas, camisas, corsés, y bandas que van más de acuerdo a la temporada, en cambio de la vestimenta original del poblado se olvidó a tal grado que son muy pocas las personas que conocen cuál fue y cómo se portaba.

La cultura alimentaria también se fue modificando, las estufas a base de gas fueron apareciendo y los fogones desapareciendo, las tortillerías comenzaron a aparecer, la primera tortillera que apareció en poblado fue la tortillería la soyatiteca y aún existe, las personas recuerdan como era el auge que esta tortillería tenía puesto que era la única en todo el pueblo las colas eran tan largas que abarcaban incluso cuadras, la elaboración de tortillas a mano se fue reduciendo cada vez aún más en la actualidad cuando existen muchas más tortillerías, ya que es más fácil ir y comprarlas



que hacerlas; la sociedad estaba evolucionando con el paso del tiempo y la producción de caña de azúcar permitía tener una estabilidad económica en la comunidad permitiendo el avance cada vez más notorio hoy en día son muy pocas las personas que cocinan en leña y las que lo hacen es porque prefieren el sabor de cocinar con leña que a gas, porque son de escasos recursos o porque las familias son tan numerosas que es más sencillo cocinar de esa manera, cada vez son más las personas que prefieren comprar tortillas de maíz, pozol o las bebidas tan comunes en este lugar como los atoles y son pocas las que se encargadas de elaborarlas incluso para venderlas.

### **TIPOS DE MAÍZ UTILIZADOS PARA LA ELABORACIÓN DE BEBIDAS Y SU IMPORTANCIA EN LA GASTRONOMÍA LOCAL.**

La agricultura en el poblado es la principal fuente de trabajo para todos los campesinos de la región, el primer lugar la posee la producción de caña de azúcar, el segundo lugar el cultivo de maíz y en tercer lugar se encuentra la producción de frijol.

Don Pedro Hernández Ramírez un agricultor de 71 años, originario del poblado de Aguacatenango, perteneciente al municipio de Venustiano Carranza en Chiapas emigró junto a sus padres cuando era tan solo un niño cometa que fueron sus padres los que le enseñaron el oficio de la agricultura particularmente el cultivo de maíz y frijol.

“Toda mi vida me he dedicado a sembrar la milpa y a cosechar maíz, fue así como pude sacar adelante a toda mi familia ya que era algo numerosa. En toda mi vida solo he hecho la agricultura por temporada de lluvia, la mayoría de las personas no tiene la idea de cuál importante es el campo para todos, especialmente el cultivo de maíz que es la base de la vida y de la alimentación porque todos consumimos algún producto que sea de maíz, la tortilla es el principal elemento de la vida, anteriormente el grano de maíz tenía un valor tan único y el respeto era inmenso, era la bendición más grande que Dios podía darle a la familia”, (Entrevista con Pedro Méndez Ramírez, uno de octubre de 2022).

El señor Alejandro Méndez Hernández, es otro de los agricultores de la comunidad, originario de Soyatitán con 39 años de edad, es hijo de don Pedro Méndez y explica que desde pequeño comenzó a ayudar a su padre en el campo para ayudar a su familia por lo numerosa que era, solo tuvo la posibilidad de culminar la primaria y posteriormente se dedicó por completo a la

agricultura junto a su padre, además trabajó al lado de otros agricultores por eso mantiene grandes conocimientos entorno a la siembra y al maíz que ha adquirido con su padre y con los patrones que ha tenido.

Los campesinos de la comunidad se guían por medio del tiempo, el conocimiento de las cabañuelas es muy importante sobre todo en la actualidad.

"Un verdadero agricultor debe de conocer sobre las Cabañuelas, en estos años ya no llueve como antes que todos los meses de temporada de lluvia era de corrido; ahora llueven meses si y meses no" (Entrevista con Alejandro Méndez Hernández, uno de octubre de 2022).

Las Cabañuelas se presentan en los primeros días del mes de enero cada año, el primer día representa enero, el segundo día febrero, el tercer día marzo así constantemente hasta llegar a los 12 días los 12 meses del año, el día 13 se realiza la vuelta representando el mes de diciembre, el día 14 representa el mes de noviembre, hasta llegar el día 24 que representa el mes de enero; una vez que se terminó la cuenta regresiva de los meses el día 25 es el último día donde todos los meses del año se representan, cada 30 minutos va pasando un mes diferente hasta terminar el día.

En ellas puedes ver qué meses si lloverán bien, cuáles serán de sequía cual es la mejor temporada para sembrar, un agricultor no puede sembrar en las primeras lluvias porque no quiere decir que la lluvia será continua, la siembra más segura se realiza en el mes de junio por que en estos años la lluvia es muy poco segura en los primeros meses y el grano de maíz se pierde lo cual genera una pérdida para los agricultores.

El conocimiento de las Cabañuelas es la herencia de los ancestros y antepasados, se ha pasado de generación en generación, sin embargo, es un conocimiento que se está perdiendo en la actualidad, la mayoría de los jóvenes no conocen e incluso nunca en sus vidas han escuchado la palabra cabañuelas.

En el pueblo se realiza la siembra de dos especies de maíz, el comúnmente llamado criollo y el maíz seleccionado o maíz de bolsa (es así como se conoce al maíz transgénico en el poblado).

### **Proceso de producción del maíz**

Para comenzar con la siembra es importante *cagualiar* el terreno (remover la tierra para retirar las piedras grandes y que la tierra esté más suave y ligera) esta preparación del terreno debe de estar terminada a principios del mes de mayo.

El primer efecto que se tendrá con la preparación previa del terreno es la aparición de monte o hierba que surgen con las lluvias y es necesario realizar la limpieza.

Si la remoción de monte se llevará a cabo por medio de la fumigación es necesario dejar pasar por lo menos tres días más para poder realizar la siembra esto con la finalidad de que el grano de maíz sembrado no muera ya que como la tierra se encuentra ligera en ella está presente el herbicida quemando al grano y evitando que crezca; en cambio si la remoción se llevará a cabo con azadón, coa o machete es decir cualquier utensilio donde se aplica la fuerza del ser humano y no genera impacto en el ambiente no es necesario dejar pasar tantos días más.

Ahora para sembrar los granos es necesario tener una distancia de un metro de ancho por cada surco y 80 centímetros aproximadamente de largo por cada grano si se trata de maíz criollo y de un metro de ancho en cada surco por 50 centímetros de largo por cada grano si se trata de maíz seleccionado (transgénico).

Una vez que el grano ya salió y se encuentra de un tamaño de 25 cm aproximadamente se realiza la fertilización para que la planta pueda crecer lo necesario y dar buenos frutos.

Nuevamente comenzará a aparecer monte o maleza en el cultivo por lo que es necesario eliminarla porque de lo contrario esta hierba robará nutrientes de la planta y evitará su desarrollo correcto, algunas no crecen y las que logran hacerlo no dan frutos y si los dan son bastante malos, además sus hojas presentan quemaduras y su color es muy pálido así que se tendrá que hacer nuevamente la remoción de ellas, ya sea manualmente o con la fumigación de herbicidas.

En el proceso de producción de maíz son dos veces las que se tendrá que limpiar para que el cultivo no tenga ningún tipo de monte o maleza.

Posteriormente las mazorcas comenzaran a aparecer e irán madurando, regularmente cuando los agricultores ven que el pelo de maíz ya está negro y algo seco doblan las cañas de milpa para acelerar la maduración de las mazorcas y que amacicen los que no realizan este procedimiento tienen que esperar el tiempo necesario para que los granos de las mazorcas estén macizos.

Cuando las mazorcas ya están macizas se realiza la tapisca que consiste en ir introduciendo una aguja grande de acero sobre la mitad de la mazorca haciendo presión hacia arriba para poder quitar el doblador, entonces se recolectan en costales para ser transportadas hasta los hogares de los agricultores para dar paso a la siguiente etapa.

En este paso además muchos de los agricultores seleccionan las mazorcas más grandes para poder aprovechar el doblador que es muy demandado en el poblado para la elaboración de diversos tamales.

Una vez que se tiene el maíz en los hogares se tienen que extraer los granos de las mazorcas, existen diferentes formas para poder realizarlas las cuales son:

Majado: para realizar este método es necesario meter dentro de un costal todas las mazorcas que sean posibles, además de tener un mazo lo suficientemente duro, seco y con suficiente peso para golpear el costal durante un largo rato, los granos de maíz se irán separando del lote, se abre el costal para separar granos y olotes para ello debe de haber dos canastas hechas de bambú tejido, en una se irán colocando los olotes y en otra el maíz obtenido.

Desgranado: En este caso las personas comienzan a hacer movimientos con los dedos para separar los granos del olote, también se pueden frotar una mazorca con un olote o bien para mayor facilidad y evitar lastimarse las manos, elaboran su propia herramienta de desgrane que se trata de un trozo de palo al que le clavan algunas grampas y frotan las mazorcas hacia abajo y hacia arriba dando vueltas por toda la mazorca hasta que no tenga ningún grano de maíz. Esta práctica es mucho más tardada y cansada por eso la mayoría opta por la opción del majado.

Otro elemento importante en el proceso de siembra es la *luna maciza* (luna llena) debido a que repercute en la planta de maíz, si el grano de maíz es sembrado en *luna tierna* la milpa crece muy alta y la mazorca es muy pequeña; en cambio si el grano de maíz es sembrado en luna llena la milpa es más pequeña y los nutrientes son mayormente aprovechados por la mazorca siendo está mucho más grande de tamaño y también los granos son más grandes.

Los agricultores de la región junto con los de comunidades vecinas creen y mantienen en la imagen del Santo Arcángel Miguel también conocido en la zona como San Miguel, el respeto y la devoción debido que no es solo el patrono del municipio de Pinola sino también para los

agricultores creyentes de las demás comunidades es además el verdadero jefe de los militantes, es el rayo, el nahual rayo que rige el destino de las cosechas y la distribución de las lluvias.

"San Miguel es el santo rayo, su símbolo está representado con la espada, por eso es considerado el patrono de los agricultores, su espada tiene el poder de destruir la envidia de los vecinos agricultores así como de las plagas que puedan azotar al cultivo, de los vientos tan fuertes que tiran a las plantas, de las sequías y de la infertilidad de la tierra ya que con su espada venció al mal y tiene la capacidad de interceder con Dios para proveer agua a los cultivos", (Entrevista con Pedro Méndez Ramírez, cuatro de noviembre de 2022).

Existen personas en el mundo que son consideradas rayo, personas escogidas por Dios que participan en la lluvia haciendo aquellos relámpagos y estruendos tan grandes que se pueden escuchar y ver iluminar el cielo con la carga tan grande de energía.

"Hace muchos años la región de la frailesca estaba pasando por una sequía que estaba acabando con los cultivos y el ganado un rayo llamado francisco reunió a un grupo de personas la mayoría agricultores y ganaderos con el objetivo de realizar una peregrinación por diferentes iglesias coloniales del estado para pedir lluvias y que la sequía se fuera para siempre, sin embargo muy pocas fueron las personas que creyeron en él, por lo que no contaban con los medios suficientes para poder completar la peregrinación que era bastante extensa en su recorrido.

Junto a las personas que creyeron en él realizaron la promesa de realizar la peregrinación aunque sería más corta de lo que se tenía planeado al principio, iniciaron sus viaje con las provisiones necesarias (alimentos, velas, flores mazorcas de maíz, frijol, cohetes, y bellos cantos) listos para su recorrido recorrieron iglesia por iglesia hasta llegar a la última a la que se había prometido, en cada lugar al que se presentaban entraban de rodillas hasta presentarse al pie del altar entonando sus cantos, dejando sus flores y muestras de maíz y frijol, rezando largos rosarios y pidiendo para que la lluvia regresará a la zona y para la prosperidad de sus tierras y de sus cultivos.

Una vez que completaron su recorrido y de regreso para sus hogares una nube muy grande y negra los estaba acechando, las personas estaban todas muy preocupadas y por lo que el rayo Francisco la alejó de ellos con gran estruendo llevándola hasta la región de origen,

todas las personas estaban temerosas la mayor parte de ellos habían dejados a sus hijos, familiares y animales de domesticación en sus hogares ya que desde lejos se podía observar como la lluvia estaba tan fuerte; al llegar todos a sus casas pudieron darse cuenta como la lluvia había pasado y que no había afectado a nadie, con el paso de los días la lluvia continuó; pero únicamente en los sembradíos de las personas que habían participado en la peregrinación, teniendo cultivos muy verdes y fuertes libre de plagas mientras que las personas que no creyeron en el rayo, seguían padeciendo una terrible sequía, los animales se seguían muriendo por la falta de hierba para comer así como de agua para beber y los granos de maíz se perdían en los suelos secos; es por eso que se considera al rayo como el guardián de los cultivos mientras se presentan las lluvias", (Entrevista con Pedro Méndez Ramírez, cuatro de noviembre de 2022).

### **Las razas más sembradas en la comunidad son**

El maíz criollo que a la vez es conocido por sus diferentes colores que varían, la mayoría suelen ser de color blanco, amarillo, rojo y pinto (negro); aunque en la actualidad los colores son más variados pues dependen de la polinización que las abejas realizan en las milpas, porque dependiendo de los colores que estén sembrados en la región y del tipo de color sembrado que predomine la mazorca podrá ser mucho más diversas de colores, ahora se pueden encontrar mazorcas con diferentes colores en sus granos algunos son blancos, otros amarillo y otros negros, creando nuevas razas que suelen apreciarse a simple vista.

Para realizar la siembra, algunos de los campesinos, porque esto va de acuerdo con sus creencias de la región a la que pertenezcan y el traspaso de conocimiento por parte de sus ancestros es muy importante realizar un ritual que consiste en alimentar a la tierra para que esta pueda dar una buena cosecha.

Para esto se necesita llevar hasta el terreno comida, la que el propietario guste ofrendar, así como de aguardiente o alcohol de caña, es muy importante que sean cualquiera de estos dos tipos de alcohol, velas de diferentes tamaños y las que el propietario considere necesarias, incienso y copal, así como de agua bendita que se regara por toda la línea limitante del terreno con la finalidad de proteger al terreno de los fuertes vientos, de las plagas y de las sequías se pide a Dios

y a la madre tierra para que ella esté bien alimentada, para que no le falten nutrientes al maíz y que la cosecha pueda ser de una buena calidad, con granos parejos y mazorcas grandes.



**Figura 26. Mazorcas de maíz pinto, blanco y amarillo, (Cruz, 2022).**

El día 3 de mayo es el día de la santa cruz. Una de las festividades más importantes en el poblado donde se usa el pozol como producto ritual. Entre todo el poblado se localizan pequeñas ermitas edificadas en los ojos de agua para rendir tributo a la santa cruz y al agua, varios pobladores comentan que la cruz es un símbolo de bendición a estos puntos donde anteriormente acudían con sus recipientes para tener agua en sus hogares. Encontramos cinco en el poblado, cuatro de ellas se encuentran en los ojos de agua, y una frente a la fachada del templo de la virgen de Asunción.

Las festividades en estas ermitas comienzan desde un día antes, el día dos de mayo las personas encargadas y organizadoras se dedican a recibir las cooperaciones voluntarias por las cosas del pueblo, asisten a estos pequeños santuarios para adornar la cruz y colgar nailos de colores picados, así como floreros con flores vistosas de temporada, por la noche realizan un rosario y al terminar reparten a los asistentes tamales y café amenizado con música popular para dar comienzo al baile.

La ermita que cobra más importancia en todo el poblado es la ubicada en la colonia de nombre Mirador ahí se encuentra en el nacimiento de agua u ojo de agua como es popularmente conocido por los pobladores que tiene la capacidad de repartir agua a todo el poblado e incluso a comunidades vecinas, en esté la festividad se lleva a cabo el día tres de mayo por la mañana, donde el párroco del pueblo acude para dar una misa, esto se hace con la finalidad de darle

gracias por el agua y por las lluvias que hubieron en el año, así mismo para pedirle que el año en curso el agua no falte, las lluvias sean buenas y frecuentes, para que las siembras sean prósperas y no falten los alimentos en las casas de cada habitante.

La celebración comienza a las ocho de la mañana, para esto los habitantes se reúnen en el atrio de la iglesia de la virgen de Asunción, con flores, cohetes, collares elaborados con flor de mayo y acompañado de tambores, silbatos y un caracol de mar que se sopla en algunas partes del recorrido, parten rumbo al ojo de agua cantando, una vez que han llegado a su destino se encuentran con un hermoso altar lleno de flores, adornos, copal, semillas de los maíces nativos formando una cruz y velitas de colores, comienza la misa asistida por el párroco del pueblo, es pues una celebración mixta donde se involucra la religión católica y la teología maya india por eso a mitad de la misa, se le agradece a los cuatro puntos cardinales por las lluvias y las cosechas del año pasado, así mismo se pide por las del año en curso, se agradece al agua dándole de comer, es una persona que tiene el cargo de llevar consigo una jícara de pozol, que es derramada sobre el ojo de agua, así mismo se invita a los asistentes para tirar puños de sal, continúa la otra parte de la misa, también se hincan y besan la tierra en señal de agradecimiento se finaliza tocando los tambores silbatos y bailando y bailando únicamente con los pies pues ya se ha agradecido con las otras partes del cuerpo y solo faltan los pies que son los que tocan la tierra, al terminar está celebrando se reparten tamales y agua para que los asistentes desayunen, las semillas colocadas en el altar se reparten a cada asistente para servir como fruto de bendición y prosperidad en los cultivos.

Finalmente a partir de los cuatro colores que se obtienen de la producción de maíz criollo las bebidas se pueden elaborar al gusto o preferencia de la cocinera, por ejemplo: para el atol agrio se pueden usar los cuatro colores blanco que es el más común, amarillo, morado y negro el sabor cambia y varia, ahora para el atole de granillo las cocineras solo utilizan maíz blanco, en cualquiera de los establecimientos en donde se vende podrás ver un atole de granillo de otro color, para el caso del pozol blanco utilizan maíz blanco o amarillo; pero si se desea hacer pozol de cacao solo puede hacerse con maíz blanco, ya para el atol de maza o barraco también se usa el blanco o amarillo, para el tascalate solo se usa maíz blanco y finalmente para el pinol o pinole prefieren usar maíz amarillo por que se cree que el color le permite al tostarlo darle un tono marrón más intenso que con los demás.



## CONCLUSIÓN

La cultura gastronómica de Soyatitán es fruto de cientos de años de intercambio y del perfeccionamiento de las cocineras, gracias a la síntesis de esta investigación resulta fácil de interpretar la importancia del maíz en esta población al narrar la elaboración de seis principales bebidas tradicionales ( atol agrio, pozol blanco y de cacao, atol de masa, atol de granillo, pinol o pinole y Tascalate) las características y diferencias en su elaboración, las principales razas utilizadas en estas elaboraciones y cultivadas en la locación.

Soyatitán un poblado con procedencia tzeltal que con el paso del tiempo fue dejando en el olvido su origen indígena, pero aún conserva tradiciones y fiestas costumbristas, es así como la colaboración de los agricultores y de las cocineras tradicionales fue la herramienta para exponer con toda objetividad el conocimiento de las prácticas y de los saberes en la producción del maíz y de las bebidas.

La actividad que cada cocinera tradicional realiza es tan importante como la del hombre, llevan a cabo trabajos tan precisos al ser involucradas desde muy pequeñas en el arte culinario, pero también en la agricultura encargándose de la siembra y tapisca para ayudar a sus esposos, la elaboración de las bebidas suele tener también un fin comercial para colaborar con los gastos de la casa, incluso por qué en algunos casos son ellas las jefas de familia y es este el trabajo que les permite llevar el sustento a sus hogares.

Resulta relevante como ciertas creencias y prácticas tales como las supersticiones en el proceso de elaboración de las bebidas, prácticas antiguas en la agricultura como las cabañuelas, las etapas de la luna, y los rituales a la madre tierra y al agua por mencionar solo algunas mantienen una relación estrecha con la obtención de una buena cosecha, lo cual mantiene al maíz como una entidad sagrada y de respeto, sin embargo en la actualidad son también prácticas que solo llevan a cabo ciertas personas mayores lo cual colocan en riesgo de desaparecer estas actividades, pues en la actualidad se ha dado paso a los nuevos sistemas de producción producto del avance de la ciencia y del uso de las nuevas generaciones que desconocen y no demuestran importancia alguna por aprender. La sabiduría que las manos de las mujeres cocineras y los hombres agricultores tienen para manipular al maíz es maravillosa que puede ser considerado el don que Dios les otorgo en esta vida.

## PROPUESTAS Y/O RECOMENDACIONES

La propuesta que se tiene es imprimir y entregar una copia del documento a la biblioteca del pueblo denominada “Ing. Leovigildo Muños Ara “con la finalidad de devolver al poblado y su gente toda la información recabada y adquirida en la elaboración de esta investigación, además de servir como un archivo histórico del pueblo, que pueda servir como base o aliento para futuras investigaciones acerca de la cultura, gastronomía, historia, creencias y tradiciones de este hermoso pueblo en las próximas generaciones.

Para futuras investigaciones sería importante vincularse con las autoridades que promueven la cultura para invitar a más cocineras tradicionales de Soyatitán a participar y así poder documentar sus conocimientos e historias de vida relacionadas a la gastronomía y cocina tradicional, debido a que es bastante difícil poder motivarlas a participar porque soy muy celosas de su trabajo, sin embargo, podrían hacer su propio camino para animarlas y que participen permitiendo obtener otras perspectivas y creencias en torno al tema.

Para finalizar es importante recalcar la vitalidad que las seis bebidas mantienen en Soyatitán, bebidas que al desaparecer cambiarían por completo la identidad de la población, pues a pesar de que la vestimenta y lengua de la etnia originaria se ha perdido, la gastronomía continúa vigente hasta nuestros días, principalmente con la elaboración de bebidas hechas con maíz así mismo las creencias y supersticiones en la elaboración permiten mostrar la importancia cultural poco conocida, además lo pobladores de esta localidad están tan acostumbrados a consumirlas que las convierte en la dieta diaria, se sabe ya también que no todas las cocineras elaboran la bebida de la misma forma, y que cada una le otorga un sabor diferente a la bebida, así mismo se sabe que es la forma en la que todos los días se ganan el sustento para mantener a su familia, es tanto para los agricultores como para las cocineras un aprendizaje tan arraigado a su persona que durante las entrevistas y trabajo de campo se pudo observar el amor, el entusiasmo y la pasión con el que desde muy temprano se levantan para realizar sus actividades incluso se puede asegurar que nacen, crecen y mueren amando lo que hacen.

## REFERENCIAS DOCUMENTALES

- Abreu, E. (2012). Popol vuh. Antiguas leyendas del Quiché. (Primera edición). Consejo Nacional para la Cultura y las Artes.
- Acosta, R., (2009). EL CULTIVO DEL MAÍZ, XU ORIGEN Y CLASIFICACIÓN. EL MAÍZ EN CUBA. Cultivos Tropicales, 30(2), 113-120.
- Agencia de Servicios a la Comercialización y Desarrollo de Mercados Agropecuarios, (2018). ¿Conoces el origen del maíz? Artículo. <https://www.gob.mx/aserca/articulos/conoces-el-origen-del-maiz?idiom=es>.
- Aquino, M. (2019). Pozol, un amor compartido más allá de nuestras fronteras. México. Aquinoticias.mx, 07 de octubre 2019. <https://aquinoticias.mx/pozol-un-amor-compartido-mas-alla-de-nuestras-fronteras/>
- Almaguer, J., García, H., Vargas, V., Padilla, M., (2020). Fortalecimiento de la salud con la comida, ejercicio y buen humor: La dieta de la milpa. Modelo de Alimentación Mesoamericana Saludable y Culturalmente Pertinente. Secretaria de salud.
- Atoleagriowix. (Consultado el 23 de agosto de 2022). Elaboración de atole agrio. <https://atoleagriodifusion.wixsite.com/atoleagriowix/elaboracion-de-atole-agrio>.
- Aquinoticias, (2019). Pozol un amor compartido más allá de nuestras fronteras. <https://aquinoticias.mx/pozol-un-amor-compartido-mas-alla-de-nuestras-fronteras/>
- Ayala, E. (202). Caracterización de bebidas tradicionales mexicanas para el desarrollo de saborizantes que puedan ser incorporados a fórmulas lácteas. Tesis de maestría. Universidad Autónoma de Querétaro.
- Barrera, O. (2019). Las Terrazas de los Altos: Lengua, tierra y población de la Depresión Central de Chiapas 1775-1930. (Primera edición). Centro de Investigaciones Multidisciplinarias sobre Chiapas y la Frontera Sur; Universidad Autónoma de México; Consejo Estatal para las Culturas y las Artes.

- Beauregard, G. (2012). Tabasco cultura ambiental, patrimonio biocultural y vulnerabilidad ante el cambio climático. (Primera edición). Secretaria del Medio Ambiente y Recursos Naturales (SEMARNAT).
- Becerra, E. (1930). Nombres geográficos indígenas del estado de Chiapas Catálogo alfabético, etimológico, geográfico, histórica y mitológica, de todos los nombres de lugar (poblaciones, parajes, comarcas, regiones, alturas, valles, ríos, arroyos, lagunas, esteros, etc. Tuxtla Gutiérrez, Chiapas: Tall. Tip. Del Gobierno del Estado.
- Carranza, Chiapas Commx. (2018). Soyatitán: Algunos datos históricos sobre sus orígenes. <https://carranzachiapasmx.wordpress.com/investigacion/soyatitan-algunos-datos-historicos-sobre-sus-origenes/>.
- Centro Interdisciplinario de Biodiversidad y Ambiente. (2022). Zea Mays. <https://ceiba.org.mx/zea-mays/>
- Ciudadanía Express. (2015). Bebida de origen prehispánico: Atol agrio. <https://www.ciudadania-express.com/2015/imprimir/bebida-de-origen-prehispanico-atol-agrio>
- CONACULTA. (2005). Pueblo de maíz: La cocina ancestral de México. Expediente en la UNESCO.
- Cruz, E. (2022). Bebida atol agrio en Soyatitán. Imagen
- Cruz, E. (2022). Pozol blanco. Imagen
- Cruz, E. (2022). Pozol de cacao. Imagen
- Cruz, E. (2022). Bebida atol de masa. Imagen
- Cruz, E. (2022). Bebida pinol o pinole. Imagen
- Cruz, E. (2022). Bebida atole de granillo. Imagen
- Cruz, E. (2022). Bebida tascalate. Imagen
- Cruz, E. (2022). Cocinera tradicional, Rosaria Hernández. Imagen

Cruz, E. (2022). Cocinera tradicional Carmen Méndez. Imagen

Cruz, E. (2022). Cocinera tradicional Ada Luz Goicoechea. Imagen

Cruz, E. (2022). Mazorcas de maíz pinto, blanco y amarillo. Imagen

Cruz, E. (2022). Cocción del atol agrio. Imagen

Cruz, E. (2022). Colado de la masa para obtener el atol agrio. Imagen

Cruz, E. (2022). Puesta de maíz, para nixtamalizar. Imagen

Cruz, E. (2022). Cocción del maíz para pozole. Imagen

Cruz, E. (2022). Proceso de agriado del maíz. Imagen

Cruz, E. (2022). Batido de la masa, para atol agrio. Imagen

Cruz, E. (2022). Molienda del nixtamal, para pozol. Imagen

Cruz, E. (2022). Molienda del cacao. Imagen

Cruz, E. (2022). Tueste del cacao, para pozol de cacao. Imagen

Cruz, E. (2022). Cocción del atol de masa. Imagen

Cruz, E. (2022). Elaboración del atole de granillo. Imagen

Cruz, E. (2022). Amasado para pozol de cacao. Imagen

Cruz, E. (2022). Cocción del atole de granillo. Imagen

Cruz, E. (2022). Tueste del maíz para tascalate. Imagen

Cruz, E. (2022). Tapisca de maíz. Imagen

Cruz, E. (2022). Polvo de tascalate. Imagen

Cruz, E. (2022). Molienda de tascalate. Imagen

Cruz, E. (2022). Peregrinación del día de la santa cruz. Imagen

- Cruz, E. (2022). Santa Cruz en Soyatitán. Imagen
- Cruz, E. (2022). Quema de cohetes en el ritual alimentación a la madre tierra. Imagen
- Cruz, E. (2022). Misa en celebración de la santa cruz. Imagen
- Cruz, E. (2022). Ritual para pedir por las lluvias. Imagen
- Cruz, E. (2022). Fachada templo de la virgen de Asunción. Imagen
- Cruz, E. (2022). Agricultores realizando la remoción de maleza. Imagen
- Cruz, E. (2022). Agricultor tomando pozol. Imagen
- Cruz, E. (2022). Cocinera sirviendo pozol. Imagen
- Diario rotativo. (2014). Atole de granillo, bebida tradicional en los hogares chiapanecos. [https://rotativo.com.mx/nacionales/atole-de-granillo-bebida-tradicional-en-hogares-chiapanecos\\_347526\\_102.html](https://rotativo.com.mx/nacionales/atole-de-granillo-bebida-tradicional-en-hogares-chiapanecos_347526_102.html).
- Díaz, L., Torruco, U., Martínez, M., Varela, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. (Vol. 2). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Directo al paladar.com.mx. (2020). Tascalate; bebida prehispánica del amor que sobrevive en Chiapas. <https://www.google.com/amp/s/www.directopaladar.com.mx/ingredientes-y-alimentos/tascalate-bebida-prehispanica-amor-que-sobrevive-chiapas-cuales-sus-beneficios/amp>
- Enciclopedia Humanidades. (2018). Maíz: historia, variedades, usos y características. <https://humanidades.com/maiz/>.
- Enciclopedia humanidades (2023). Las hojas de maíz pueden alcanzar los 120 cm de longitud. <https://humanidades.com/maiz/>
- El imparcial. (2015). Pooté o pinole; bebida refrescante para época de calor en Chiapas México. El imparcial/ noticias de estilos. <https://www.elimparcial.com/sonora/estilos/Poote-o-pinol-bebida-refrescante-para-epoca-de-calor-en-Chiapas--20150214-0099.html>

- El sol de México. (2022). Maíz de todos colores, pero no de todos. <https://www.google.com/amp/s/www.elsoldemexico.com.mx/finanzas/maiz-de-todos-colores-mexico-produce-59-razas-de-alta-calidad-8180108.html>
- El universal. (2020). Que es el pozol y como se prepara. <https://www.google.com/amp/s/www.eluniversal.com.mx/menu/que-es-el-pozol-y-como-se-prepara/%3foutputType=amp>
- Fernán, A. (2006). Estudio de las características del pozol elaborado con leche HTST y UHT.
- Fideicomiso de Riesgo Compartido. (2017). El maíz, base de la dieta mexicana desde la época prehispánica. <https://www.gob.mx/firco/articulos/el-maiz-base-de-la-dieta-mexicana-desde-epoca-prehispanica>.
- Gallegos, M., Salazar, F. (2003). Pozol, bebida tradicional de Tabasco. Instituto Nacional de Antropología e Historia.
- García, P. (2020). Cocineras tradicionales: En las mujeres vive la gastronomía. Animal gourmet. <https://www.animalgourmet.com/2020/03/03/compendio-cocineras-tradicionales/>.
- Goicoechea, A. L. C. (2022). Entrevista sobre aspectos socioculturales en la elaboración del atol de masa. Soyatitán, mpio. Venustiano Carranza, Chiapas.
- Goicoechea, A. L. C. (2022). Entrevista para documentación sobre los recuerdos que le trae a la mente la cocina tradicional. Soyatitán, mpio. Venustiano Carranza, Chiapas.
- González, M. (2020). Refrescos en México: Chiapas, el estado de México donde el consumo de refresco es 30 veces superior al promedio mundial. <https://www.google.com/amp/s/www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-53746039.amp>
- Gourmet de México. (2023). El atol agrio es uno de los muchos legados prehispánicos que mantenemos en la actualidad. <https://gourmetdemexico.com.mx/gourmet/que-es-el-atole-agrio/>

- Hernández, R. (2022). Entrevista para documentación de los recuerdos que le provocan hablar sobre su vida como cocinera tradicional. Soyatitán, mpio. Venustiano Carranza, Chiapas
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2020) división municipal. Chiapas. en: [https://cuentame.inegi.org.mx/monografias/informacion/chis/territorio/div\\_municipal.aspx?tema=me&e=07](https://cuentame.inegi.org.mx/monografias/informacion/chis/territorio/div_municipal.aspx?tema=me&e=07)
- Instituto Nacional de Estadística y geografía (2013) conociendo Chiapas 2013. [http://internet.contenidos.inegi.org.mx/contenidos/Productos/prod\\_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/estudios/conociendo/Chiapas.pdf](http://internet.contenidos.inegi.org.mx/contenidos/Productos/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/estudios/conociendo/Chiapas.pdf)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020). Relieve. Chiapas. <https://cuentame.inegi.org.mx/monografias/informacion/chis/territorio/relieve.aspx?tema=me&e=07>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020). Clima. Chiapas. <https://cuentame.inegi.org.mx/monografias/informacion/chis/territorio/clima.aspx?tema=me&e=07>
- Instituto Nacional de Pueblos Indígenas (2016), El atole. Bebidas tradicionales de los pueblos indígenas. <https://www.gob.mx/inpi/articulos/el-atole-bebidas-tradicionales-de-los-pueblos-indigenas>
- Jiménez, C. (2021). Preparación del pozol y sus beneficios de consumirlo. Blog Laminas y aceros. <https://blog.laminasyaceros.com/blog/pozol-una-bebida-ancestral-comestible-parte-2>.
- Lagunes, A., Rodríguez, J., Silva, G., Rodríguez, D. (2021). La nixtamalización del maíz, eje de la cultura Mesoamericana tuvo sus antecedentes en el combate de insectos.
- Long, J. (2012). Tecnología Alimentaria, prehispánica.
- Masdemx. (2016). Recetas prehispánicas. Pozol blanco. <https://masdemx.com/2016/08/receta-pozol-blanco/>.
- Maldonado, D. (2017). Bebidas tradicionales, una expresión cultural. URKO. Cocina local. <https://www.urko.rest/blogurko/bebidastradicionales>.



- Méndez, A. (2022). Entrevista para documentar las principales características que debe saber un agricultor. Soyatitán, mpio. Venustiano Carranza, Chiapas.
- Méndez, C. (2022). Entrevista sobre la leyenda asociada al respecto por el maíz. Soyatitán, mpio. Venustiano Carranza, Chiapas.
- Méndez, C. (2022). Entrevista sobre el conocimiento de la siembra de maíz. Soyatitán, mpio. Venustiano Carranza, Chiapas.
- Méndez, C. (2022). Entrevista para documentación de que representa para ella la cocina tradicional. Soyatitán, mpio. Venustiano Carranza, Chiapas.
- Méndez, C. (2022). Entrevista sobre la experiencia en cocina. Soyatitán, mpio. Venustiano Carranza, Chiapas.
- Méndez, P. (2022). Entrevista sobre vivencias en la agricultura. Soyatitán, mpio. Venustiano Carranza, Chiapas.
- Méndez, P. (2022). Entrevista sobre las creencias religiosas asociadas al cultivo de maíz. Soyatitán, mpio. Venustiano Carranza, Chiapas.
- Méndez, P. (2022). Entrevista para documentación de la leyenda de peregrinación para pedir por las lluvias ante la sequía. Soyatitán, mpio. Venustiano Carranza, Chiapas.
- Munarriz, B. (1992) Técnicas y métodos de investigación cualitativa, universidad del país vasco. Pueblos América.com; Soyatitán (Chiapas). (s.f). <https://mexico.pueblosamerica.com/i/soyatitan/>.
- Representación agricultura Tabasco. (2018). Pozol con cacao: Bebida ancestral. <https://www.gob.mx/agricultura/tabasco/articulos/pozol-con-cacao-bebida-ancestral?idiom=es>.
- Rodríguez, G., Gil, J., García, E. (1996). Metodología de la investigación cualitativa. Editorial Aljibe.

Sahagún, L. (s.f.). Recetario de alimentos, bebidas, postres y usos medicinales elaborados a base de maíz, en la época prehispánica y actual. [https://www.academia.edu/10182214/RECETARIO DE ALIMENTOS BEBIDAS POSTRES Y USOS MEDICINALES ELABORADOS A BASE DE MA%C3%8DZ EN L AEPOCA PREHISPANICA Y ACTUAL](https://www.academia.edu/10182214/RECETARIO_DE_ALIMENTOS_BEBIDAS_POSTRES_Y_USOS_MEDICINALES_ELABORADOS_A_BASE_DE_MA%C3%8DZ_EN_L_AEPOCA_PREHISPANICA_Y_ACTUAL).

SEMARNAT, SEP. (2021). Día nacional del maíz.

Secretaria de Agricultura y Desarrollo Rural. (2019). El ciclo agrícola, ¿Cuándo se siembra y cuando se cosecha?<https://www.gob.mx/agricultura/es/articulos/el-ciclo-agricola-cuando-se-siembra-y-cuando-se-cosecha#:~:text=El%20periodo%20de%20siembras%20del,en%20marzo%20del%20a%C3%B1o%20subsecuente..>

Stake, R. (1999). Investigación con estudios de casos. (Segunda edición). Editorial Morata, S. L.

Suprema radio. (2020). Atole de granillo bebida prehispánica de Chiapas. <http://www.noticias.supremaradio.com/2015/03/atole-de-granillo-bebida-prehispanica.html?m=1>

UNAM. (2020). Universitarias retoman y promueven proceso artesanal de nixtamalización. [https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2020\\_322.html](https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2020_322.html)

Valverde, L. (1993). El diario de campo. Revista trabajo social.

Velasco, O. (2021)

Vega, B. (2020) ¿Qué es una cocinera tradicional? El sol de Sinaloa: <https://julioastillero.com/que-es-una-cocinera-tradicional/>

Vega, B. (2020). La tía de Kaua en Yucatán junto a su mamá haciendo tortillas. <https://www.google.com/amp/s/www.elsoldesinaloa.com.mx/circulos/raices-culinarias-que-es-una-cocinera-tradicional-4922127.html>

Viaje top. (2023). Mapa de Soyatitán Chiapas, carreteras, vista desde satélite. <http://www.viajetop.com/mx/mapas-satelite-chiapas.php?plano=Soyatit%E1n>

VITA ONG. (2021). La historia del maíz y su cultivo.

Wikipedia la enciclopedia libre. (s.f.). Bebidas de México.  
[https://es.m.wikipedia.org/wiki/Bebidas\\_de\\_M%C3%A9xico](https://es.m.wikipedia.org/wiki/Bebidas_de_M%C3%A9xico).

Zavala, E. (2023). Tascalate, bebida prehispánica de amor. Tradición es cultura.  
<https://tradicionscultura.com.mx/2023/02/14/tascalate-la-bebida-prehispanica-del-amor/>

# **ANEXOS**



Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas

Facultad de Ciencias de la Nutrición y  
Alimentos

Licenciatura en Gastronomía



Anexo 1. GUIÓN DE ENTREVISTA DIRIGIDAS A COCINERAS.

### DATOS DE IDENTIFICACIÓN.

Esta entrevista forma parte de la investigación denominada “Maíz, bebida tradicional de Soyatitán”, que dirige Emmanuel Cruz Méndez, estudiante de la licenciatura en Gastronomía de la Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas.

Fecha de entrevista: \_\_\_\_\_

El objetivo de esta entrevista es poder obtener los datos necesarios para analizar la elaboración e importancia cultural de las principales bebidas tradicionales en la cultura gastronómica, de Soyatitán.

1. ¿Cuál es su nombre completo?
2. Me podría platicar un poco de sus orígenes (es originaria de Soyatitán, sus familiares son de ahí, cuántos años tiene)
3. ¿Cuántos años tiene elaborando la bebida tradicional? (¿cuáles bebidas tradicionales sabe elaborar?)
4. ¿Qué es para usted una bebida tradicional? (¿Que es para usted el pozol, el tascalate, el atol agrio, el atole de masa, el atole de granillo y el pinol?)
5. ¿Qué representa para usted la cocina?
6. ¿Me podría platicar quien le enseñó a prepararlas? (en qué época, en qué condiciones culturales)
7. ¿Qué utensilios usar o usaban en la elaboración de las bebidas?

Me puede explicar o le ayudo a preparar:

8. ¿Cómo elabora el pozol?
9. ¿Cómo elabora el atol agrio?
10. ¿Cómo elabora el atole de granillo?
11. ¿Cómo elabora el atole de masa?
12. ¿Cómo elabora el tascalate?
13. ¿Cómo elabora el pinole?
14. ¿Usted suele enseñarles a sus familiares a elaborar estas bebidas? ¿Por qué?

En la medida en que explica cómo lo elabora, irá preguntando cuáles son los simbolismos y significados asociados a la elaboración.



Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas

Facultad de Ciencias de la Nutrición y  
Alimentos

Licenciatura en Gastronomía



Anexo 2. GUIÓN DE ENTREVISTA DIRIGIDA A LOS AGRICULTORES.

### **DATOS DE IDENTIFICACIÓN.**

Esta entrevista forma parte de la investigación denominada “Maíz, bebida tradicional de Soyatitán”, que dirige Emmanuel Cruz Méndez, estudiante de la licenciatura en Gastronomía de la Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas.

El objetivo de esta entrevista es poder obtener los datos necesarios conocer los tipos de maíz utilizados para la elaboración de las bebidas y su importancia en la gastronomía local.

1. ¿Cuál es su nombre completo?
2. ¿Cuántos años tiene?
3. ¿Cuánto tiempo lleva dedicándose a la agricultura? (sus padres se dedicaban a la agricultura)
4. ¿Qué tan importante creé que es la milpa? (hay milpa o son monocultivo)
5. ¿Porque produce milpa en pequeñas cantidades?
6. ¿Qué tipo de maíz siembra? (o tipos de maíz se siembran o sembraban)
7. ¿Porque el maíz es importante para usted y para la comunidad?
8. Me puede explicar ¿Cómo se siembra?
9. ¿Cómo y cuándo inicia el ciclo de la siembra? (se guían por las cabañuelas u otra técnica)
10. ¿Quién le enseñó a sembrar?
11. ¿Qué herramientas o insumos usa para la producción del maíz?
12. ¿Qué factores intervienen para una mala producción de maíz?
13. Realiza algún ritual o peregrinación asociado a las cosechas (petición de agua, alimentar la tierra).

Anexo 3. FOTOGRAFÍAS DEL PROCESO DE ELABORACIÓN DE LAS BEBIDAS.



Figura 27. Cocción del atol agrio, (Cruz, 2022).



Figura 28. Colado de la masa para obtener atol agrio, (cruz, 2022).



Figura 29. Puesta de cal al maíz para nixtamalizar, (Cruz, 2022).



Figura 30. Cocción del maíz para pozol, (Cruz, 2022).



Figura 31. Proceso de agriado del maíz, (Cruz, 2022).



Figura 32. Batido de la masa, para atol agrio, (Cruz, 2022).





Figura 33. Molienda del nixtamal, para pozol, (Cruz, 2022).



Figura 34. Molienda del cacao, (Cruz, 2022).

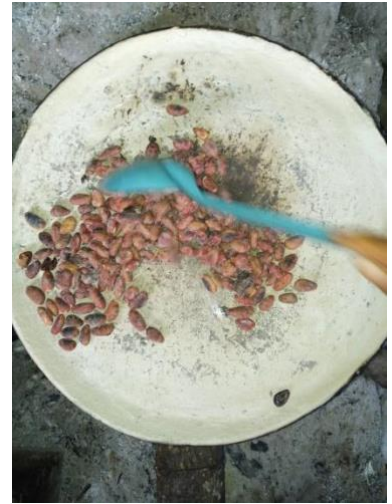


Figura 35. Tueste del cacao, para pozol de cacao, (Cruz, 2022).



Figura 36. Cocción del atol de masa, (Cruz, 2022).



Figura 37. Elaboración del atol de granillo, (Cruz, 2022).



Figura 38. Amasado para pozol de cacao, (Cruz, 2022).



**Figura 39. Cocción del atole de granillo, (Cruz, 2022).**



**Figura 40. Tueste del maíz para tascalate, (Cruz, 2022).**



**Figura 41. Tapisca de maíz, (Cruz, 2022).**



**Figura 42. Polvo de tascalate, (Cruz, 2022).**



**Figura 43. Molienda de tascalate, (Cruz, 2022).**



**Figura 44. Peregrinación del día de la Santa Cruz, (Cruz, 2022).**



**Figura 45. Santa Cruz en Soyatitán, (Cruz, 2022).**



**Figura 46. Quema de cohetes en el ritual de alimentación a la madre tierra, (Cruz, 2022).**



**Figura 47. Misa en celebración de la Santa Cruz, (Cruz, 2022).**



**Figura 48. Ritual para pedir por las lluvias, (Cruz, 2022).**



**Figura 49. Fachada del templo de la virgen de la Asunción, en Soyatitán, (Cruz, 2022).**



**Figura 50. Agricultores realizando la remoción de maleza, (Cruz, 2022).**



**Figura 51. Agricultor tomando pozol, (Cruz, 2022).**



**Figura 52. Cocinera sirviendo pozol, (Cruz, 2022).**