

**UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y
ARTES DE CHIAPAS**

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

**ELABORACIÓN DE
TEXTO**

**ELABORACIÓN DEL ATOL DE
GRANILLO Y JOCOATOL EN
COMITÁN DE DOMÍNGUEZ**

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

PRESENTA

ESTEFANÍA LÓPEZ AGÜERO

DIRECTOR

L.G. JESÚS ALBERTO SALDAÑA ARGÜELLO



TUXTLA GUTIÉRREZ, CHIAPAS

OCTUBRE, 2024



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



Autorización de Impresión

Lugar y Fecha: Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, 15 de octubre de 2024

C. Estefanía López Agüero

Pasante del Programa Educativo de: Gastronomía

Realizado el análisis y revisión correspondiente a su trabajo recepcional denominado:
Elaboración del atol de granillo y jocoatol en Comitán de Domínguez

En la modalidad de: Elaboración de texto

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

Dr. Sergio Mario Galindo Ramírez

Mtro. Oscar Ranulfo Pérez Llaven

Mtro. Jesús Alberto Saldaña Argüello



COORDINACIÓN
DE TITULACIÓN

Firmas

AGRADECIMIENTOS

A Dios por haberme permitido iniciar y concluir con esta etapa de mi vida, con altas y bajas pero siempre me mantuvo fuerte y valiente. Y sin duda a mis padres; Arminda Magaly Agüero Pinto y José Eduardo López Moreno, por guiarme, aconsejarme, escucharme y sobre todo por el apoyo incondicional que he recibido en cada etapa de mi vida y esta no fue la excepción, por estar en las buenas y en las malas a mi lado. Gracias por cada palabra de motivación y abrazos. Y sin duda el agradecimiento más grande que les tengo a ellos es el haberme enseñado a creer en mí.

A mis hermanos Eduardo y Estrella por ser dos fuertes pilares en mi vida, por cuidarme, apoyarme y sobre todo por ser mis compañeros de vida, aunque venimos del mismo lugar sé que cada uno volará y buscara su propio camino, y aunque algún día estemos lejos, sé que estarán para mí y yo para ellos. El agradecimiento es por existir en mi vida y alegrármela con sus locuras.

A mis abuelos tanto paternos como maternos, que aunque no me pudieron acompañar en esta etapa, sus pláticas, sus recuerdos me sirvieron para seguir a delante y motivarme cada día. Este logro profesional es un tributo para mis abuelas Arminda y Martha, ya que por cuestiones sociales, no se les fue permitido desarrollarse de una forma más seria en la cocina, sin embargo como cocineras en casa tenían un sazón espectacular. Recuerdo con mucho cariño y acobijo cada recuerdo con mis abuelitos, estarán siempre en mi corazón y memoria, gracias abuelito Alfonso, abuelito Ángel, abuelita Arminda y abuelita Martha.

A mis tíos paternos, maternos y políticos por el apoyo y siempre creer y confiar en mí.

A los artesanos que me permitieron entrevistarlos, a las señoras María Elena, Rosario Avendaño, Josefina Espinosa, Maricruz Espinosa y María Isabel Espinosa, por haber me compartido su sabiduría y técnicas para elaborar estas bebidas tradicionales de la ciudad de Comitán de Domínguez.

CONTENIDO

Introducción.....	1
Justificación.....	3
Objetivos.....	5
General.....	5
Específicos.....	5
Marco Teórico.....	6
Maíz.....	6
Chiapas.....	12
Comitán de Domínguez.....	13
Comitán de Domínguez como pueblo mágico.....	20
Gastronomía Comiteca.....	37
El maíz en la Meseta Comiteca.....	40
Las Bebidas.....	43
El Atol.....	44
Jocoatol.....	47
Atol de granillo.....	55
Metodología.....	60
Tipo de estudio.....	60
Población.....	61
Técnicas e instrumentos para la recolección de datos.....	61
Estructura del trabajo.....	62
Resultados.....	64
Guía de contacto gastronómico.....	66
Taller de elaboración de atol de granillo y jocoatol de manera ancestral.....	89
Conclusiones.....	93
Propuesta y/ o Recomendaciones.....	95
Referencias documentales.....	97
Anexos.....	100

Anexo 1. Entrevistas a personas que elaboran atol de granillo y jocoatol en la ciudad de Comitán de Domínguez y alrededores	100
---	-----

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Festival del maíz 2023	6
Figura 2. Mapa de México con localización de los centros de origen, domesticación y centros de diversificación primaria del maíz	8
Figura 3. Tortillas de maíz.....	9
Figura 4. Panadería a base/inspirado por el Maíz “Conchas de maíz, Mazorcas (Pan fino), Panque de totomoxtle y plátano, panque de elote”	10
Figura 5. Templo de la Cruz Foliada en Palenque, Chiapas	11
Figura 6. Ritual maya Tojolabal, Comitán de Domínguez	11
Figura 7. Estado de Chiapas seccionado según por sus regiones económica.....	12
Figura 8. Templo de Santo Domingo de Guzmán, Comitán de Domínguez	14
Figura 9. Mapa del estado de Chiapas, señalando Comitán de Domínguez Instituto Nacional para el Federalismo y el Desarrollo Municipal,	15
Figura 10. Foto antigua de la Iglesia de San Caralampio	16
Figura 11. Chorros de agua en el parque de San Caralampio.....	21
Figura 12. Iglesia de Santo Domingo de Guzmán.....	21
Figura 13. Iglesia de San José, en Comitán de Domínguez.	22
Figura 14. Iglesia de San Caralampio en Comitán de Domínguez	22
Figura 16. Retrato del Dr. Belisario Domínguez Palencia	23
Figura 18. Rosario Castellanos.....	24
Figura 19. Fotografía del juego de pelota en la Zona Arqueológica Tenam Puente	25
Figura 20. Cascada el chiflón	26
Figura 21. Cenote de Chucumaltic	26
Figura 22. Lago Pojoj e isla de las orquídeas, Lagunas de Montebello	27
Figura 23. Tradicional Rosca de Reyes	28
Figura 24. Peregrinación de San Sebastián	28
Figura 25. Entrada de velas y flores del Señor de Esquipulas	29
Figura 26. Feria del tamal 2023, Tamal de mole acompañado con atol de granillo	29
Figura 27. Entrada de velas y flores a honor a San Caralampio.....	30
Figura 28. Altar a San José, en el interior de la Iglesia de San José	31
Figura 29. Domingo de Ramos	31

Figura 30. Desfile de carros alegóricos Comitán de Domínguez	32
Figura 31. Templo de Santo Domingo el día 4 de agosto	33
Figura 32. Parque central de Comitán de Domínguez en septiembre	34
Figura 33. Parque central del Comitán de Domínguez en temporada de Día de muertos ...	34
Figura 34. Interior de la Iglesia de la Virgen de Guadalupe	35
Figura 35. Preparación para el nacimiento del Niño Dios	35
Figura 36. Reja de papel picado	36
Figura 36. Gandores de la feria del elote 2024	41
Figura 37. Ceremonia de inauguración de la gran fiesta del maiz	43
Figura 38. Jocoatol elaborado por la señora Josefina Espinosa	48
Figura 39. Ingredientes utilizados por la señora Rosario Avendaño, para la elaboración del Jocoatol.....	49
Figura 40. Basura que se retiró del maíz	50
Figura 41. Maíz en remojo	51
Figura 42. Grano de maíz inflado y fermentado.....	51
Figura 43. Masa obtenida del maiz fermentado	52
Figura 44. Colado de la masa fermntada	52
Figura 45. Cocción del jocoatol (.....	53
Figura 46. Espesor del jocoatol	53
Figura 47. Jocoatol elaborado por la señora Rosario Avendaño	54
Figura 48. Maíz blanco	55
Figura 49. Cubeta de lámina galvanizada	56
Figura 50. Nixtamalización del maíz blanco	57
Figura 51. Granillo	57
Figura 52. Molienda de maíz blanco	58
Figura 53. Filtrado del suero de maíz blanco para la elaboración del atol de granillo.....	58
Figura 54. Endulzando el atol de granillo.....	59
Figura 55. Atol de granillo	59

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Diferencia entre elaboración del atol de granillo.	65
Tabla 2. Diferencia entre elaboración del jocoatol.	66

INTRODUCCIÓN

Con el paso del tiempo todo cambia, se transforma, evoluciona y por supuesto la alimentación no es la excepción, entre ingredientes y técnicas de preparación, la cocina de los pueblos mantiene su esencia pero se adapta a las circunstancias, como la economía, o la accesibilidad de ciertos utensilios e insumos. Es por ello que en este escrito se describe una tradición representativa de Comitán de Domínguez, la cual a prevalecido al pasar de los años; esta es la elaboración de atol de granillo y jocoatol. A lo largo del tiempo, en la cultura Comiteca se ha caracterizado por el consumo de dichos atoles, los cuales son elaborados a base de maíz amarillo y maíz blanco.

Comitán de Domínguez o para ser exacta la Meseta Comiteca es uno de las regiones que destacan por la producción de maíz a nivel Estatal. Por ello una bebida a base de maíz mantiene una gran importancia para esta región y la tradición ha prevalecido al pasar de los años.

El maíz es un alimento con demasiada importancia en México. Ya que la gastronomía mexicana se basa en el maíz, desde el origen de la vida, hasta llegar a ser el principal exponente de la gastronomía mexicana, es por eso que al maíz lo podemos encontrar en distintas presentaciones como en platos fuertes, postres, panes, acompañantes y bebidas. La mayoría de estas variedades de alimentos son de épocas prehispánicas, como es el caso de los atoles, estos, son bebidas a base de maíz, el cual cuenta con infinidad de variedades, los cuales se pueden diferenciar por los distintos modos de preparaciones que existen y el sabor, el cual cambia según la preparación y los ingredientes que se le añadan, como pueden ser hiervas de olor, la combinación con alguna fruta o semilla e incluso una fermentación. El atol tiene una gran importancia en la alimentación y en la sociedad ya que aporta energía y saciedad para comenzar un día de trabajo.

El Atol de granillo es elaborado a base de maíz blanco y se caracteriza por los granitos de maíz que lleva. Su elaboración no es compleja, sin embargo lleva de demasiado tiempo y dedicación. Por otro lado el jocoatol es un atol que se caracteriza por el sabor ligeramente agrio, esto es el resultado de la fermentación que lleva el maíz para su elaboración, este es a base de maíz amarillo.

Para un poblador Comiteco, los atoles son parte de la identidad, una tradición, una costumbre que se ha ido heredando de generación en generación. Sin embargo esto suele confundir con

cotidianidad. Ya que es común ver de lunes a domingo por las mañanas y por las noches a esas señoras que cargan ollas de peltre, y gritan “atol de granillo, jocoatol”. Y lamentablemente no se le da la importancia que se merece.

En este documento con epicentro en la Ciudad de Comitán de Domínguez, se recopilaron datos, como; técnica de elaboración, ingredientes, utensilios e historias de artesanos que se encargan de producir estas bebidas tradicionales, por medio de una investigación de campo, se entrevistaron a artesanos los cuales nos proporcionaron datos inéditos, como es el proceso de elaboración, ya que rara vez suelen compartirlo.

Esta investigación tanto de campo como documental, nos ayudó a recopilar suficiente información para poder llegar a elaborar este documento, ya que fueron alrededor de 4 meses de ardua investigación y dedicación a tomar fotografías, hacer entrevistas, visitar a artesanos que elaboraron estas recetas para tener el proceso claro y concreto. Además de buscar conceptos indispensables para la investigación, festividades, barrios, atractivos turísticos, gastronomía típica de Comitán de Domínguez para así tener una contextualización de toda la investigación.

Con lo mencionado anteriormente se logró crear una “Guía de contacto gastronómico” la cual nos da información de las personas que hacen y elaboran estas bebidas, la cual permitirá que las personas que tengan al alcance esta guía puedan ponerse en contacto directo con personas que lo elaboran o lo venden.

Además nos dio la oportunidad de crear un taller el cual su objetivo es replicar estas recetas y que las personas interesadas no solo puedan replicarlas si no explicarles el origen, la importancia que tiene preservar la tradición.

Este escrito ayudara a preservar esta tradición, y que en unos años estas bebidas no quede obsoletas y se tenga un registro de ella. Con el fin de poder llegarla a duplicar sin ningún error al pasar de los años.

JUSTIFICACIÓN

La gastronomía mexicana tiene como base el maíz, es el ingrediente común en cualquier platillo o bebida mexicana. Es por ello, que es importante la investigación de productos derivados del maíz. Para así preservar nuestros orígenes, y tener un respaldo por medio de este escrito, como es el caso de las bebidas a base de maíz, que en esta ocasión son los Atoles.

El atol es una bebida prehispánica a base de maíz, la cual no está totalmente documentada, en cuanto a su origen y la importancia que tiene en la sociedad. Ya que su origen es muy antiguo y no existen registros, sin embargo con la investigación que se realizará se podrá tener un contexto más definido.

Por otra parte no está demás decir que en Chiapas existe un gran consumo de atoles, los cuales los más representativos son el atol agrio y el atol de granillo. Chiapas cuenta 15 regiones económicas una de ellas es la Meseta Comiteca Tojolabal, la cual está conformada por siete municipios de los 124 municipios que cuenta en total Chiapas. Los municipios que integran la Meseta Comiteca Tojolabal son; Comitán de Domínguez, La Independencia, Las Margaritas, Las Rosas, La Trinitaria, Tzimol y Maravilla Tenejapa en la cual la producción de maíz es relativamente grande, según la demanda y el consumo de la población de esta región. Es por ello, que el enfoque de esta investigación va dirigido al municipio de Comitán de Domínguez ya que es el centro de la región y uno de los municipios más importantes de Chiapas, mencionando además que se caracteriza por su gastronomía, tradiciones, cultura, historia y atractivos turísticos.

La importancia de esta investigación es la elaboración del atol de granillo y jocoaltol. Y la sociedad comiteca nos indica que la magnitud social es grande ya que casi todo ciudadano de Comitán de Domínguez lo consume o por lo menos lo conoce. Es un producto trascendente ya que su sabor, elaboración y técnicas van de generación en generación, es por eso que se necesita documentar para que no se pierda, ya que al pasar de los años, la sociedad va evolucionando, y en algunos casos olvidando. La vulnerabilidad de la investigación es alta ya que las personas que elaboran este producto cada vez son menos, además de que no les gusta compartir sus recetas, lo cual esto ha influido para no poder ser documentada, como muchos otros productos gastronómicos. Es por esto que con la ayuda de los artesanos que nos proporcionaran información, podremos recopilar esta información y no se olvidados en esta sociedad tan cambiante. Es factible hablar de este producto ya que se puede catalogar como

patrimonio por la importancia cultural, social, gastronómica, y la importancia que tiene en la dieta diaria de un comiteco.

Por lo tanto con los resultados de la investigación se realizará una guía de contacto, la cual contendrá una breve descripción del artesano que realice este tipo de atoles, además de una foto de la persona, su número telefónico, dirección en la cual labora y los horarios de trabajo.

Este trabajo es necesario ya que con una guía de contacto se podrá tener una base de datos de ellos, que permitirá tanto a habitantes como a turistas poder ponerse en contacto con las personas que venden y elaboran este tipo de bebidas. Los turistas o pobladores de la ciudad podrán obtener esta guía de contacto en módulos de turismo, hoteles y restaurantes que nos permitan el acceso al establecimiento. Con ese acceso se podrá repartir en estos puntos estratégicos de la ciudad, para que gran parte de la población tenga acceso a esta guía.

Dicho lo anterior este trabajo contara con una gran parte de información que nos permitirá entender la importancia de la preservación de estas bebidas, que cada día cuesta más encontrarlas.

OBJETIVOS

General

Documentar los procesos de elaboración, ingredientes, utensilios y técnicas culinarias que intervienen en la elaboración del atol de granillo y jocoatol en Comitán de Domínguez.

Específicos

1. Investigar el origen del atol de granillo y jocoatol en Comitán de Domínguez a través de investigación de campo y documental.
2. Elaborar una guía de contacto, en la cual se recopilarán datos básicos de las personas que se dedican a elaborar y vender el atol de gradillo y jocoatol en Comitán de Domínguez.
3. Proponer un taller para preservar la elaboración de estas bebidas tradicionales en Comitán de Domínguez.

MARCO TEÓRICO

Maíz

El maíz es un cultivo con una gran importancia en América, y el alimento que representa por excelencia las raíces mexicanas. El maíz conecta con la identidad de los mexicanos. Es el protagonista de muchísimos libros, mitos y leyendas de la cultura Mexicana. Es el cereal que alimenta a todo un país. El cual abarca desde la historia, economía, la gastronomía, la cultura y es parte del día a día de un mexicano. A través de la diversidad de este producto se nos brinda un sin fin de platillos tradicionales, los cuales conllevan experiencias, sabores y procesos inigualables.

Después del trigo, el maíz es el cereal y cultivo básico más importante en todo el mundo. Es una de las fuentes principales de alimento de millones de personas, especialmente de América. Es una de las primeras plantas que se domesticaron y se difundieron por todo el mundo. Cabe mencionar que el maíz es el único cereal que puede ser comestible en cualquier etapa de su desarrollo.



Figura 1. Festival del maíz 2023 (López, 2023)

Origen del maíz.

El maíz se originó en una parte restringida de México y los tipos más desarrollados emigraron posteriormente hacia otros sitios de América. Hoy no hay dudas del origen americano del maíz, pero nunca fue mencionado en ningún tratado antiguo, ni en la Biblia, hasta el

descubrimiento de América por Cristóbal Colón, quien lo vio por primera vez en la isla de Cuba en octubre de 1492 (Acosta, 2009).

Se considera que el maíz fue cultivado hace aproximadamente diez mil años a.C. la evidencia más antigua que se tiene, es de hace 6,250 años, encontrada en la cueva de Guila Naquitz, en Oaxaca, a unos kilómetros de la zona arqueológica de Mitla. (Agencia de Servicios a la Comercialización y Desarrollo de Mercados Agropecuarios, 2018)

El nombre científico de este grano es *Zea Mays*, los nahuas de Mesoamérica lo llamaron Centli y durante su extensión por el continente americano se nombraron de distintas formas como choclo (México y Centro América), jojoto (Venezuela), corn (USA), milho (Brasil) y finalmente con la llegada de los españoles a través de la adaptación fonética de mahís, actualmente conocido y llamado Maíz (Agencia de Servicios a la Comercialización y Desarrollo de Mercados Agropecuarios, 2018).

El maíz surgió aproximadamente entre los años 8 000 y 600 a.C. en Mesoamérica (México y Guatemala), probablemente a lo largo del acantilado occidental de México Central o del Sur, a 500 km de la Ciudad de México. El ecosistema que dio lugar al maíz era de invierno -seco estacional en alternancia con las lluvias de verano y en una región montañosa, de cuevas empinadas y sobre roca caliza (Acosta, 2009).

De las múltiples y diversas teorías que existen sobre el origen de este cereal mencionare la cual se me hace la más interesante y acertada.

La teoría multicéntrica del origen del maíz.

Dicha teoría relata que el maíz fue originado y domesticado en Mesoamérica específicamente en regiones de México y Guatemala. Ya que según el estudio de la constitución de nudos cromosómicos de los maíces y teocintles de América datan que este cultivo tuvo un inicio multicéntrico así que se determinó cinco centros de domesticación, con una base en patrones de distribución muy particulares de algunos nudos específicos localizados en varios cromosomas (Kato & Takeo, 2009)



Figura 2. Mapa de México con localización de los centros de origen, domesticación y centros de diversificación primaria del maíz (Kato & Takeo, 2009).

La imagen anterior describe lo siguiente:

Los centros de origen- domesticación.

1. Complejo Mesa Central de México, el cual dio origen al maíz primogénito.
2. Complejo Pepitilla el cual abarca la región de altura media en los estados de Morelos, México, Guerrero y sus alrededores, que desarrolló la mazorca más gruesa que la anterior.
3. Complejo Tuxpeño; es el centro-norte de Oaxaca fue el que originó el maíz con un mayor número de hileras y granos.
4. Complejo Zapalote; comprendido por los estados de Oaxaca y Chiapas, del cual resultó el germoplasma, el cual se caracteriza por su ciclo de vida que es intermedio.
5. Complejos Altos de Guatemala La quinta pero no menos importante es la región alta de Guatemala, del cual surgió el germoplasma el cual propone que estos complejos de nudos cromosómicos migraron a lo largo de rutas diferentes y definidas conforme se incrementó su cultivo en su lugar de origen y domesticación (Kato & Takeo, 2009)

Esta teoría establece o propone que los complejos de nudos cromosómicos migraron a lo largo de diferentes rutas y se definieron conforme se incrementó su cultivo en su lugar de origen y domesticación, adaptándose al ecosistema de cada lugar.

Generalidades del maíz

“En México no hay maíz criollo porque es nativo al territorio” (Kato & Takeo, 2009, pág. 18) La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2010) declaró la cocina Tradicional Mexicana como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad y, por supuesto uno de los elementos básicos de la cocina indígena, se encuentra en el maíz (Vargas & Montaña, 2010)

En México el 29 de septiembre se celebra el Día Nacional del Maíz. En este día se busca incentivar la conciencia y reforzar con el mérito de su utilización en diferentes usos prácticos y espirituales de la vida humana (Pesquera, 2021)

El consumo del maíz como alimento humano en México

El maíz como alimento humano es multifacético, ya que es usado en una gran variedad de formas, texturas y distintos sabores, al momento de cocinarlo.

En México existe infinidad de platillos, bebidas y postres a base de este cereal.

El maíz se puede consumir de distintas formas como por ejemplo, las espigas jóvenes del maíz que se cosechan antes de la floración de la planta tienen una buena utilidad como hortalizas. Las mazorcas se pueden tostar enteras y consumir al momento (Sanchez Ortega, 2014).



Figura 3. Tortillas de maíz (López, 2023)

Las mazorcas verdes del maíz son muy común consumirlas tanto asadas sobre carbón o hervidas en agua con sal o sin sal e incluso con cal. Cuando se cosechan las mazorcas jóvenes (jilote) estas suelen utilizarse en caldos, los cuales los acompañan con distintas verduras y alguna proteína como pollo, res o puerco, es el mismo caso para las mazorcas verdes (elote). Los granos frescos del se usan para hacer sopas o un caldito de verduras. Los pelos de maíz, se pueden infusionar para obtener una bebida con muchas propiedades, la cual ayuda a no retener líquidos. Los granos de maíz, pero secos, si se nixtamalizan, pueden obtener masa para elaborar distintos platillos como empanadas, tortillas, quesadillas, entre muchas otras preparaciones. Pero si esos mismo granos de maíz los muelen en crudo sirve para hacer harina de maíz, el cual lo podemos utilizar en panadería y obtener unas ricas conchas, sin embargo si ese maíz seco lo tostamos en un comal con un poquito de canela, y se muele, ¿podemos obtener una deliciosa bebida llamada pinole.



Figura 4. Panadería a base/inspirado por el Maíz “Conchas de maíz, Mazorcas (Pan fino), Panque de totemoxtle y plátano, panque de elote” (López, 2022)

Esas y muchas más preparaciones han salido del ingenio mexicano y de la sabiduría de cómo utilizar ese ingrediente tan versátil el cual es el maíz.

El maíz como Deidad

El Dios del maíz aparece representado en códices, murales, e incluso en templos, como es el caso del templo Rojo de Cacaxtla, en Tlaxcala, y el de Tancah, en Quintana Roo. En varias representaciones escultóricas de la época clásica maya la planta es humanizada, como en el tablero del Templo de la Cruz Foliada en Palenque, Chiapas.

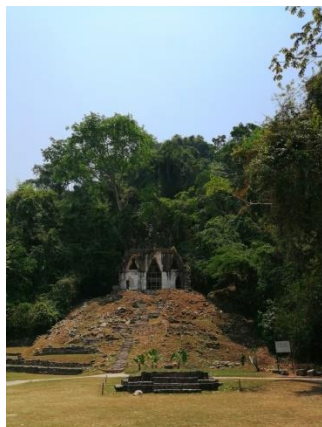


Figura 5. Templo de la Cruz Foliada en Palenque, Chiapas (López, 2019)

El Popol Vuh, libro sagrado del pueblo Maya, narra sus místicos orígenes y su relación estrecha con la creación y supervivencia de los hombres, para dejar sentada una cosmovisión generada alrededor de esta planta portentosa, de cuyos mitos y rituales tenemos noticia hasta nuestros días (Instituto nacional de antropología e historia, Secretaría de cultura, 2021).



Figura 6. Ritual maya Tojolabal, Comitán de Domínguez (López, 2023)

Chiapas

Mundialmente reconocido por sus maravillas naturales, la arquitectura de sus templos de civilizaciones antiguas y coloniales. La cultura, usos, costumbres y tradiciones de Chiapas es lo que destaca de ella, principalmente su gastronomía, ya que es rica y variada. Es única e inigualable, cuenta con ingredientes autóctonos, usados en platillos típicos del estado.

Chiapas es uno de los 32 estados que integran a México, está ubicado en el suroeste de dicho país. Según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía, (INEGI, 2020) cuenta con una extensión territorial de 73,311 km², en el cual alberga a 124 municipios que integran el estado. Además Chiapas se secciona por regiones económicas, las cuales son 15 regiones económicas, que se hacen mención a continuación:

Regiones económicas de Chiapas

- Metropolitana
- Valles Zoque
- Mezcalapa
- De los llanos
- Altos de Tsotsil – Tseltal
- Frailesca
- De los bosques
- Norte
- Costa
- Soconusco
- Sierra mariscal
- Selva lacandona
- Maya
- Tulijá Tseltal Chol
- Meseta Comiteca Tojolabal.

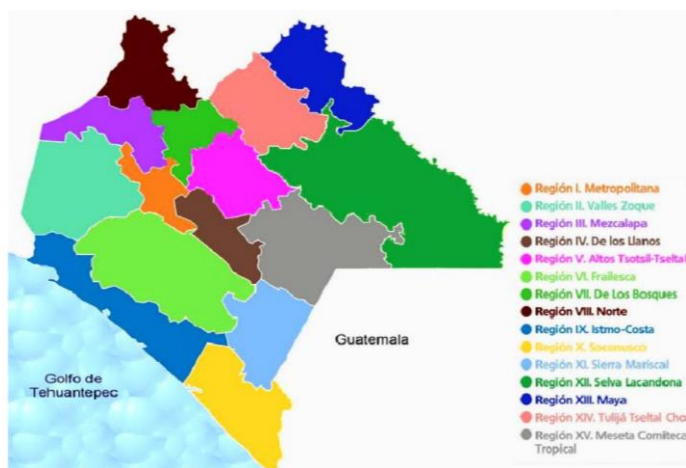


Figura 7. Estado de Chiapas seccionado según por sus regiones económica (Clasificación Municipal y Regional, 2013).

Meseta Comiteca Tojolabal

Región socioeconómica XV, la cual abarca una superficie de 7,243.35 km², la cual se integra por 7 municipios (Comité Estatal de Información Estadística y Geografía (CEIEG), 2010)

- Comitán de Domínguez (cabecera regional)
- La Independencia
- Las Margaritas
- Las Rosas
- La Trinitaria
- Tzimol
- Maravilla Tenejapa

Esta región se caracteriza por su clima el cual es semicálido húmedo y por lo regular con abundantes lluvias en verano, esto lo hace un destino turístico muy llamativo, cuenta con servicios turísticos de buena categoría ofrecen hoteles 5 estrellas, una gran variedad de restaurantes, sitios turísticos como museos, mercado de artesanías, además de una gran diversidad cultural, a su vez se pueden experimentar aventuras en sus sitios ecoturísticos, y la naturaleza con la que cuenta te cautiva. Los pueblos mayas que se desarrollaron en esta zona nos heredaron monumentos arquitectónicos inigualables. El municipio con más infraestructura para albergar turistas es Comitán de Domínguez, el cual es el centro de la investigación de este documento.

Comitán de Domínguez

“Sabores, climas, patios floridos, horizontes luminosos al lado de templos mayas y magníficas iglesias coloniales, son los elementos que hacen de Comitán un lugar inigualable” (Gobierno del Estado de Chiapas, Secretaria de Turismo, 2023)

Herederos de antiguos asentamientos indígenas.



Figura 8. Templo de Santo Domingo de Guzmán, Comitán de Domínguez (López, 2023)

La ciudad de Comitán fue cuna de la independencia de Chiapas y Centroamérica, también lugar de origen de hombres y mujeres que han hecho grandes aportaciones a la cultura y sociedad mexicana. (Visit Chiapas, 2019)

Es reconocido por su gastronomía variada y deliciosa. Categorizado como pueblo mágico desde el 2012 (Vassallo, 2022). Esto le dio un realce mayor para que el turismo incrementa cada vez más en temporadas altas como en semana santa, el mes de diciembre y en puentes nacionales.

Para que un municipio pueda participar en el programa nacional de pueblos mágicos necesita cubrir una serie de requisitos, como por ejemplo contar con una historia, y Comitán de Domínguez, la tiene. Solo con mencionar que es la cuna de la independencia de Chiapas es más que suficiente para demostrar que es digno de este título. Además de ese requisito, debe de contar con atractivos turísticos dentro y a sus alrededores. Dentro del municipio lo obtiene con su arquitectura tanto de sus iglesias, como de sus casonas en el centro histórico. Y a su alrededor cuenta con atractivos naturales y hechos por el hombre, como el cenote de Chuculmaltik y la zona arqueológica de Tenam Puente. Además cuenta con una gastronomía única e inigualable como el famoso pan compuesto, la butifarra, el chamorro por mencionar algunos platillos típicos. Comitán puede satisfacer las necesidades básicas de un turista, cuenta con hoteles de 5 estrella, hospedajes económicos, servicios médicos, transporte entre muchos más servicios. Es por eso que Comitán es considerado pueblo mágico.

Generalidades de Comitán de Domínguez.

Se localiza en los límites del altiplano central y de la depresión central del estado de Chiapas.



Figura 9. Mapa del estado de Chiapas, señalando Comitán de Domínguez Instituto Nacional para el Federalismo y el Desarrollo Municipal, (INFDM, 2003).

Las limitantes de Comitán de Domínguez colindan con los siguientes municipios.

- Al Norte con Amatenango del Valle y Chanal.
- Al Este con Las Margaritas y La Independencia.
- Al Sur con La Trinitaria y Tzimol.
- Al Oeste con Socoltenango y Las Rosas.

Comitán de Domínguez es una ciudad la cual su economía influye mucho en las localidades a su alrededor, ya que es una ciudad semi desarrollada, la cual en ella puedes encontrar variedad de recursos, es por esa razón, que la Frontera con Guatemala beneficia para su desarrollo ya que se encuentra a no más de hora y media. El clima en Comitán es templado subhúmedo, con lluvias en verano. La temperatura media anual es de 18 °C (Zuñiga López, 2015).

Antecedentes históricos de Comitán de Domínguez

Balún Canán surgió como un pueblo maya-quiché probablemente en los alrededores del siglo VII. Balún canán significa “lugar de las 9 estrellas o 9 guardianes” este fue un conjunto de localidades, probablemente abarco todo lo que hoy se conoce como la Meseta Comiteca Tojolabal. El nombre Balún Canán tiene su explicación, esta es porque es un conjunto de 9 zonas arqueológicas, las cuales estaban conectadas entre sí. Por mencionar algunas se encuentra la Zona Arqueológica (Z.A.) De Junchavin, dentro de la ciudad de Comitán y a las

afueras encontramos la Z. A. de Tenam Puente, Z. A, de Chincultik, Z. A. El Lagartero. (Alfonzo, 2023).

Historia de Comitán de Domínguez

Fue fundado por un grupo de indígenas tzeltales y sometido en 1486 por guerreros aztecas, y lo nombraron “Comitlán”, derivado del Náhuatl Komitl-tlan, que significa “Lugar alejado de fiebres” o “Lugar de alfareros”. (Todo Chiapas, 2007).

Después de la conquista española en 1528, Comitlán fue catalogado por la corona española como un pueblo de indios, por tal motivo los propios españoles no podían vivir en él, siendo la única población apropiada para ellos. Se mudan al actual San Cristóbal de Las Casas y el General Diego de Mazariegos, funda la Villa Real de Chiapa.. Es a partir del año de 1658, cuando los primeros españoles cambian su lugar de residencia por la ciudad de Comitán. Era tal la importancia y los beneficios que recibía España de la Villa de Santa María de Comitán, que las Cortes de Cádiz, el día 29 de octubre de 1813, le conceden el título de ciudad y con ello la categoría de pueblo de indios desaparece. En 1625 se le cambio la denominación a “Santo Domingo de Comitán”, y en 1813 se le concedió el título de “Ciudad de Santa María de Comitán”. (Todo Chiapas, 2007)

En 1821. Fray Matías de Córdova proclamó en esta ciudad, la Independencia de Chiapas y Centro América, el 28 de Agosto de 1821; y después de cuatro años, **Comitán se anexó a la Federación Mexicana por voluntad propia**. Posteriormente, se le agregó la terminación “de Domínguez”, en honor del prócer de la libre expresión, el Doctor Belisario Domínguez Palencia (Todo Chiapas, 2007)



Figura 10. Foto antigua de la Iglesia de San Caralampio (Todo Chiapas, 2007).

En la época moderna, a partir de la introducción de la Carretera Panamericana en los años '50, Comitán inicia un proceso de crecimiento acelerado, convirtiéndose en la ciudad más importante de la Región Fronteriza de Chiapas y en la cuarta más importante del Estado (Todo Chiapas, 2007).

Los 9 Barrios principales de Comitán de Domínguez.

Era el nueve un número de especial significado entre los antiguos mayas porque correspondía a los niveles del inframundo. Nueve son las Estrellas del nombre antiguo de Comitán Balún Canán. (Todo Chiapas, 2018)

El barrio de la pila

Situado a unas cuerdas del centro de la ciudad, este es uno de los nueve barrios que identifican a la antigua Balun Canan, se caracteriza por sus estrechas calles empedradas de pendientes pronunciadas y arquitectura que retoma elementos de la región acoplándolos al más puro estilo del viejo mundo, además es el sitio por excelencia al que los comitecos y visitantes de poblaciones vecinas acuden para hacerse un corte de cabello por encontrarse ahí gran número de peluquerías. (Historias, fotos, notas, trips y otros chunches, 2008).

En la actualidad el barrio de la pila alberga, negocios de gastronomía los cuales se caracterizan por guardar el estilo colonial de la ciudad, además de esto podemos encontrar su característico parque; en el cual se encuentra el Templo de San Caralampio, el segundo santo más venerado de la ciudad. Los clásicos chorros de agua, la calle del resbalón, y la referencia más emblemática las 7 esquinas, la cual conecta con el barrio de la pilita seca, el cedro y la cruz grande.

El barrio de la Cruz Grande

El barrio de La Cruz Grande fue, y sigue siendo, la entrada a Comitán. Antes, era la entrada principal; ahora, sólo se atreven a entrar por ahí los conoedores o los despistados Esa aparente y discreta calle de acceso fue pare del Camino Real. Vecino del Junchavin , mítico cerro, es el barrio de la cruz grande, el cual, debido a que fue construido en una ladera, tiene una de las vistas más hermosas del valle. (Chiapas, 2008)

El barrio del Centro.

No es propiamente un barrio sino el corazón mismo de la Ciudad. Lleno de colores, casonas coloniales, el barrio del centro alberga museos, el templo de Santo Domingo de Guzmán, un parque precioso que se adorna en cada época del año y unas piezas de artes expuestas en todo el parque creada por artistas Chiapanecos, el mercado primero de mayo y por supuesto portales comerciales, cafeterías y restaurantes con una increíbles vista hacia el parque central.

Para los Comitecos el barrio del centro es el punto de reunión para ir a cualquier otro punto de la ciudad, ya que ahí encontraras de todo, además de la tradición de los últimos años que es asistir al parque los días jueves y domingo en la tarde alrededor de 6 p.m. para ir a ver y escuchar como tocan la marimba.

El barrio de San José

El barrio de San José, patrimonio cultural de nuestra ciudad, cuna de la elite Comiteca, enmarcado por sus tradiciones y habitado por familias distinguidas como: Castañón, Esponda, Armendáriz, De la Vega, Román y Roveló entre otras. (Todo Chiapas, 2008)

San José, rincón consentido de nuestro acervo cultural e histórico, en el que han vivido comitecos distinguidos e intelectuales en el arte, la política, la enseñanza, la música y la cultura.

Llamado así por el templo que se sitúa ahí, la iglesia de San José se levanta orgullosa sobre el caserío, mostrando con desenfado la versión Comiteca del neogótico combinado con un artesanado de recuerdos mudéjares y una cúpula que la tradición local quiere de inspiración románica.

El barrio de Jesusito

Su discreto templo, dedicado a Jesús Nazareno, resume en su sobriedad los elementos más comunes de la arquitectura religiosa chiapaneca del período colonial.

Alrededor de 1940 este barrio se conocía como “La esquina blanca”, debido a que las casas vecinas del templo, estaban pintadas de ese color. Este barrio singular tiene también su historia por los ilustres comitecos que nacieron en él, por sus casas y edificios públicos construidos

alrededor de la Capilla de Jesusito, que en un principio perteneció al primer Hospital Civil de Comitán, construido gracias a doña María Ignacia Gandulfo quien donó sus bienes para formar este nosocomio.

En este lugar, el Hospital funcionó hasta el año de 1960, pues fue cambiado al sur de la ciudad en el edificio que hasta la fecha conocemos. El viejo Hospital fue demolido y se construyeron las instalaciones del “mercado nuevo”, de arquitectura modernista de estilo parabólico-hiperbólico. Al final de los noventas, el mercado fue trasladado a la Central de Abasto “28 de agosto”, y el moderno edificio fue remodelado y transformado en el “Centro de Convenciones”, actualmente este edificio alberga oficinas del Ayuntamiento. A un costado de la Capilla se acondiciona “La plaza de las artesanías”, en la cual puedes encontrar cualquier artículo de la Cultura Comiteca y Chiapaneca, tales como ropa típica, recuerditos del Estado, juguetes de madera, dulces típicos y artículos de alfarería. (Ruiz, 2008)

El barrio de Yalchivol

La virgen del Rosario es la Patrona de este barrio recordado por la presencia de los baños de la Castalia y la primavera.

Se festeja a lo grande la virgen del Rosario en el barrio de Yalchivol, en donde está su templo, el penúltimo o último domingo del mes de octubre, se realiza con gran fervor y alegría por los vecinos del barrio, dicho domingo se lleva a cabo la famosa Carrera de burros, en el cual asisten habitantes de la ciudad y personas de los alrededores, que traen sus burritos a competir (Comitán de las Flores, 2009)

El barrio de Guadalupe

El barrio de Guadalupe, se caracteriza por ser un barrio tranquilo, además de su emblemático templo de la virgen de Guadalupe, de principios del siglo XX, es una muestra más de la creatividad de los constructores comitecos que hicieron sus propias versiones del neoclásico. Además, a un lado del templo se encuentra el Parque de la Marimba, un parque generalmente muy tranquilo con una zona arbolada para descansar después del acceso al templo. (Comitán de las Flores, 2010)

El barrio de San Sebastián

El Barrio de San Sebastián es uno de los que cuenta con más tradición en la ciudad de Comitán, famoso por sus dos héroes y sus corridas de toros, también por sus parejas que frecuentan verse en este sitio bajo la sombra de árboles hermosos y grandes por el amor que siempre fluye en este parque. En este lugar se encuentra también la capilla del niño fundador, junto con los tres monumentos que son dos de doña Josefina García y uno hacia Fray Matías de Córdova. (López Ruiz, 2008)

Este barrio recuerda la declaración de independencia de Comitán en 1821, la primera en la antigua capitania de Guatemala.

El barrio del Calvario

El barrio, que vio crecer a la escritora Rosario Castellanos, cuenta con un templo que venera el Calvario de Jesucristo y recuerda modelos antiguos guatemaltecos de templos, la novena de este recinto comienza nueve días antes del viernes de Dolores.

Comitán de Domínguez como pueblo mágico

Ciudad con una gran historia, riqueza gastronómica, zonas arqueológicas, atractivos naturales, iglesias coloniales, con estilo neogótico y plateresco, casonas en el centro histórico, personajes que destacan en la sociedad mexicana, son el ganche perfecto para que cualquiera la visite. Además de contar con todos los servicios necesarios para que cualquier turista se vaya con un buen sabor de boca.

En Comitán de Domínguez se disfruta de la arquitectura de la ciudad al visitar el parque central, la paz que te transmite es inigualable. Los chorros de agua fuera del templo de San Caralampio te transportan a épocas antiguas, en las cuales los pobladores iban a tomar agua de esos chorros tan emblemáticos de la ciudad, Comitán cuenta con numerosos atractivos turísticos que representan el pueblo mágico chiapaneco.



Figura 11. Chorros de agua en el parque de San Caralampio (López, 2023).

Atractivos turísticos de Comitán de Domínguez

Dentro de la ciudad.

Iglesia de Santo Domingo de Guzmán:

Edificada entre los siglos XVI y XVII con una fachada de estilo plateresco (Visit Mexico, 2012) a un costado de la iglesia se encuentra el ex convento Dominicano, que hoy aloja al Centro Cultural Rosario Castellanos, sede a su vez del Museo Arqueológico de Comitán, sin duda es uno de los atractivos más representativos de este pueblo mágico.



Figura 12. Iglesia de Santo Domingo de Guzmán (López, 2023).

Templo de San José

Fue construido por el alarife comiteco Trinidad Abarca, combinando el estilo neogótico, tan de moda en la transición del siglo XIX al XX. En los meses de mayo y junio de 1826 don Casimiro Pérez inició los trámites para que se edificara un templo en honor del Señor San José en un terreno de su propiedad. (Chiapas: mapas e información turística, 2012).



Figura 13. Iglesia de San José, en Comitán de Domínguez (López, 2023).

Iglesia San Caralampio

Es una construcción de estilo neoclásica con rasgos indígenas. Adornada con dos campanarios, su fachada es color naranja y rojo, Y resalta especialmente el bello atrio en forma de escalinata (Paseo por Mexico, 2017). Fue construida en 1852.



Figura 14. Iglesia de San Caralampio en Comitán de Domínguez (López, 2023).

Casa Museo Dr. Belisario Domínguez

Es la casa donde nació y vivió gran parte de su vida el Doctor Belisario Domínguez. Se exhiben objetos de uso personal, su instrumental médico, muebles y hasta correspondencia dirigida a él y su familia. Típica casona Comiteca del siglo XIX (Chiapas: Mapas e información turística, 2012).



Figura 15. Fachada de la casa museo Dr. Belisario Domínguez (López, 2023).

Belisario Domínguez

Fue un médico y político mexicano. Nacido el 25 de abril de 1863 en Comitán, Chiapas, y falleció el 7 de octubre de 1913 en la Ciudad de México.

A principios de 1890, instaló en Comitán su consultorio e hizo largos viajes para llegar hasta zonas marginadas y atender a los enfermos.

Domínguez fue presidente municipal de Comitán y senador por el estado de Chiapas. En 1904, fundó el periódico “El Vate“, en el que publicó artículos contra Porfirio Díaz y el gobernador de Chiapas. El 7 de octubre de 1913, el político fue raptado y asesinado por sicarios de Huerta. Desde 1954, el Senado de la República entrega una medalla en su honor a ciudadanos que se distinguen por sus servicios a la Nación o a la humanidad (López D., 2019).



Figura 16. Retrato del Dr. Belisario Domínguez Palencia (López, 2023).

MUROC (Museo Rosario Castellanos)

En él se expone la vida y obras de esta famosa escritora Comiteca. Se encuentra ubicado en una casona que data del año 1900, con muros de más de 4 metros de altura, con techumbre de teja en artesonado de madera. Fue inaugurado el 17 de octubre de 2017 con la presencia de Ricardo Guerra, hijo de Rosario Castellanos, y abierto al público el 10 de noviembre del mismo año (Comitán de las Flores, 2018).



Figura 17. Fachada del Museo Rosario Castellanos (López, 2023).

Rosario Castellanos

Rosario Castellanos, nació en la Ciudad de México el 25 de mayo de 1925, y murió en Tel Aviv, Israel, el 7 de agosto de 1974. Recién nacida fue llevada a Comitán, Chiapas. Ahí realizó sus estudios primarios y dos de secundaria. Regresó a la capital a los dieciséis años. En 1950 se graduó de maestra en filosofía en la Universidad Nacional Autónoma de México.

Ejerció con gran éxito el magisterio, en México y en el extranjero; en los Estados Unidos fue maestra invitada por las Universidades de Wisconsin y Bloomington, durante los años de 1966 y 1967, y en Israel, en la Universidad Hebrea de Jerusalén, desde su nombramiento como embajadora de México en ese país, en 1971, hasta su muerte (INBAL, Instituto Nacional de Bellas Artes Y Literatura, 2011).



Figura 18. Rosario Castellanos (Secretaría de Cultura, 2019).

El mundo de Rosario Castellanos estuvo cifrado por el feminismo, reflejando en sus poesías y ensayos la condición femenina de muchas mujeres, es por ello que su vida fue como espejo de las mujeres de su tiempo mediante la expresión de la dualidad aceptación-resistencia de lo regido por la figura ideal y del universo de lo inmediato. Dedicó su vida a crear una obra que la expresara de cuerpo entero y que al describirla fuese una especie de registro del mundo en el que le tocó vivir; lo femenino en su obra es un tema fundamental. (UNAM Universidad Autónoma de México, 2014).

A los alrededores de la ciudad.

Zona arqueológica Tenám Puente

Fue un asentamiento maya del Clásico. Aunque existen restos arqueológicos, cerámica, principalmente, del Preclásico Tardío (350 a.C.-250 d.C.), la construcción de los edificios comenzó en el Clásico Temprano (250-600 d.C.). su arquitectura se combina armoniosamente con el paisaje, sus muros están contruidos con mampostería, en algunos casos recubierta, como es característico en la región de los Altos Orientales de Chiapas. El cual se encuentra a 10 minutos de la ciudad (Arqueología Mexicana, 2022).



Figura 19. Fotografía del juego de pelota en la Zona Arqueológica Tenam Puente (López, 2019).

Centro Ecoturístico Cascadas El Chiflón

Hermosas cascadas localizadas a 40 minutos de Comitán y rodeadas por montañas y selva. Tiene 120 m. de altura y estanques de color turquesa, ideales para la natación (Chiapas: mapas e información turística, 2012).



Figura 20. Cascada el chiflón (Guíate Comitán, 2022)

Cenote Chucumaltik

El cenote Chucumaltik, cuya traducción de la lengua Tojolabal significa “La Bella Escondida”, es una oquedad de 200 metros de diámetro y casi 70 de profundidad en su punto más hondo, cuya agua, es extremadamente cristalina, que se mantiene a una temperatura constante de entre 23 y 24 grados centígrados casi todo el año, de acuerdo a las autoridades de turismo (Redacción, 2021).



Figura 21. Cenote de Chucumaltic, (Guíate Comitán, 2022).

Parque Nacional Lagunas de Montebello

Esplendorosas tonalidades turquesas y esmeraldas son los que integran a más de 60 lagunas que forman parte de esta maravillosa Área Natural Protegida, su sola contemplación justifica la visita. Se ubica en una región hidrológica de alta riqueza biológica, en la que se encuentran más de 157 especies de orquídeas, así como más de 93 especies de hongos, es un sitio de alta biodiversidad (Comisión Nacional de Áreas Naturales Protegidas, 2019).



Figura 22. Lago Pojoj e isla de las orquídeas, Lagunas de Montebello (Guíate Comitán, 2022).

Festividades y tradiciones Comitecas

Comitán de Domínguez es un municipio mayormente católico y conservador, por lo tanto las principales festividades son religiosas, sin embargo hay algunas culturales. El calendario es muy amplio y variado.

Sus costumbres se caracterizan por las romerías en los diferentes barrios, colonias y ejidos del municipio. Las principales celebraciones que se llevan a cabo son las siguientes:

Enero

Rosca de Reyes.

Tradición 100% mexicana en la cual consiste en partir la tradicional rosca de reyes. Este día el Ayuntamiento invita a la población en general a partir la rosca, esta es de un gran tamaño, para que todos los que gusten puedan probar y partir su rebanada de rosca.



Figura 23. Tradicional Rosca de Reyes (López, 2024)

Los comitecos suelen partir rosca por las mañanas en su trabajo, por las tardes en su casa con los miembros de su familia, por las noches, con amigos o familias políticas y si en dado caso no pudieran el 6 de Enero lo posponen para el fin de semana, el cual ya se vuelve una reunión más larga, la cual ya puede ser una comida o cena.

San Sebastián:

La celebración comienza el día 12 de Enero, con una entrada de velas y flores, se hace un novenario y al concluir el veinte de enero se hace la peregrinación de San Sebastián. Afuera de la iglesia, se colocan puestos de comida, dulces típicos y atoleras. Cabe mencionar que la feria era muy famosa por sus corridas de toros.



Figura 24. Peregrinación de San Sebastián (Comitán Alv, 2020)

Día del señor de Esquipulas:

Conocido como el Cristo negro la celebración de este se lleva a cabo el 15 de enero de cada año, en el barrio de Nicalocok. Se festeja con entrada de velas y flores, además de asistir persona vestidas de parachicos y danzar a honor a este santo.



Figura 25. Entrada de velas y flores del Señor de Esquipulas (López, 2020)

Febrero.

Candelaria:

Como es costumbre en la cultura mexicana el día 2 de febrero se acostumbra a celebrar con tamales. Y Comitán no es la excepción, en el barrio de Candelaria se suele festeja con una pequeña feria, música en vivo y obviamente tamales.

Aunque cabe mencionar que en el parque central se lleva a cabo la feria de tamal, en la cual llega una infinidad de vendedores, ofreciendo tamales de hoja, de bola, atol de granillo, jocoatol, champurrado, chocolate, café y pan comiteco.



Figura 26. Feria del tamal 2023, Tamal de mole acompañado con atol de granillo (López, 2023).

Se acostumbra que a las personas que le salió el muñequito en la rosca de reyes, hagan cooperación, para la comida y se haga una reunión este día, esto es más común en el trabajo, con amigos, y entre familia también se aprovecha para sentar a el niño Dios.

San Caralampio

El 10 de febrero Comitán está de fiesta, personas de barrios, rancherías y pueblos cercanos a Comitán, se reúnen en el Chumís, esto para dar inicio a la gran romería a honor de San Caralampio. Estos recorren barrios cercanos al centro, para finalizar en el templo de dicho santos. Demostrando su Fe al santo, acompañados de flautines, tambores, velas y flores, grandes y pequeños participan en él. El día 20 de febrero es el día de San Caralampio.



Figura 27. Entrada de velas y flores a honor a San Caralampio (López, 2023)

San Caralampio es un santo mártir, que fue traído a Comitán por un Soldado Guatemalteco, el cual se cuenta en la peste de años atrás, la única hacienda que no se enfermó, fue en donde le rendían tributo a San Caralampio, es por eso que los comitecos, son devotos a este Santo.

Marzo

San José

Se celebra el día 19. El templo es decorado con un arco de flores y se festeja con música en vivo.



Figura 28. Altar a San José, en el interior de la Iglesia de San José (López, 2021)

Entre marzo y abril

Domingo de Ramos

Tradición católica, días previos a la Semana Santa. Artesanos llegan a Comitán e inundan las calles con palmas, las cuales este día se llegan a bendecir a la catedral principal de la ciudad.



Figura 29. Domingo de Ramos (López, 2024)

Semana Santa: Se celebra en los diferentes templos de la ciudad y la representación de

La Pasión de Cristo se lleva a cabo en el barrio de Nicalococ.

Mayo

Santa Cruz

Se celebra el día 3 en el templo de Santa Teresita en el barrio de la Cruz Grande, en el templo de la Santa Cruz en Pashtón, en la capilla de la Santa Cruz en el barrio del Puente Hidalgo y en el templo de la Santa Cruz del barrio Belisario Domínguez. Obreros de la construcción, adornan sus obras con una cruz adornada, y suelen festejar con una comida, La Santa Cruz, los cuida en sus construcciones según su Fe.

Junio

San Juan Bautista

Se celebra el día 24 en el fraccionamiento Juan Sábines. Ese mismo día se lleva a cabo el maratón de San Juan, es un evento muy concurrido para deportistas locales, nacionales e internacionales.

Julio

Desfile de carros alegóricos

Se lleva a cabo a honor al patrono de Comitán el cual es Santo Domingo de Guzmán. Inicia en el barrio de San Sebastián, recorre el Centro y finaliza en las instalaciones de la feria en el Barrio de Nicalococ.



Figura 30. Desfile de carros alegóricos Comitán de Domínguez (López, 2024)

Agosto

Santo Domingo de Guzmán (Patrono de Comitán)

Se celebra el día 4 y es la fiesta principal de Comitán. En el parque central se adorna de flores, festejan con música en vivo, hacen una peregrinación en la cual asisten cientos de personas religiosas. Del otro lado de la ciudad se hace el cierre de la feria, en el cual llegan grupos reconocidos.



Figura 31. Templo de Santo Domingo el día 4 de agosto (López, 2024)

Independencia de Chiapas

28 de agosto se suele hacer un homenaje en el centro histórico de la ciudad, con el asta en alto. Comitán se conoce como la cuna de la independencia de Chiapas.

Septiembre

Anexión de Chiapas a México

El 14 de septiembre se lleva a cabo un homenaje en el cual se coloca la bandera de México en el asta.

Grito de la independencia de México

Fiesta para todo mexicano, la noche del 15 de septiembre, la población suele reunirse afuera de la presidencia municipal, para escuchar y gritar junto con el alcalde ¡Viva México!



Figura 32. Parque central de Comitán de Domínguez en septiembre (López, 2023)

Desfile militar

El día 16 los militares del cuartel militar de caballería motorizada del cuarto regimiento, preparan un desfile para la población comiteca.

Octubre

Virgen del Rosario

Se festeja en el barrio de Yalchivol, el penúltimo o último domingo del mes de octubre, se realiza una pequeña feria, muy concurrida. Ese día se lleva a cabo la corrida de burros, en la cual asisten barrios vecinos, que llegan a ver competir estos animalitos.

Noviembre

Día de Muertos

El día 1 y 2 de noviembre. En el panteón municipal se hace una feria, se hacen concurso de altares y los infantes se disfrazan y salen a pedir calabacita.



Figura 33. Parque central del Comitán de Domínguez en temporada de Día de muertos (López, 2023)

Diciembre

Virgen de Guadalupe

El día 12 en el barrio de Guadalupe. Llegan antorchas de pueblos cercanos, se dan las mañanitas a las 5 de la mañana y todo el día cuenta con música en vivo. En el parque se realiza una pequeña feria a honor de la virgen.



Figura 34. Interior de la Iglesia de la Virgen de Guadalupe (López, 2023)

Nacimiento del niño Jesús

El 24 de diciembre, En la mayoría de las casa católicas, se lleva a cabo un rezo, y se nacen los niñitos Dios, el cual representa el nacimiento del niño Jesús en Jerusalén. Después de dicho acto, las familias se disponen a tomar café o atol, con pan o hojuela con temperante para después recibir la navidad en familia.



Figura 35. Preparación para el nacimiento del Niño Dios (López, 2022)

Fin de año y Año nuevo

El del 31 por la noche las familias se reúnen, para pasar la última noche del año, y recibir el primer día del año Juntos. Suelen festejar con comida típica y se rompen piñatas para los más pequeños de la casa.

Los cumpleaños

Para todas las personas darle una vuelta más al sol, es muy significativo, ya que representan aprendizajes, experiencias y recuerdos.

En la cultura Comiteca se celebra con una reja de papel picado, esta es elaborada con papel de china picado, se le da diferentes figuras, realmente al gusto de quien lo elabore, sin embargo es necesario que lleve 9 colores diferentes de papel de china, ya que estos significan los 9 meses de gestación que pasamos en el vientre de nuestra madre.



Figura 36. Reja de papel picado (López, 2022)

Se acostumbra a cantar las mañanitas, que el cumpleaños pase por la reja, darle su abrazo, posterior a desayunar unos tamales calentitos, acompañados de su respectivo café o atol bien sea de granillo o jocoatol, por la tarde o por la noche se acostumbra a que la familia más cercana llegue a comer a la casa del festejado; si es comida, por lo regular se sirve mole, chiles de relleno o lengua en pebre y si es por la noche se cena panes compuestos o chalupas, acompañados de café y rosca de mantequilla. Sin duda no puede faltar el pastel el cual es elaborado con un pan de mantequilla, relleno de mermelada de fresa y un merengue suizo, es de esta manera en la que se celebra a un verdadero Comiteco.

Gastronomía Comiteca

La Gastronomía es considerada como un patrimonio inmaterial; ya que “Las acciones dirigidas a estudiar, catalogar, conservar y difundir el patrimonio cultural han estado encaminadas a salvaguardar este legado. Sin embargo, en los últimos tiempos la noción que de este se tiene, es la de una construcción histórica, dinámica y que en su proceso de creación y transformación interviene la sociedad en su conjunto” (Mireia Viladevall, 2003).

Para la UNESCO “el patrimonio intangible o inmaterial es el conjunto de formas de cultura tradicional y popular o folclórica, es decir, las obras colectivas que emanan de una cultura. La gastronomía como símbolo en la cultura (Culinaria, 2014).

Estas tradiciones se transmiten oralmente o mediante gestos y se modifican con el transcurso del tiempo a través de un proceso de recreación colectiva. Se incluyen en ella las tradiciones orales, las costumbres, las lenguas, la música, los bailes, los rituales, las fiestas, la medicina tradicional y la farmacopea, las artes culinarias y todas las habilidades especiales relacionadas con los aspectos materiales de la cultura tales como las herramientas y el hábitat”(UNESCO, 2003).

La gastronomía Comiteca es un mestizaje de técnicas europeas e indígena ya que fue un pueblo colonizado por españoles. Se puede notar en los panes compuestos, las chalupas, la butifarra, Chiculguajes y tamales. Solo con describir las Chalupas podemos ver claramente los dos mundos; Las chalupas son tostadas de maíz, untadas de frijol coloradito refrito, con carne, bien sea de pollo o puerco, acompañado de pickles, estos son a base de zanahoria, infusionados con canela, tomillo y orégano. Por encima de todo eso se le coloca queso seco y repollo, acompañados de una salsa agridulce a la cual la llaman salsa borracha.

Comida típicas de Comitán:

No solo es típica, sino también del consumo cotidiano, presente en la mayoría de los hogares dentro de la ciudad, como en rancherías cercanas mencionadas a continuación, Chichima, Pashton, Cash, Chacaljocom, San Francisco, El durazno, Señor del pozo, etc. Por mencionar algunos describiremos algunos ejemplos.

- Tortillas de nixtamal. A base de maíz nixtamalizado, molido finamente que sirve para elaborar tortilla y acompañar un sin fin de platillo.
- Tostadas de manteca: se utilizan para preparar platillos como tostadas o chalupas y sirven como complemento para acompañar una gran variedad de platillos. Tostadas de

dulces se comen solas, la diferencia es que en lugar de sal se sazona con azúcar, se consume para picar, como postre o para tomar café.

- Chalupas. Tostada de manteca untada de frijol coloradito refrito, por encima del frijol, se colocan hebras de carne de pollo o de cerdo, por encima de la carne se colocan picles, estos son abase de zanahoria, y se terminan por encima con queso seco, repollo finamente picado y una salsa agridulce a base de chile ancho.
- Tamales: la característica de un tamal es que la masa no es seca y esta combinada con manteca, estos pueden ser dulces o salados. Comitán tiene una variedad extensa de tamales como los Patcitos o tamalitos de majar, son consumidos y se caracterizan por tener un relleno dulce. El pitaul es otro tipo de tamal el cual lleva frijol coloradito fresco o conocido coloquialmente tierno, de este existe uno similar llamado toro pinto a diferencia del pitaul, este se elabora con frijoles negros igualmente frescos. Los tamales de chipilín, como su nombre lo menciona son rellenos de esta hoja muy popular en Chiapas, este tipo de tamales se suelen rellenar con pollo, una salsa de tomate y en algunas veces queso o quesillo. El tamal de bola, muy típico en San Cristóbal de las Casas y Comitán de Domínguez, va relleno de costilla de cerdo, bañado en un recado, la diferencia de uno con otro es que al de Comitán se le agrega comino al recado y usualmente se acompaña con chile en vinagre (preparación típica a base de zanahoria, repollo, vinagre y azúcar). El tamal de mole o también conocido como tamal de hoja se elabora con un mole dulce, relleno de carne de pollo o cerdo deshebrado. El tamal de momon (hoja santa) representativo de Chiapas por la hoja y que a la vez se rellena con frijoles hecho pasta.
- Atoles: Los atoles se acostumbra a tomar por las mañanas usualmente para sustentar el inicio del día, para poder empezar a trabajar con algo en el estómago. El atol de granillo se caracteriza por la coloración blanca, ya que es elaborado especialmente con maíz blanco, y además de contener granitos de maíz enteros. El jocoatol se caracteriza por la fermentación que se le da al maíz, se deja en remojo mínimo dos noches, para después poder elaborar el atol, en otras partes de Chiapas se le conoce como atol agrio.
- Elotes: su uso es muy versátil ya que se pueden consumir asados a las brasas, acompañado de limón, sal y polvo Juan. Los elotes hervidos se consumen desgranados (esquite) o en la mazorca, estos se acompañan con mayonesa, salsa picante, queso seco

o queso Chiapas y polvo juan, los podemos encontrar en varias esquinas de centro de Comitán.

- Jilotes. Son elotitos pequeños, que se suele comer en caldos o estofados. También son complemento de los famosos picles elaborados con verduras enteras, los cuales suelen ser, calabacitas pequeñas, cebollitas de cambray, zanahoria, papas cambray, ejotes, palmito, brócoli o coliflor, sazonados con especias aromáticas.
- Pozol. Bebida a base de maíz refrescante y llenadora, existen varias presentaciones como el pozol de cacao, pozol blanco o el pozol de cacahuete estos son los más consumidos en el estado.
- Chiculguajes. Estos son rellenos de frijol refrito coloradito, cocidos directamente al comal, son pequeños y suelen acompañarse con una salsa especial.
- Empanadas. Existe una infinidad de rellenos, como el pollo con papa, quesillo, chorizo con papa, jamón con papa, etc. Suelen ser decorados por encima con picles, queso y crema. Se suele acompañarse con pozol bien frío.
- Quesadillas. Infinidad de rellenos pero en su mayoría se complementa con quesillo o queso que gratine, algunas que puedo mencionar son, las de flor de calabaza, champiñón, adobada, chorizo, etc. Estas las encontramos regularmente en los mercados de Comitán.
- Tacos dorados. Tortilla enrollada, rellenas según la creatividad del que lo elabore.
- Tascalate. Bebida a base de maíz y axiote, es refrescante y muy accesible.
- Pinole o también llamado «*pinol*», es una bebida prehispánica típica del estado de Tabasco y Chiapas, la cual se elabora de harina de maíz tostado y molido, actualmente adicionada con azúcar y canela, y que puede tomarse frío o caliente.

“También se da el nombre de pinole a la harina obtenida de la molienda de granos enteros de maíz, en especial se aplica a la proveniente de granos de maíz azul, o chia la cual combinada con azúcar se le considera un dulce mexicano, ecuatoriano y colombiano de origen colonial, ya que no se conocía ningún endulzante granulado en la etapa prehispánica” (Chiapanecos, 2014)

- Pellizcadas. Tortilla untada de asiento de cerdo, gratinada con quesillo, son comunes en Comitán de Domínguez y sus alrededores.
- Pan de elote. Bizcocho a base de elote tierno.

- Maíz de guinea. Es una tableta dulce, con maíz reventado.
- Polvo juan. Es un polvo picante a base de tostada molida y chiles secos, regularmente se utiliza chile de árbol seco.
- Turulete. Tipo de galleta dulce a base de maíz.
- Pan compuesto. Tipo de torta hecha con un pan blanco, untado de frijoles coloraditos refritos, mayonesa, relleno de picles, carne de cerdo o pollo, queso y salsa borracha.
- Lengua en pebre. El platillo de fiesta más famoso de la ciudad, ya que es el más servido en las fiestas de gala.
- Mole. Un platillo clásico que nunca falta en una celebración, este mole se caracteriza por ser un poco dulce además de que su base es elaborada con chile ancho.
- Pan Comiteco. Panadería salada o dulce a base de manteca de cerdo.

La mayoría de los platillos son a base del maíz ya que es multiversátil, es decir que se puede utilizar de distintas maneras, y como bien se sabe es de los ingredientes principales tanto en México como en América Lantina.

El Maíz Comiteco, este se caracteriza por que su mazorca es alargada con granos semicristalinos, y hay de distintas coloraciones que es amarilla, blanca, azul, negra y roja, sin embargo las dos que destacan más es la amarilla y blanca. Es distribuido en el estado de Chiapas y algunas partes de Oaxaca.

El maíz en la Meseta Comiteca

El cultivo de maíz (*Zea mays* L.) en la Meseta Comiteca de Chiapas es muy importante, pues en el año 2018 se cultivaron 95,111 ha de maíz, con una producción de 180,733 t (SIAP, 2020), casi en su totalidad con variedades criollas de la raza Comiteco y con rendimientos promedio de 1.9 t ha⁻¹. En el año 1994 el Instituto Nacional de Investigaciones Forestales, Agrícolas y Pecuarias (INIFAP) liberó la variedad de maíz denominada V-229 proveniente del primer ciclo de selección combinada realizado en la población Comiteca Blanca (Coutiño, Victor A., & Vidal. M. V. A., 2020).

Feria del maíz/elote en Juncana

En la Meseta Comiteca existe una feria dedica al Maíz, el cual se festeja en la Ranchería Juncana, del municipio de la Trinitaria, Chiapas, el mes Octubre de cada año. Juncaná es famoso por la riqueza del maíz que ahí cultivan.

La feria del Maíz/Elote se realiza en homenaje al profesor Manuel de Jesús Gómez Espinosa. Se realizan muchos actos culturales (incluido un toque de tambores y rezo de agradecimiento) y despiertan el paladar con la frase: “Disfruta de los derivados del elote”.

La realización de la Feria del Maíz sólo confirma la grandeza de la región. Pero, Juncaná es famoso también porque ahí falleció el General Colombiano José María Melo. Existen tres destacados investigadores chiapanecos que se han dedicado a la investigar la vida del general: Mario Nandayapa, el maestro Ricardo Cuéllar Valencia, y el respetado cronista de La Trinitaria: el maestro Benito Vera Guerrero. En el que podemos citar una reseña historia la cual menciona que el General fue presidente de la República Colombiana en 1854, “es posible que José María Dionisio Melo y Ortiz sea el único de los ex presidentes de Colombia cuyos restos mortales se encuentran fuera de su patria” (Revista arenilla, 2021).



Figura 36. Gandores de la feria del elote 2024 (López, 2024)

Juncana no solo es el anfitrión de esta feria, sino el guardián de una tradición que se lleva realizando por más de 40 años. Aunque esta feria se empezó con un fin económico, para comprar un autobús que serviría a los jóvenes estudiantes y así pudieran ir a Comitán a estudiar, ya que en aquel tiempo el transporte era muy escaso. Sin embargo con el pasar de los años el motivo de la feria fue cambiado, ya que ahora el objetivo principal es hacer conciencia de la importancia y la conservación del maíz criollo en la sociedad y el campo. Para si evitar el consumo del maíz transgénico.

En el marco de la feria se lleva a cabo premiaciones al campesino con el elote más grande de la comunidad y a la señora con la tortilla más grande de la comunidad. Esto es para motivar a los habitantes a cuidar sus cultivos y seguir preservando la tradición de la feria.

La gran Fiesta del maíz en Lajune Imox

Inspirada por un sueño la señora Nayeli Yoltzin Domínguez decidió llevar a cabo una festividad la cual el principal objetivo es rendirle tributo al cereal más importante de México y Centro América, el cual es el Maíz.

La señora Nayeli crea esta fiesta desde la conciencia, para preservar la milpa, un antiguo ecosistema creado por los pobladores de la antigua Centroamérica, y la preservación de la Cultura Maya. Ya que en esta fiesta se inaugura con una ceremonia Maya, el cual consiste en un altar, cantos y lo principal que es agradecer la madre naturaleza, por todo lo que nos da.

Esta idea se origina en 2020, durante la contingencia mundial del Covid-19, ya que por el aislamiento social, permitió hacer conciencia e hizo que la señora Nayeli junto con su esposo, se fueran a vivir a San Rafael Jocom, una ranchería de Comitán. Juntos en familia, se mudaron a su casa de descanso, en al cual tiene una gran extensión de terreno y decidieron empezar a sembrar su propio alimento, empezaron con la básico, que fue el Maíz, pero para que este se dé de forma orgánica sin ningún químico, se necesita de la milpa, así que del maíz se sumó el frijol, calabaza, chile, quelites, entre muchas cosas más. Cabe mencionar que no solo siembran el maíz amarillo que es el que se siembra en la región, cuentan con variedades como el maíz blanco, azul, rojo y guaraní originario de Brasil.

En esta gran fiesta podemos encontrar ceremonias Mayas, danzas típicas, productos a base de maíz, productos orgánicos y un ambiente familiar muy agradable para salir de tu zona de confort.



Figura 37. Ceremonia de inauguración de la gran fiesta del maíz (López, 2023)

Las Bebidas

Los mexicanos, son distintos al resto del mundo es por eso que no toman lo mismo que el resto, por sus raíces ancestrales y tradiciones hace que tomen bebidas únicas en diferentes partes del país mexicano. A demás de los sabores, las técnicas de elaboración son variadas.

Las aguas frescas son bebidas refrescantes de distintos sabores y colores, lo cual depende de la fruta de temporada. El chocolate o el cacao, son bebidas que pueden ser preparadas a base de agua o leche, dependiendo al 100% del consumidor, aunque existen variantes como el champurrado el cual este se le agrega masas. Las bebidas alcohólicas no se pueden quedar atrás como el pulque, el cual es el resultado del fermento del agua miel. O el tequila que este se extrae de magueyes de la variedad azul. El mezcal, destilado del agave el cual actualmente es muy popular. La importancia de los vinos, es muy alta ya que con la llegada de los españoles

este arte se extendió más en el centro del país, y sin duda las bebidas mas importantes de México, son las que se derivan del Maíz, como ejemplos claros podemos encontrar el pozol de Chiapas el cual tiene distintas variedades, como el pozol de cacao, cacahuete o natural, también está el téjate, bebida tradicional oaxaqueña, el tascalate bebida a base de maíz molido y axiote, el pinole bebida a base de maíz tostado, molido con azúcar y canela. Sin dejar atrás tenemos los atoles los cuales son bebidas calientes o frías que podemos degustar dulces o salados

El Atole

Atollis como se conocía antiguamente significa “aguado”. Según lo relatado por fray Bernardino de Sahagún “en el siglo 16 los indígenas originarios ofrecían esta preparación en las calles, estos podían ser fríos o caliente. (Agencia reforma, 2018)

Es una bebida de origen prehispánico consumida en Mesoamérica. En su forma original es una cocción dulce de maíz en agua, en proporciones tales que al final de la cocción tenga una moderada viscosidad y que se sirve lo más caliente posible. (INPI, 2016)

Por lo regular estas bebidas son condimentadas con especias aromáticas (cacao, vainilla, canela, anís, azahar, hojas de naranjo) y otros saborizantes (chocolate, jugo o pulpa de frutas dulces), para aumentar su degustabilidad al paladar.

Tradicionalmente se endulza con piloncillo, azúcar o miel. También suele prepararse con leche en lugar de agua. En la actualidad se le puede encontrar con muchos sabores como son: fresa, vainilla, chocolate, guayaba, piña, zarzamora, ciruela, mango, coco, canela, nuez y queso.

Originalmente se elaboraba únicamente a base de la masa de maíz, pero actualmente se prepara con harina de maíz o con fórmulas lista para hacer, a base de sémola de maíz, trigo o arroz.

Recopilación de atoles

En el siglo XVI había una amplia variedad de atoles, puchas o mazamoras de consistencia espesa, la lista incluía: atoles calientes, con miel, con chile amarillo y miel, con harina muy espesa y blanco. Existe una lista elaborada por Francisco Hernández sobre las plantas novohispanas (1959, OBRAS, VOL. II, LIB. VI: 289-292) la cual incluye 17 tipos de atoles. Varios de los tipos de atole se bebían para subsanar algún problema de salud, o con el fin de mejorar las condiciones del enfermo o del convaleciente; además, variaban en espesor y

podían ser dulces o salados al paladar. Según Hernández (Instituto nacional de antropología e historia, Secretaría de cultura, 2021).

1. Nequatolli O atolli con miel. Tenía ocho partes de agua, seis de maíz y una de cal. Se cocía en una vasija de barro hasta condensarse o espesarse. Se le agregaba una décima parte de miel de maguey. Se dejaba hervir hasta que tomase consistencia de puche o polenta española. Era ideal para sanos y enfermos; para los sanos se le agregaba chile.
2. Atolli iztac O atole blanco. Se preparaba igual, pero cuando estaba listo se le agregaba chile verde, con los llamados tomame y una cantidad conveniente de sal. Se molía diluido con agua.
3. Xocoatolli o atole agrio. Una libra de fermento o masa agria, dos libras de maíz ablandado y molido; el fermento se preparaba con maíz negro hecho masa del mismo modo. Se guardaba cuatro o cinco días, hasta que se acedase, para dar al atole una acidez agradable. Ya servido se le ponía sal y chile. Se daba a los enfermos para limpiarles el cuerpo y provocar orina. Disuelto en agua fría y tomado refresca el cuerpo, cuando está abrasado de calor, fatigado del camino o del trabajo, o cuando los riñones están [tan] irritados que la orina ulcera los conductos urinarios.
4. Yollatolli o atole blanco. Se cuece el maíz sin cal, se hace puche y se deja enfriar. Se diluye con agua para beberse, igual que el agrio, y extingue la sed y la previene para no tomar agua con exceso.
5. Chillatolli o atole mezclado con chile. Se hace como los precedentes, pero cuando está medio cocido se le agrega chile disuelto en agua, al gusto del consumidor. Se toma muy de mañana contra las molestias del frío, tonifica el estómago, ayuda a la digestión, quita las flemas adherentes y limpia los riñones.
6. Nechillatolli o atole mezclado con chile y miel. Se prepara del mismo modo, pero cuando está semicocido se le agrega, según el gusto, chile y miel de maguey.
7. Ayocomollatolli o atole con frijoles y pedazos de masa del mismo maíz. Se agrega epazote, los fragmentos de masa cuando está a medio cocer y los frijoles ya cocidos. Cuando terminó de cocerse se le agregan frijoles enteros.

8. Chinatolli o atole con chía. La chía se tuesta en un plato, o en el comalli, se reduce a polvo y se guarda para usarse todo el año. El polvo se mezcla con agua y se agita hasta que su densidad agrade al paladar. Algunos le ponen chile antes de tomarlo.
9. Chiantzotzolatolli o atole hecho con una semilla más grande que la [de] chía. Se prepara de igual manera, pero no se hace con frecuencia, porque esta semilla se descompone pronto.
10. Michuauhtolli o atole de semillas con michihoauhtli. Se tuesta la semilla y se reduce a polvo; se mezcla con agua en tal cantidad que no se haga espesa y se rocía con miel de maguey, del que hay tres géneros. Es alimento y es curativo, limpia los riñones y el conducto de la orina, y tomado cura la sarna de los niños. Con dos variedades de huautli (Hoauhtli y Nexhoauhtli) preparan unas bolas. La bebida llamada michihoauatolli es alimento muy sabroso.
11. Tlatonolatolli. Se mezcla una pequeña parte de maíz y una mayor parte de pimiento seco, hecho polvo. Se le agrega epazote y se pone al fuego para que se cueza bien. Se toma caliente, provoca orina, las reglas y fortalece el cuerpo.
12. Tlaxcalatolli. Se prepara de maíz molido. En el comal se hacen tortillas de tres dedos de grueso y, cuando están bien cocidas, se les quita la corteza, se machaca la miga, se mezcla con agua fría y se pone de nuevo al fuego, agitándola hasta que comience a espesarse. Se sirve en vasos y se toma con cuchara.
13. Olloatolli. Se muele la espiga de maíz y se mezcla en proporción de una parte por tres partes de maíz. Se muele de nuevo todo junto y se pone al fuego hasta que el atole esté bien cocido y tenga la densidad de la polenta. Se sirve en vasos y se le pone chilcoztli. Utilizado para los que tienen exceso de sangre o de ardor.
14. Quauhnextolli. El maíz se ablanda en lejía común; se hace con ceniza de árbol. Se muele y se cuece hasta que tenga la densidad conveniente. Dicen que purifica la sangre, pero no da ningún otro servicio como medicamento o como alimento.
15. Izquiatolli. Se prepara con maíz tostado y molido, pero mezclándose, cuando va a cocerse, con una pequeña parte de maíz cocido y se agita hasta que alcance el espesor suficiente, se agrega chile.
16. Hoauhatolli. Se hace con bledos rojos y se toma rociado con miel.

17. Michihoauhatolli. Se prepara con michihoauhtli, mezclándole un género de bledo que algunos llaman sinfonía, por la variedad de sus colores.

Generalidades de los atoles

En la actualidad existen un sin fin de variantes de atoles. El clásico es a base de maíz, estos pueden ser por masa de nixtamal, o pueden ser espesados con fécula de maíz. Hoy en día, en el mercado puedes encontrar atoles instantáneos de diferentes sabores. Además de atoles de Maíz, existen los que están hechos a base de amaranto, almendra, cacahuete, entre otros. Los sabores pueden cambiar, según, la fruta de temporada, del lugar en donde se elabore o la creatividad del que lo elabore.

En base a lo anterior se entiende que los atoles son a base de maíz, en cualquiera de sus presentaciones, por ello hablaremos de maíz.

Jocoatol

Una bebida espesa, de maíz fermentado, color amarillo de la que no se puede hablar sin pensar también en tamales. Es el dúo por excelencia, que suele disfrutarse en las mañanas. Aunque también es una tradición incluirlo en las cenas de invierno (Perea D., 2023).

México es una región que se enfoca en mantener y compartir las recetas originales descubiertas por los antepasados. Desde las antiguas civilizaciones, la época de la conquista hasta las actuales creaciones

Siendo el atole agrio (jocoatol) una receta importante para el estado de Chiapas. Los mercados y pequeños pueblos son los lugares predilectos si quieres probar el sabor original de esta bebida. De cierta forma, las generaciones más grandes son los maestros encargados de mantener el legado en las nuevas generaciones. Esta versión suele llamar la atención principalmente por la combinación de sabores que se obtiene. Pero si de algo estamos seguros, es que vale la pena darle una oportunidad.

Características

El atol agrio, cuya preparación lleva en promedio dos días, es una de las bebidas tradicionales de origen prehispánico que prevalece en el sureño estado de Chiapas, sobre todo en los mercados y hogares rurales. Su preparación no requiere más que de la experiencia y paciencia,

porque el maíz cocido, es decir, el nixtamal debe remojar un día y una noche para que tome el sabor agrio (Ciudadania Exprés, 2015).



Figura 38. Jocoatol elaborado por la señora Josefina Espinosa (López, 2023)

¿Cómo lograr un Jocoatol auténtico?

El sabor característico de esta bebida es ligeramente agrio. Esto se logra gracias al proceso de fermentación al que tienen que someterse los granos de maíz.

La cocina es una disciplina que requiere tiempo, y esta receta no es una excepción. Para lograr la fermentación del maíz, puedes hacerlo de dos formas.

La primera, es necesario dejar los granos de maíz en agua, al menos dos días completos antes de comenzar la preparación. Posteriormente se enjuagan para pasar al molido de los granos ya suaves. El resultado después de este proceso es una masa, que se coloca en una olla, añadiendo agua y azúcar. Y consistencia final debe ser espesa y ligeramente viscosa.

La segunda forma es partir desde una masa ya nixtamalizada, dicha masa ya debe de oler ligeramente agria, esta se disuelve en agua y se lleva a fuego lentos, hasta que se espese y se le agregue la azúcar al gusto. Esta forma es para rescatar la masa de las tortillas que nos queda en casa y evitar que se tire, esto se hace en más a menudo en casa.

Ingredientes

Los Ingredientes pueden cambiar según quien lo elabore.

Maíz Amarillo: para que se un auténtico jocoatol específicamente debe de ser esta variedad de maíz, si se hace de otro color seria simplemente un atol agrio.

Azúcar: el endulzante puede cambiar según el gusto del que lo prepare, pero para economizar se utiliza **azúcar estándar**, aunque a los inicios de este atol se utilizaba **Panela**, ya que aún no existía la azúcar de caña.

Agua: Este no cambia, pero es indispensable para preparar esta bebida, ya que nos permitirá fermentar el maíz, y determinar el espesor de nuestro atol.

Espicias: estas son totalmente opcionales, en algunas ocasiones utilizan canela, anís estrella o pimienta gorda.



Figura 39. Ingredientes utilizados por la señora Rosario Avendaño, para la elaboración del Jocoatol (López, 2023).

Utensilios e insumos necesarios.

Fuente de calor: la fuente de calor puede variar según las posibilidades económicas y de accesibilidad. Anteriormente se cocinaba en un fogón de leña o con carbón, y actualmente ya se hace en estufa con gas, ya que el humo del fogón desarrollo enfermedades respiratorias, por el contacto excesivo de él.

Recipiente para fermentar el maíz: este puede ser una vasija, una cubeta de plástico o de lámina galvanizada.

Olla: La olla también puede variar según las posibilidades económicas o incluso puede ser por el sabor que le gustes dar al atol. Estas pueden ser ollas de peltre, estas con las más comunes por ser un buen material para su elaboración. Las olla de aluminio; con este tipo de material hay que tener cuidado, ya que se puede pegar un poco más fácil en el fondo de la olla. Ollas de barro; la mejor para darle un toque más auténtico y sabroso al atol.

Palo de madera: este puede ser de ciprés, de guayaba o lima, no puede ser de otro tipo si no se llega a amargar el atol, si no quieres correr ningún riesgo lo puedes cambiar por una cuchara metálica o de peltre.

Molino. Este también puede ser según tus posibilidades económicas, la accesibilidad e incluso la a la cantidad a moler. Puede ser desde un metate, una licuadora, un molino de mano o un molino eléctrico.

Cernidor: este puede variar según lo que tengas en casa y que tan puro o fino quieras tu atol, puedes utilizar una tela, una manta, un colador e inclusive una morraleta de plástico con orificios finos que se utilizan para ir al mercado.

Proceso de elaboración

Forma tradicional

1. Se inicia con la limpieza del maíz, se quitan los granos que estén en mal estado y la basura que pueda tener.



Figura 40. Basura que se retiró del maíz (López, 2023)

2. Deja en remojo con suficiente agua, esta debe de cubrir todo el maíz.



Figura 41. Maíz en remojo (López, 2023)

3. Se deja fermentar de 2 a 4 días, dependiendo totalmente de la temperatura y la temporada del año. El maíz está listo cuando se allá inflado (el maíz se hidrata y duplica su tamaño).



Figura 42. Grano de maíz inflado y fermentado (López, 2023)

4. Drena el agua y el maíz se muele, hasta obtener una masa fina.



Figura 43. Masa obtenida del maíz fermentado (López, 2023).

5. La masa obtenida se diluye en agua y se filtra, esto puede ser con un colador fino o manta.



Figura 44. Colado de la masa fermentada (López, 2023).

6. El suero de maíz se lleva a fuego y se le agrega más agua, para iniciar su cocción. En este momento el atol se empieza a espesar, es por ello que se debe de mover contante mente, para que este no se adhiera al recipiente o se queme.



Figura 45. Cocción del jocoatol (López, 2023).

7. Al momento de ebullición se le agrega el azúcar. Se deja a fuego lento hasta que obtenga el espesor que se desee.



Figura 46. Espesor del jocoatol (López, 2023).

8. Sirve en una taza y ya se puede disfrutar de un jocoatol autentico de Comitán de Domínguez



Figura 47. Jocoatol elaborado por la señora Rosario Avendaño (López, 2023).

Forma casera

Esta forma de elaborar el atol se lleva a cabo en casa para evitar el desperdicio de alimentos, ya que en casa muchas veces se utiliza masa nixtamalizada para hacer tortillas, sopes o tamales, y a las amas de casa les sobra un poco de masa suelen guárdala en el refrigerador y se les olvida, y el fin de semana que les toca limpiar su refrigerador, encuentran la bola de masa con un olor a agrio, y en lugar de tirar la, aprovechan esta oportunidad y elaboran su atol agrio para desayunar en casa un domingo en familia.

1. Diluye la masa agria nixtamalizada en agua.
2. Filtra lo anterior y llévalo a fuego.
3. En cuanto comienza hervir, agregar el azúcar al gusto.
4. Mover constantemente hasta que tenga la consistencia que desees.
5. Servir y disfrutar con la familia.

Sugerencias.

- Al momento de mover el atol, se tiene que realizar de un mismo sentido, ya que se tiene la creencia que si no se hace así se corta. Si en dado caso pasara eso, se recomienda utilizar doblador (hoja de maíz seca) o chile seco.
- En rancherías cercanas a Comitán el jocoatol se suele comer con frijoles en grano, como si fuese cereal con leche.
- No se encontró un ratio en específico, sin embargo se observó que 1 cuartilla de maíz amarillo rinde alrededor de 30 litros de jocoatol, el cual lleva de 4 a 5 kilos de azúcar dependiendo del maíz.

Atol de granillo

Bebida a base de maíz blanco, la cual contiene granillos de maíz, el cual lo caracteriza de otros atoles, es un sabor dulce pero a la vez simple, para los comitecos es el favorito entre los atoles.

Ingredientes

Maíz blanco. Este ingrediente es indispensable, varios de los artesanos entrevistados nos narraron en varias ocasiones que el único maíz que les sirve para este atol es el blanco ya que si se utiliza del maíz amarillo este no suele espesar y queda muy agua el atol.

Azúcar. El azúcar de caña es la indicada ya que esta no aporta ningún color al atol y hace que permanezca con un tono blanco.

Canela. El sabor y aroma del atol de granillo se la da esta especia, sin duda esta es algo que no puede faltar para su elaboración.

Agua. Ingrediente básico e indispensable tanto para la limpieza del maíz, como para diluir la masa para el atol.



Figura 48. Maíz blanco (López, 2023).

Utensilios e insumos necesarios

Al igual que con el Jocoatol, este puede variar según la accesibilidad de quien lo elabora.

Fuente de calor: la fuente de calor puede variar según las posibilidades económicas y de accesibilidad. Anteriormente se cocinaba en un fogón de leña o con carbón, y actualmente ya se hace en estufa con gas, ya que el humo del fogón desarrollo enfermedades respiratorias, por el contacto excesivo de él.

Olla: La olla también puede variar según las posibilidades económicas o incluso puede ser por el sabor que le gustes dar al atol. Estas pueden ser ollas de peltre, estas con las más comunes por ser una buena materia para su elaboración. Las olla de aluminio; con este tipo de material hay que tener cuidado, ya que se puede pegar un poco más fácil en el fondo de la olla. Ollas de barro; la mejor para dar le un toque más auténtico y sabroso al atol.

Palo de madera: este puede ser de cipre, de guayaba o lima, no pude ser de otro tipo si no se llega a amargar el atol, si no quieres correr ningún riesgo lo puedes cambiar por una cuchara metálica o de peltre.

Molino. Este también pide ser según tus posibilidades económicas, la accesibilidad e incluso la a la cantidad a moler. Puede ser desde un metate, una licuadora, un molino de mano o un molino eléctrico.

Cernidor: este puede variar según lo que tengas en casa y que tan puro o fino quieras tu atol, puedes utilizar una tela, una manta, un colador e incluso una morraleta de plastico que se utilizan para ir al mercado.

Recipiente para cocer el maíz. Esta puede ser una simple olla de barro, de peltre o de lámina galvanizada, ya que solo se utiliza para cocer el maíz o nixtamalizar lo, esto no necesita ser de algún material en específico, sin embargo las personas que lo elabora recomiendan que sea en una cubeta de lámina galvanizada, ya que hace que la cocción del maíz sea pareja.



Figura 49. Cubeta de lámina galvanizada (López, 2023).

Proceso de elaboración

Este proceso es laborioso no por la dificultad, sino por el tiempo que toma hacerlo, entre los distintos artesanos que se entrevistaron se puede notar que no hay mucha variante en los pasos a elaborar para llegar a un buen resultado.

1. Limpiar y lavar el maíz.
2. Cocer o nixtamalizar el maíz, esto dependerá si le colocas cal al maíz.



Figura 50. Nixtamalización del maíz blanco (López, 2023).

3. Con los granos de maíz ya reventados, se le quita el hollejo y se limpia, esto es para obtener el granillo.



Figura 51. Granillo (López, 2023).

4. El granillo se parte en dos partes iguales, la primera parte se reserva y la segunda se lleva a molienda para de aquí sacar y empezar a elaborar el atol.



Figura 52. Molienda de maíz blanco (López, 2023).

5. Ya con el granillo molido este se lleva a colar, y el resultado se lleva a fuego medio, hasta que llegue a ebullición.



Figura 53. Filtrado del suero de maíz blanco para la elaboración del atol de granillo (López, 2023).

6. Llegando a ebullición se le agrega los granillos restantes, el azúcar y la canela, esto no debe de dejarse de mover, para que no se pegue en la olla.



Figura 54. Endulzando el atol de granillo (López, 2023).

7. En cuanto se obtenga la consistencia adecuada o deseada, ya está listo para disfrutarse con un rico tamal o pan compuesto.



Figura 55. Atol de granillo (López, 2023).

METODOLOGÍA

Tipo de estudio

Una investigación se considera documental a partir de que se consultan fuentes como libros, revistas, periódicos, registros, etc. Por lo tanto en este documento se lleva un estudio documental y de campo. Ya que se obtuvo información de libros oficiales, revistas, entrevistas, encuestas de las cual se extrajo información y algunas fotografías e ilustraciones respecto al origen del atol de granillo y jocoatol, donde se mencionó puntos importantes sobre los insumos principales, para poder elaborarlo, como el origen del maíz y la gran importancia que tiene en la vida cotidiana de un mexicano, chiapaneco y principalmente como comiteco.

La investigación documental es, como su nombre indica, aquella que se realiza a partir de la información hallada en documentos de cualquier especie, como fuentes bibliográficas, hemerográficas o archivísticas (Vivero, L. y Sánchez, B., 2018)

En la presente investigación también se establecen métodos de investigación como entrevistas y encuestas. Lo cual nos da como resultado un enfoque cualitativo, la cual se cuestiona, según su nivel de medición y análisis de la información, es decir; que dicha investigación ha sido muy flexible respecto a los métodos de preparación del atol de granillo y jocoatol, ya que cada artesano tiene o cuenta con su propio método de preparación, no todos utilizan los mismos ingredientes o utensilios, sin embargo son similares y cumplen con la misma función.

La investigación es simple y compleja, por el motivo de que según la variable, no se puede establecer solo un proceso de elaboración, y tampoco se puede definir un solo origen por eso mismo solo se documentó y no se establece como tal un orden o procedimientos sobre el atol de granillo y jocoatol. A la par se documentó las recetas establecidas de los artesanos, según su experiencia y tradición.

Con la información recopilada de dicha investigación, se elaboró una guía de contacto de artesanos que vendan atol de granillo y jocoatol en Comitán de Domínguez. La cual contiene historia de ambos atoles, una breve descripción de la pasión que tiene cada uno de los artesanos que aparecen en la guía, y por supuesto números de contacto, horarios de servicio y dirección.

Población

El epicentro de la investigación ocurrió en los principales puestos de artesanos comitecos que venden atol de granillo y jocoatol en lugares concurridos en Comitán de Domínguez. Se entrevistaron y cuestionaron tanto a artesanos que elaboran el atol de granillo y jocoatol y consumidores de dichos atoles.

Como resultado de la investigación se basó referentemente al desarrollo del muestreo no probabilístico casual o incidental ya que se trata de un proceso en el que se eligió directa e indirectamente los individuos de la población.

Los entrevistados y encuestados de esta investigación son habitantes de Comitán de Domínguez, en las entrevistas, solo se seleccionaron personas que elaboran este tipo de atoles típicos de Comitán de Domínguez. A diferencia de las encuestas, en esta no se realizó ningún tipo de filtro, ya que se hicieron a personas que se encontraran en dicha ciudad.

Técnicas e instrumentos para la recolección de datos

Técnicas

Documental: para la elaboración de esta investigación se utilizaron libros, audiovisuales, revistas, páginas web y recursos humanos que fueron los artesanos y consumidores del atol de granillo y jocoatol.

La definición de técnica documental se refiere a “Recopilan información acudiendo a fuentes previas, como investigaciones ajenas, libros, información en soportes diversos, y emplea instrumentos definidos según dichas fuentes, añadiendo así conocimiento a lo ya existente sobre su tema de investigación” (Cevallos, Polo, Salgado, & Orbea, 2017).

Bibliográficas: Estudio analítico de la información presentada en el documento. En el cual se analizaron y se sintetizaron ideas de la investigación en el marco teórico.

De campo: La investigación de campo se llevó a cabo en lugares concurridos tanto de consumidores y artesanos del atol de granillo y jocoatol. En el cual se realizaron encuestas y entrevistas. Recopilación de datos de contacto de los artesanos para poder elaborar la guía.

Definición de la técnica de campo. “Propician la observación directa del objeto de estudio en su elemento o contexto dado, y que adaptan a ello sus herramientas, que buscan extraer la mayor cantidad de información” (Cevallos, Polo, Salgado, & Orbea, 2017).

Observación: con esta técnica se comprende y describe más detalladamente los sucesos y fenómenos que ocurren al momento de la elaboración del atol de granillo y jocoatol, con esta técnica se pretende tomar nota de sus peculiaridades, de su entorno, en fin, detallarlo. El investigador se pone en contacto personalmente con el hecho a investigar. Es una observación participante, ya que se realizó en los lugares donde ocurre la elaboración de esta bebida.

Entrevista: Se plantearon preguntas directamente a sujetos para el estudio del consumo de este producto. Se realiza con el fin de obtener información. El uso de la entrevista se hace cuando se considera necesario que exista interacción y diálogo entre el investigador y la persona investigada.

Análisis documental: fue necesario para explorar todo aquello que se haya escrito acerca un determinado tema relacionado al atol. La finalidad de esta técnica es apoyar y sustentar, de forma teórica, el trabajo que se quiere realizar.

Estructura del trabajo.

Guía de contacto.

Es aquella que recopila, selecciona y organiza datos de personas u organizaciones de algún rubro en específico, en este caso, se recopilara información de artesanos que elaboren o vendan jocoatol y atol de granillo en Comitán de Domínguez, se seleccionarán los mejores exponentes de esta bebida prehispánica. Y finalmente se organizaran por mercados y zonas en las que se encuentran ubicados. Dicha guía contendrá el siguiente orden:

- Portada
- Propósito
- Contenido
- Presentación
- Comitán de Domínguez (breve descripción de la ciudad e historia)
- Descripción de la gastronomía comiteca
- El maíz
- Historia del atol
- Atol de granilo
- Jocoatol

- Principales mercados de Comitán
- Nombre de los artesanos que lo elaboran atol de granillo y jocoatol, historia acerca de sus inicios como proveedor de estas bebidas prehispánica, numero de contacto, ubicación de donde se encuentra y una imagen del artesano según su disposición.

RESULTADOS

Con la previa investigación documental y de campo de este documento se obtuvieron resultados acorde a el objetivo, ya que se recopiló el proceso de elaboración del atol de granillo y jococatol, bebidas calientes típicas de la ciudad de Comitán de Domínguez, a su vez se pudo identificar el origen prehispánico que tienen los atoles en la dieta mexicana. Además de poder identificar los principales ingredientes, utensilios y técnicas que intervienen en el proceso de elaboración, ya que según quien lo elabore, puede variar. También se pudo ubicar puntos de venta de estos atoles en la ciudad, con el fin de elaborar la “Guía de contacto gastronómico, enfocado en atoles tradicionales de Comitán de Domínguez”. Cabe mencionar que los resultados sobre la investigación de dichas bebidas son satisfactorios ya que se desconocía esta información en documentos oficiales de investigación, a su vez cabe mencionar que es una de las razones por la cual se decidió abordar este tema.

Los resultados obtenidos en la elaboración de este trabajo se basan principalmente en la investigación de campo mencionada anteriormente. Ya que con el apoyo de artesanos y amas de casa originarios de Comitán de Domínguez o de sus alrededores, los cuales elaboran estas bebidas, nos permitió lograr dicha investigación. En el marco teórico se describe de manera detallada los procesos de elaboración, de ambos atoles. Con especificaciones según las instrucciones y recomendaciones de las personas experimentadas que elaboran esta bebida. Ahí mismo se encuentra historias respecto a los orígenes y se mencionan los ingredientes, utensilios y técnicas culinarias que intervienen en el proceso de elaboración.

La estructuración de este documento se basa en las distintas etapas que se llevaron a cabo para lograr esta investigación. Iniciando con la contextualización; la cual consistió en abordar distintos temas y conceptos. Como son la ubicación geográfica que abarca la investigación, usos, costumbres y festividades de la ciudad, gastronomía típica y común de la localidad, principales ingredientes en la dieta de la comunidad como el caso del maíz. La segunda fase consistió en la redacción e interpretación de los resultados obtenidos en entrevistas que se puede apreciar en el apartado de anexos (anexo 1) y en la observación de distintos procesos de elaboración que se pudieron realizar. Como tercera etapa encontramos como resultados la “Guía de contacto gastronómico, enfocado en atoles tradicionales de Comitán de

Domínguez”, la cual se obtuvo de un recorrido por la ciudad, principalmente en los mercados y barrios principales de la ciudad. Como etapa final tenemos el análisis, el cual permitió reflexionar y poder proponer métodos de difusión, la cual puede ser por medio de infografías o la realización de talleres en los cuales hablen sobre la elaboración y los procesos que abarcan para disfrutar una deliciosa taza de atol de granillo y jocoatol, típicos de la gastronomía Comiteca.

Diferencias de utensilios e ingredientes según los resultados de las entrevistas realizadas a las personas que elaboran atol de granillo y jocoatol.

Tabla 1. Diferencia entre elaboración del atol de granillo.

Atol de Granillo					
Nombre:	Josefina Espinoza	Maricruz Espinoza Ruiz	María Isabel Espinoza Ruiz	Mercedes Hidalgo	Caralampia Hidalgo
Edad:	36 años	30 años	68 años	52 años	76 años
Edad a la que empezó a elaborar lo o aprendió:	15 años	18 años	23 años	12 años	30 años
Tiempo vendiendo	6 años	12 años	43 años	20 años	47 años
Utensilios:	Olla de aluminio Estufa de gas Palo de ciprés Molino eléctrico Manta Vasijas Cubeta de Lámina galvanizada	Olla de aluminio Estufa de gas Palo de ciprés Molino eléctrico Morraleta fina Vasijas Cubeta de lámina galvanizada	Olla de barro Fogón de leña Palo de ciprés Molino de mano Manta Vasijas Cubeta de lámina galvanizada	Palo de guayaba Olla de peltre Fogón de leña Vasijas Molino eléctrico Morraleta fina	Cuchuvito de madera de guayaba Olla de peltre Fogón de leña Vasijas Molino eléctrico Manta
Ingredientes:	Maíz blanco Canela Cal Azúcar Agua	Maíz blanco Canela Cal Azúcar Agua	Maíz blanco Canela Cal Paneta Agua	Maíz blanco Canela Cal Azúcar Agua	Maíz blanco Canela Cal Paneta Agua
Técnicas culinarias:	Nixtamalización. Huatape Moler	Nixtamalización. Huatape Moler	Nixtamalización. Huatape Moler	Nixtamalización. Huatape Moler	Nixtamalización. Huatape Moler

Tabla 2. Diferencia entre elaboración del jocoatol.

Jocoatol					
Nombre:	Josefina Espinoza	Maricruz Espinoza Ruiz	María Isabel Espinoza Ruiz	Mercedes Hidalgo	Caralampia Hidalgo
Edad:	36 años	30 años	68 años	52 años	76 años
Edad a la que empezó a elaborar lo o aprendió:	15 años	18 años	23 años	12 años	30 años
Tiempo vendiendo	6 años	12 años	43 años	20 años	47 años
Utensilios:	Olla de aluminio Estufa de gas Palo de ciprés Molino eléctrico Manta Vasijas Cubeta de Lámina galvanizada Tambo de plastico	Olla de aluminio Estufa de gas Palo de ciprés Molino eléctrico Morraleta fina Vasijas Cubeta de lámina galvanizada Cubeta de plástico	Olla de barro Fogón de leña Palo de ciprés Molino de mano Manta Vasijas Cubeta de lámina galvanizada Tambo de plástico	Palo de guayaba Olla de peltre Fogón de leña Vasijas Molino eléctrico Morraleta fina Cubeta de plastico	Cuchuvito de madera de guayaba Olla de peltre Fogón de leña Vasijas Molino eléctrico Manta Cubeta de plastico
Ingredientes:	Maíz amarillo Azúcar Agua	Maíz blanco Azúcar Agua	Maíz blanco Panela Agua	Maíz blanco Azúcar Agua	Maíz blanco Panela Agua
Técnicas culinarias:	Fermentación Huatape Moler	Fermentación Huatape Moler	Fermentación Huatape Moler	Fermentación Huatape Moler	Fermentación Huatape Moler

Guía de contacto gastronómico

A continuación se exhibe el resultado final de la guía de contacto, la cual se pretende difundir, en la ciudad de Comitán de Domínguez a través de módulos de turismo, áreas concurridas como Restaurantes y hoteles de la ciudad con el fin de dar a conocer locales comerciales en la cual se dedican a vender exclusivamente atol de granillo y jocoatol.

Universidad de Ciencias y Artes de
Chiapas

Facultad de Ciencias de la Nutrición y Alimentos

Guía de contacto gastronómico enfocado en
atoles tradicionales de Comitán de Domínguez.

Elaborado por:
Estefanía López Agüero
Asesor

Jesús Alberto Saldaña Argüello



Comitán de Domínguez, Chiapas

Fecha: octubre 2024

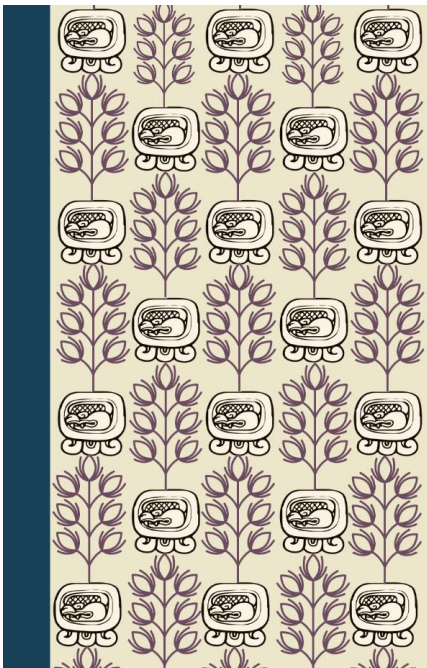


Guía de contacto gastronómico

Enfocado en atoles tradicionales de
Comitán de Domínguez

Estefanía López Agüero.

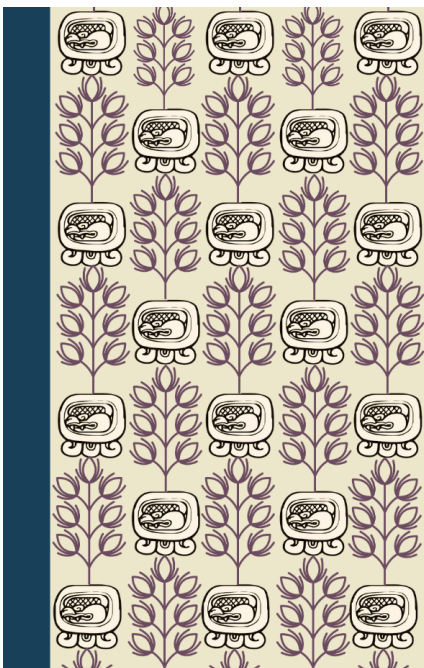
Tuxtla Gutierrez, Chiapas. Octubre, 2024



Contenido



Presentación.....	1
Propósito.....	4
Comitán de Domínguez.....	6
El maíz.....	8
Atol	10
Atol de granilo	12
Jocoatol	14
Principales mercados de Comitán	15
Central de abastos.....	16
Mercado 1º de Junio.....	20
Mercado 1º de Mayo.....	23
Mercado del Cedro.....	28
Mercado de productores agrícolas.....	32
Mercado San Agustín.	35



Presentación



La siguiente Guía de contacto a sido diseñada para habitantes o visitantes de Comitán de Domínguez con el fin de dar a conocer bebidas tradicionales de dicha ciudad. Como es el atole de granillo de maíz blanco y el jocoatol (atole agrio) de maíz amarillo.

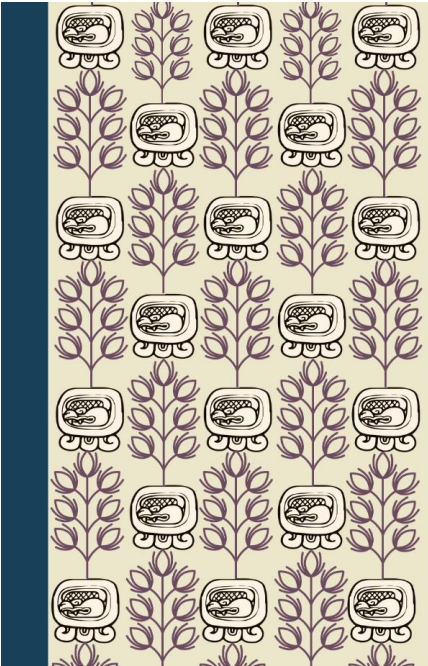
Los atoles son bebidas prehispánicas, las cuales son comunes en la sociedad mexicana, sin embargo lo común, no nos permite apreciar la importancia de estos. Es por eso, que con esta guía de contacto se pretende reconocer a los artesanos que hacen posible que estas bebidas sigan prevaleciendo en la sociedad Comiteca.

Así mismo las personas que tengan acceso a esta guía podrán ponerse en contacto directo con los artesanos que lo elaboran o venden, para así probar esta bebida ancestral e incluso poder programar una clase con ellos.



1





Propósito



Se pretende que el lector de esta guía de contacto gastronómico pueda informarse y se de la oportunidad de conocer distintos puntos importantes de la ciudad de Comitán de Domínguez, como lo son los mercados; estos son ideales para poder conocer cualquier cultura de cualquier parte del mundo, ya que ahí se encuentran usos y costumbres de cualquier entidad, ahí se puede observar la cotidianidad de un poblador cualquiera, a su vez se socializa directamente con los habitantes de la comunidad.

Es por eso que en esta guía de contacto te mencionamos los principales lugares, en donde podrás encontrar las bebidas emblemáticas de la cultura Comiteca, llevando te a rinconcitos de los principales mercados en donde podrás encontrar atol de granillo y jocoatol.



4



5



Comitán de Domínguez

"Sabores, climas, patios floridos, horizontes luminosos al lado de templos mayas y magníficas iglesias coloniales, son los elementos que hacen de Comitán de Domínguez un lugar inigualable".

Es reconocido por su gastronomía variada y deliciosa. Categorizado como pueblo mágico desde el 2012. Lo cual hace que tenga un auge mayor para que el turismo incremente cada vez más.

La gastronomía Comiteca se deriva de dos raíces la autóctona y por supuesto la Española. Se caracteriza por su riqueza agrícola y ganadera de los alrededores. Además de contar con un clima increíble.



6



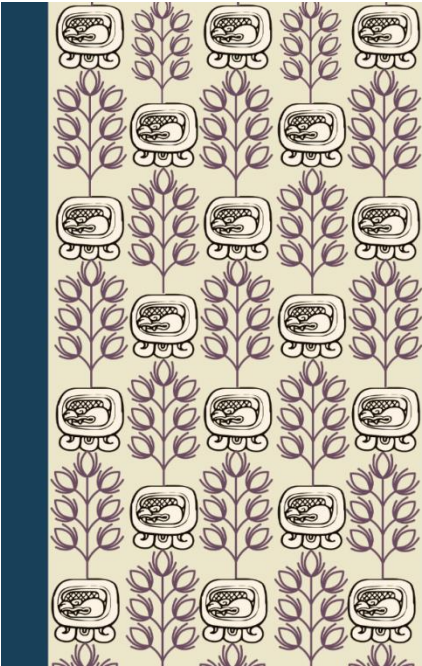
7



El maíz

El maíz es el alimento que representa por excelencia las raíces mexicanas. El maíz conecta con la identidad de los mexicanos. Es el protagonista de muchísimos libros, mitos y leyendas. Es el cereal que alimenta a todo un país. Abarca desde la economía, la gastronomía, la cultura. A través de la diversidad de este producto se nos brinda un sin fin de platillos tradicionales, los cuales conllevan experiencias y procesos inigualables





Atol



Atollis como se conocía antiguamente significa "aguado".

Es una bebida de origen prehispánico consumida en Mesoamérica. En su forma original es una cocción dulce de maíz en agua, en proporciones tales que al final de la cocción tenga una moderada viscosidad y que se sirve lo más caliente posible.

Es muy común que la bebida sea condimentada con especias aromáticas (cacao, vainilla, canela, anís, azahar, hojas de naranjo).

Tradicionalmente se endulza con piloncillo, azúcar o miel. También suele prepararse con leche en lugar de agua.





Atol de granillo



Bebida caliente a base de maíz blanco nixtamalizado, popular en distintos estados de la republica mexicana. Sin embargo en Comitán se caracteriza por ser de color blanco, aromatizado solamente con canela y endulzado con azúcar de caña o panela. Difícilmente podrás encontrar atol de granillo de otro tipo de maíz, ya que los habitantes de Comitá, están tan familiarizados con el color blanco que es muy complicado que alguien lo acepte.





Focoatol



Siendo el jocoatol (atole agrio) una receta importante para el estado de Chiapas. Los mercados y pequeños pueblos son los lugares predilectos si quieres probar el sabor original de esta bebida. De cierta forma, las generaciones más grandes son los maestros encargados de mantener el legado en las nuevas generaciones. Esta versión suele llamar la atención principalmente por la combinación de sabores que se obtiene. Esta bebida caliente a base de maíz amarillo, requiere de una fermentación, la cual consta aproximadamente de 3 a una semana, dependiendo completamente del clima.



Principales mercados de Comitán de Domínguez



- Central de abastos 28 de agosto.
- Mercado 1° de Junio.
- Mercado 1° de Mayo.
- Mercado del Cedro.
- Mercado de productores agrícolas.
- Mercado San Agustín





Central de Abastos 28 de agosto






Siendo el jocoatol (atole agrio) una receta importante para el estado de Chiapas. Los mercados y pequeños pueblos son los lugares predilectos si quieres probar el sabor original de esta bebida. De cierta forma, las generaciones más grandes son los maestros encargados de mantener el legado en las nuevas generaciones. Esta versión suele llamar la atención principalmente por la combinación de sabores que se obtiene. Esta bebida caliente a base de maíz amarillo, requiere de una fermentación, la cual consta aproximadamente de 3 a una semana, dependiendo completamente del clima.



José Ángel Velasco



-  Central de abastos local #508
-  Tel. 9631353454
-  Horario:
Lunes a Domingo de
06:00 a.m. a 14:00 p.m.



José Ángel Velasco






Cuenta con varios puestos en la central de abastos.

 18

Guadalupe González



-  Central de abastos local #327
-  Tel. 9631353454
-  Horario:
Jueves a Martes de
06:00 a.m. a 14:00 p.m.



 19



Mercado 1° de junio



Bernardo Garcia



- 📍 Mercado 1° de junio local #118
- 📞 Tel. 9637101244
- 🕒 Horario:
Miércoles a Lunes de
07:30 a.m. a 14:00 p.m.



Bernardo Garcia



Mercado 1° de mayo




Gabriel Mendez



 Mercado 1° de Mayo Local #198

 Tel. 9631319506

 Horario:
Lunes a Sábado de 7:30 a
10:00 am



Gabriel Mendez



Don Gabriel, una
persona muy
trabajadora, aprendió a
hacer estos atoles a la
edad de 12 años. Tiene 25
años de vender atoles.




María del Refugio López



 Mercado 1° de Mayo Local #152

 Tel. 963236770

 Horario:
Lunes a Sábado de 7:30 a
10:00 am

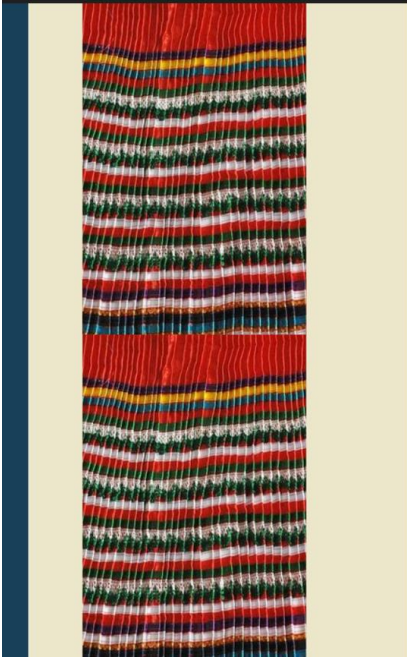


María del Refugio López



Doña María, una persona muy trabajadora, tiene 59 años de edad y 42 años de experiencia en este bello arte.





Mercado del Cedro



 28

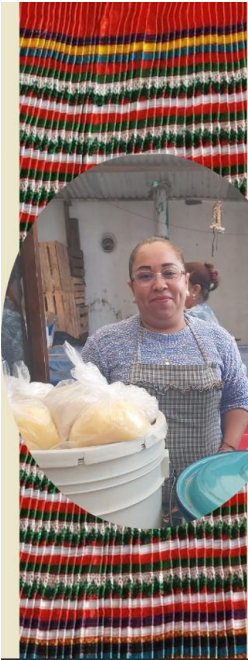


Josefina Espinosa



Un legado de tres generaciones dependen de ella, su madre y abuela han sido las encargadas de proveer esta bebida a todos los vecinos del barrio el cedro.

 29



Josefina Espinosa

Su abuela, su Madre María Isabel Espinoza, y Josefina, son pilares indispensables de esta bebida tradicional ya que seguir con esta tradición no es nada fácil. Muy pocas personas, seden a enseñarte el proceso de elaboración de estas bebidas, sin embargo ellas son la excepción, sin buscar nada a cambio te presentan el proceso, y se puede apreciar la pasión que tiene al elaborarlo.

Con energía y Pasión empiezan a elaborar esta bebida a las 3 de la mañana, un proceso largo y pesado, pero eso no impide que ejerzan este bonito oficio.

Actualmente Josefina es la única que lo elabora de su familia, con ayuda de su hija y ocasionalmente su prima Mari Cruz.




Josefina Espinosa



 Mercado del Cedro Local #27

 Tel. 9632338794

 Horario:
Lunes a Domingo de
06:30 a 11:00 am





Mercado de productores agrícolas




32

José Fredy Morales



 Mercado de Productores agrícolas.

 Tel. 9637034153

 Horario:
Lunes a Sábado de 03:00
a 09:00 am




33

Elvira Rodriguez



 Mercado de Productores agrícolas.

 Tel. 96372524871

 Horario:
Lunes a Sábado de 05:00
a 11:00 am



Mercado de San Agustín




Guadalupe Vazquez Velasco



 Mercado San Agustín

 Tel. 9631858073

 Horario:
Lunes a Domingo de
7:00 a.m. a 12:00 p.m.



 36

Guadalupe Vazquez Velasco



Doña Lupita, tiene 42 años de edad, aprendio a elaborar los atoles a los 14 años.

 37



Guía de contacto gastronómico

Enfocado en atoles tradicionales de Comitán de Domínguez

Estefanía López Agüero.

Con mas de siete mil años de historia, el maíz es la base de la cocina Mexicana. Con orígenes prehispánicos, los atoles han sido base de la alimentación diaria en la vida de cualquier Mexicano. Y Comitán de Domínguez no es la excepción, ya que antes de convertirse en ciudad, a sido un punto muy importante para el comercio de la región. El maíz la principal razón del comercio.

Con una investigación profunda se logro una recopilación de artesanos y vendedores de atoles tradicionales de Comitán de Domínguez. La cual va dirigida a curiosos, aficionados a la gastronomía, o personas abiertas a conocer nuevas culturas y tradiciones.

Tuxtla Gutierrez, Chiapas. Octubre, 2024

Taller de elaboración de atol de granillo y jocoatol de manera ancestral.

Generalidades del proyecto

El taller de elaboración de atol de granillo y jocoatol de manera ancestral se caracteriza por ser único en la ciudad de Comitán de Domínguez, ya que ninguna otra empresa se dedica a ofertar talleres para aficionados y expertos a la gastronomía. Esto nos da una gran ventaja en el mercado, ya que seremos pioneros en la ciudad e incluso en el estado.

En el siguiente documento se describe de una manera concisa el desarrollo de un proyecto gastronómico. El cual consiste en ejecutar ciertas acciones para que este proyecto se lleve a cabo. Este es un taller gastronómico en el cual se hablará y se elaborará atoles tradicionales de la gastronomía de Comitán de Domínguez de una manera peculiar. Esto para poder preservar el patrimonio gastronómico de dicha ciudad. Un taller es una herramienta la cual nos permitirá ayudar a desarrollar habilidades culinarias, ya que nos permitirá ejercer un aprendizaje kinestésico a los consumidores, es decir en el cual no solo se aprenderá la elaboración de atoles, sino también a su vez se enseña el uso de utensilios y técnicas prehispánicas para poder elaborar bebidas que a lo largo de la historia aún prevalecen, sin embargo cada vez son menos personas las que conocen o saben ejecutarlas. Por ello nos dimos la tarea de planificar este taller para que se realice ya que, además de ejecutar acciones para llegar a un buen atol, el cual es el resultado final, también se abarca la importancia de la preservación de estas técnicas y utensilios, ya que con el paso del tiempo estos van decayendo, además de explicar toda la ciencia que interviene en el proceso de elaboración de cada técnica culinaria.

Este proyecto satisface una problemática que cada vez se engrandece, la cual es la falta de conocimiento en la cultura alimentaria. Esto por la falta de información y un manejo incorrecto del mismo conocimiento. Con este taller podremos informar de manera correcta y acabar con la desinformación de temas gastronómicos de antaño.

Objetivos

Eliminar la falta de conocimiento gastronómico, en el cual el público pueda interactuar y aportar en el aprendizaje de otros acreedores del servicio y del prestador de servicio.

Se pretende a Corto plazo; Impartir cursos donde los acreedores de servicio puedan aprender y preserven técnicas culinarias de la cocina tradicional. A mediano plazo; Dar nos a conocer en el ámbito gastronómico, por medio de recomendación. Y a largo plazo; Ser líderes en la industria gastronómica de educación informal e implementación de cursos gastronómicos a la región.

Resumen del producto

El atol es una bebida a base de maíz, de la cual existen diferentes preparaciones y de distintos sabores. Este aporta energía y saciedad para un día de trabajo. Es por eso que este curso de elaboración de atoles, te hará regresar en el tiempo. En la clase se desarrollara el proceso de elaboración del atol de granillo y jocoatol, los cuales son muy representativos de la gastronomía Comiteca. Se hará de una manera antigua. Ya que cambiaremos artefactos modernos por antiguos como en el caso del molino eléctrico la cual se sustituirá por un metate, el cual su uso ha disminuido por nuevas tecnologías. También el caso de una estufa de gas, por un fogón con leña, ollas de acero inoxidable por ollas de barro, palas de madera por palos de ciprés o palos de guayaba, cambiaremos azúcar estándar por panela, a su vez enseñaremos técnicas como la nixtamalización y la importancia gastronómica que tiene en la alimentación mexicana. Con este proyecto gastronómico podremos tener una sociedad más informada y consiente para la preservación de técnicas prehispánicas que nos dan identidad como sociedad comiteca, chiapaneca y mexicana.

Especificaciones del producto

El taller ha tenido numerosas facetas como la planeación, la investigación, la indagación y por supuesto decidimos porque rubro ejecutaremos este proyecto, esto nos permitió establecer como ejecutaremos y estableceremos que este proyecto se lleve a cabo.

Ofertaremos este producto gastronómico a aficionados de la gastronomía y a personas que desean reforzar conocimientos o conocer una nueva cultura.

El taller tiene una duración de 5 horas, en el cual se explicara de manera detallada como utilizar y ejecutar las técnicas prehispánicas que intervienen en la elaboración de estos atoles. El taller o la clase se podrán realizar con una sola persona o un máximo de 15 personas, para que dicho taller se pueda ejecutar de una manera adecuada. La cuota de este taller será de \$450.00 por persona.

El taller iniciara a la hora acordada, esto podrá variar según la disponibilidad y lo acordado con el cliente al momento de adquirir el taller. Los horarios podrán ser flexibles según la demanda que tenga el taller.

Se dará una calidad bienvenida y se agradecerá por la asistencia a dicho taller. Se comienza con una pequeña introducción y un resumen de lo que se aprenderá en el taller esto por medio de diapositivas y audiovisuales, explicando las técnicas prehispánicas a ejecutar dentro del taller. (Duración 30 minutos). Con espacio para aclarar dudas.

Técnicas prehispánicas a ejecutar.

- Nixtamalización.
- Fermentación.
- Molienda por medio de metate.
- Huatape

Después de la introducción se comenzara con la parte práctica del taller.

La realización de ambos atoles será simultánea.

Iniciando con la nixtamalización para la del atol de granillo, la cual consiste en poner el maíz con cal, se dará las medidas de las raciones que se necesitan para poder realizar lo adecuadamente. Y los factores que interviene como es la altura de la ciudad, el clima, la dureza del grano del maíz y la calidad de la cal o de la ceniza que se utiliza.

En lo que se cose el maíz y se deja reposar. Enseguida se pondrá a fermentar el maíz, para el jocoatol, se explicará los factores que interviene en él, como el clima y la dureza del maíz. Y se comenzara la molienda del maíz fermentado (este ya fue previamente fermentado) para la realización del jocoatol. Aquí se explica cómo utilizar el metate y las distintas formas en las que se puede moler el maíz. Después de la demostración de la molienda, los participantes podrán molerlo por sí mismo, compartiendo el espacio.

Después la masa obtenida se disolverá en agua y se colara, aquí los participantes ejecutan esta acción. Y se llevara a cabo la elaboración del atol por medio del huatape. Y se estará moviendo constante mente la mezcla para que espesé, se endulzará para que este atol quede terminado. Terminado el jocoatol se iniciara con el atol de granillo, ya que este cocido el maíz se pasara una leve molienda y se les explicara como quitar el ollejo del maíz para obtener el granillo.

Después el granillo se podrá a coser con un poco de agua y el resto de maíz se molera por completo, de igual manera se pasara por un colador y se elaborara el atol (esto lo elaboran los asistentes al taller).

Terminando de elaborar los atoles se podrán degustar con panes típicos de ciudad y se platicara sobre lo aprendido. El objetivo del taller es que no sea aburrido pero se obtenga un gran aprendizaje.

Propuesta de venta

Se pretende ofrecer por medio de folletos en módulos de información turística, además de promocionar por redes sociales, en agencias de viajes, restaurantes, mercados e instituciones dedicadas a la gastronomía. El proyecto pertenece al rubro de una educación informal y preservación de la cultura.

Se pretende satisfacer las expectativas que traiga el cliente y que se lleve una experiencia única y que quiera repetir algún otro curso impartido por nosotros.

Mercado meta

Personas adultas de 20 a 60 años dispuestos a conocer nuevas culturas o reforzar conocimientos gastronómicos.

Estrategias de posicionamiento del producto

El uso de las nuevas tecnologías es importante para la promoción de producto. Ya que si no estás presente en plataformas digitales es como si no existieras. Tener una red social y demostrar lo que sabes hacer es algo esencial para que un negocio prevalezca hoy en día, ya que la proyección que te puede dar es global y todo el mundo te puede conocer. Es por eso que manejamos Facebook, Instagram y una página en tripadvisor para ponernos en los ojos de los visitantes de la ciudad y puedan conocer Comitán de una manera diferente y única por medio de la cultura alimentaria de la ciudad.

CONCLUSIONES

A lo largo de esta ardua investigación tanto de campo como documental se puede percatar que, los atoles tradicionales de la ciudad de Comitán de Domínguez dan identidad a la población y son parte importante tanto de su cultura alimentaria y su patrimonio gastronómico, ya que son fundamentales en la vida cotidiana de cualquier poblador de esta ciudad. Así mismo el atol de granillo y jocoatol representa unidad entre las familias, ya que no falta la familia, que un domingo por la mañana asista a su mercado más cercano, compre y se lo lleve a casa para poder desayunar en familia. A su vez para la sociedad trabajadora representa saciedad, ya que satisface una necesidad fisiológica, que es la alimentación y rendir aún más en su día de trabajo ya que les aporta energía.

Resulta innegable documentar este proceso de elaboración ya que en la actualidad las personas que lo saben elaborar todavía hacen uso de técnicas de antaño. Esto permitió abarcar técnicas, ingredientes y utensilios prehispánicos, además de mencionar los cambios de estos, debido al pasar de los años estos han evolucionado por el surgimiento de nuevas tecnologías, las cuales hacen que el producto mejore en su calidad, el tiempo de elaboración disminuya y se puedan evitar problemas de salud. Viendo esto de una perspectiva patrimonial estas bebidas son algo que son necesario preservar, ya que las personas encargadas de elaborarlo, cada día son menos, esto se debe a que las nuevas tendencias alimentarias como son el fast food van desplazando poco a poco productos prehispánicos y tradicionales de la región.

Los problemas de salud han sido una de las razones por las cuales muchas personas han dejado de elaborar estas bebidas. De acuerdo con los resultados de entrevistas realizadas un punto importante a destacar es que las personas que elaboran estas bebidas, han manifestado que una de las razones por las cuales las han dejado de elaborar es el siguiente factor; el uso prolongado y excesivo de leña y carbón, el cual dio como consecuencia que los artesanos que se han dedicado a venderlo por años padezcan de pulmonía o algún otro problemas en vías respiratorias. Aunque en la actualidad ya existen estufas de gas, algunas personas se reusan a utilizarlas ya que dicen que no es lo mismo, que cambia el sabor, el tiempo de elaboración es más largo o que incluso es más caro, pero esto es simplemente persuasivo, ya que el uso de nuevas tecnologías, la calidad del producto puede ser mejorada con una buena ejecución, además que los tiempos y el desgaste físico disminuye. Sin embargo las nuevas generaciones

que se encargan de elaborarla, si hacen uso de las nuevas tecnologías ya han podido identificar esos beneficios. Como es el ahorro económico de comprar gas.

Otro punto a destacar con base a lo resultado de las entrevistas, es la preservación de la mayoría de los ingredientes originales, ya que el único cambio que ha tenido es la sustitución de panela por azúcar de caña, esto simplemente por la practicidad de conseguir el ingrediente. Por otra parte los utensilios, estos han cambiado de una forma más concreta por la practicidad para ejecutar la elaboración. Como fue el cambio de matate, la herramienta prehispánica, la cual su principal función es moler alimentos, de madera manual. Con la evolución de nuevas tecnologías este ha sido sustituido por un molino mecánico y en la actualidad el sustituto más grande es el uso de un molino eléctrico. Le preservación de utilizar palos de guayaba o de ciprés para mover los atoles y estos no se pegan, o no tomen sabores extraños, aunque también está el uso de cucharas de peltre. Las técnicas culinarias son lo que más importante a destacar puesto que, son las únicas que no se han modificado y se siguen ejerciendo tal y como se hacía antiguamente.

Por otra parte la importancia de la difusión para el consumo es fundamental, sencillamente por la siguiente razón, sino existen consumidores, no existe la demanda del producto, esto da como resultado la consumación de esta tradición o de cualquier otro producto. Es por ello que el resultado de este documento y de la guía de contacto que se incluyen en el este documento, son satisfactorios, puesto que este nos ayudará a que más personas conozcan y se les apertura una invitación a que consuman estas bebidas tradicionales de Comitán de Domínguez.

Para finalizar la estrategia planteada en este documento es principalmente para la preservación de una tradición que se ha podido mantener a pesar de lo años. Sin embargo esto ha ido en decadencia, es por ello que la ideal principal, es establecer con el taller como conservaremos de una manera más sensata los orígenes de estas bebidas prehispánicas que aún prevalece y queremos que sigan vigentes dentro de la sociedad comiteca.

PROPUESTA Y/ O RECOMENDACIONES

Para llevar a cabo un buen uso y manejo del documento presentado con anterioridad. Se proponen distintas formas para darle seguimiento y cumpla con el objetivo que es la preservación y la difusión de las bebidas tradicionales de Comitán de Domínguez tales son el atol de granillo y jocoatol.

Una de las propuestas iniciales es que en el marco del día nacional del maíz se promueva el consumo de estas bebidas tradicionales. Con las siguientes recomendaciones:

- Colocar un stand, el cual contenga información por medio de lonas y audiovisuales, los cuales expongan los procesos, las técnicas y los utensilios que intervienen en el proceso.
- Explicar de una manera muy sensata el proceso de elaboración, el cual incluya técnicas y tips, para poder realizarlo en casa.
- Dar degustaciones de estas dos bebidas, para que más personas puedan conocerla.
- Sería importante mencionar los grandes cambios que se le ha efectuado en estas bebidas, como el cambio de ingredientes, y utensilios.

Por otro lado se propone la creación de un perfil en redes sociales para promover el interés del consumo y proceso de elaboración, con las siguientes recomendaciones

- A. Subir infografías informativas de los beneficios del consumo, el proceso de elaboración, los utensilios y técnicas que intervienen.
- B. Subir fotografías y videos cortos (duración de 30 segundos a 1:30 minutos), los cuales informen y despierten el interés a un público nuevo.
- C. Subir fotografías con información de las personas y de los locales en donde se elaboran estas bebidas, para que lleguen a probarlas.

Impartir una clase demo en la Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas, para que los estudiantes puedan visualizar el proceso de estas bebidas tradicionales importantes en el estado de Chiapas. Se sugieren las siguientes recomendaciones.

- Incluir esta clase demo en algún festival o aniversario de la facultad de ciencias de la nutrición.

- Que el número de asistentes sea mayor a 50 personas.
- Hacer que la clase sea rápida, sencilla y digerible para todo el público.
- La duración de la clase debe ser menor a 30 minutos.

Para finalizar este espacio se propone crear una cata de atol de granillo y jocoatol elaborado con los distintos tipos de maíz. El cual se recomienda que incluya los siguientes puntos.

- Se deberá utilizar para ambos atoles maíz amarillo, blanco, azul y rosa, esto para que el catador pueda identificar las diferencias organolépticas de cada tipo de maíz.
- El orden de la cata a presentar deberá contar con el siguiente orden, para que el participante pueda identificar todos distintos tipos de maíz a utilizar. Se iniciara con la presentación y el objetivo de la cata, posterior a presentar los distintos tipos de maíz en crudo, para que los catadores observen, características organolépticas del maíz, como la dureza del grano, color, tamaño, etc. De la misma forma se presentara ahora los maíces nixtamalizados, este para el atol de granillo y también se mostraran maíces fermentados este para el jocoatol. Después de poder apreciar la diferencia de cada uno de los maíces, se comienza con la degustación de los atoles, para poder identificar la diferencia de cada uno de los maíces en estos dos atoles.

REFERENCIAS DOCUMENTALES

- Acosta, R. (2009). El cultivo del maíz, su origen y clasificación. *Cultivos tropicales*, 30(2), 113.
- Agencia de Servicios a la Comercialización y Desarrollo de Mercados Agropecuarios. (19 de enero de 2018). *Gobierno de Mexico*. Recuperado el 23 de septiembre de 2023, de <https://www.gob.mx/aserca/articulos/conoces-el-origen-del-maiz?idiom=es#:~:text=Se%20considera%20que%20el%20ma%C3%ADz,a%20unos%20kil%C3%B3metros%20de%20Mitla>
- Arqueología Mexicana. (Abril de 2022). “Tenam Puente”. *Arqueología Mexicana*, 102, 40-42. Obtenido de Arqueología Mexicana: <https://arqueologiamexicana.mx/mexico-antiguo/tenam-puente-chiapas>
- Cevallos, A., Polo, E., Salgado, D., & Orbea, M. (2017). *Métodos y técnicas de investigación*. Obtenido de <http://142.93.18.15:8080/jspui/bitstream/123456789/498/3/metodolog%C3%ADa.pdf>
- Chiapanecos. (2014). *Gastronomía y cultura a un clic*. Obtenido de <https://chiapan3cos.wordpress.com/2014/04/13/tascalate/>
- Chiapas, T. (19 de Enero de 2008). Obtenido de <https://todochiapas.mx/comitan-de-dominguez/santa-teresita-barrio-de-la-cruz-grande-comitan/78>
- Ciudadanía Expresó. (2015). *Bebidas de origen prehispanico*. Obtenido de <https://www.ciudadania-express.com/2015/03/07/bebida-de-origen-prehispanico-atol-agrio>
- Comisión Nacional de Áreas Naturales Protegidas. (8 de Septiembre de 2019). *Gobierno de México*. Obtenido de <https://www.gob.mx/conanp/documentos/parque-nacional-lagunas-de-montebello-209454>
- Comitán de las Flores. (2009). Obtenido de <https://www.comitandelasflores.com/festividades-religiosas/>
- Comitan de las Flores. (2010). Obtenido de <https://www.comitandelasflores.com/templo-de-guadalupe/>
- Comitán de las Flores. (2018). *Comitán de las Flores*. Recuperado el 2023, de <https://www.comitandelasflores.com/museo-rosario-castellanos/>
- Comité Estatal de Información Estadística y Geografía (CEIEG). (2010). *Region XV - Meseta Comitaca Tojoaba*. Tuxtla Gutierrez: Gobierno del Estado de Chiapas.
- Coutiño, E., Victor A., & Vidal. M. V. A. (2020). Nueva variedad subtropical de maíz Comiteco. *Revista Fitotec*, 43.
- Culinaria. (2014). (M. B. Lina Sarai Mejía López, Ed.) *Culinaria, Revista virtual especializada en Gastronomía*.
- Gobierno del Estado de Chiapas, Secretaria de Turismo. (2023). *Conoce Chiapas*. Recuperado el 12 de Septiembre de 2023, de <https://www.chiapas.gob.mx/pueblos-magicos/comitan/>

- Historias, fotos, notas, trips y otros chunches. (14 de Septiembre de 2008). *Historias, fotos, notas, trips y otros chunches*. Obtenido de <https://naibafologia.blogspot.com/2008/09/la-pila-uno-de-los-barrios-ms-antiguos.html>
- INBAL, Instituto Nacional de Bellas Artes Y Literatura. (11 de Enero de 2011). *Secretaría de Cultura*. Obtenido de <https://literatura.inba.gob.mx/ciudad-de-mexico/3850-castellanos-rosario.html>
- INEGI. (2020). *Cuentame INEGI (Instituto Nacional de Estadística y Geografía)*. Recuperado el 09 de 2023, de <https://www.cuentame.inegi.org.mx/monografias/informacion/chis/territorio/default.aspx>
- INPI. (2016). *Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas*. Obtenido de Gobierno de México: <https://www.gob.mx/inpi/articulos/el-atole-bebidas-tradicionales-de-los-pueblos-indigenas>
- Instituto nacional de antropología e historia, Secretaría de cultura. (2021). *MILPA*. Estado de Mexico, Mexico: INAH.
- Kato , Y., & Takeo, Á. (2009). *Origen y diversificación del maíz : una revisión analítica* (Vol. 1). México, Mexico: Universidad Nacional Autónoma de México.
- López Dóriga Digital. (25 de Abril de 2019). *López Dóriga Digital*. Obtenido de López Dóriga Digital: <https://lopezdoriga.com/nacional/quien-fue-belisario-dominguez/>
- López Ruiz, S. A. (16 de febrero de 2008). *Todo Chiapas*. Obtenido de <https://todochiapas.mx/comitan-de-dominguez/barrio-de-san-sebastian-comitan/1074>
- López, E. (2023).
- Mireia Viladevall. (2003). *Gestión del patrimonio cultural*. Compilación, Universidad Autonoma de Puebla, Heroica Puebla de Zaragoza.
- Paseo por Mexico. (2017). *Paseo por Mexico*. Obtenido de https://paseopormexico.com/lugares/2755/iglesia_de_san_caralampio_en_comit%C3%A1n_de_dom%C3%ADnguez
- Perea, D. (15 de marzo de 2023). (D. Perea, Productor) Recuperado el 24 de enero de 2024, de Gourmet de mexico: <https://gourmetdemexico.com.mx/gourmet/que-es-el-atole-agrio/>
- Pesquera, S. d. (29 de Diciembre de 2021). *Gobierno de Mexico*. Recuperado el 06 de Febrero de 2024, de <https://www.gob.mx/siap/articulos/dia-nacional-del-maiz-283922?idiom=es#:~:text=Debido%20a%20esta%20importancia%20arrasadora%20que%20tiene%20el,cultura%20y%20en%20la%20vida%20de%20los%20mexicanos.>
- Redacción. (1 de Febrero de 2021). *Primer Plano Magazine*. Obtenido de <https://primerplanomagazine.mx/2021/02/01/cenote-chucumaltik/>
- Revista arenilla. (2021). Con una tortilla recién salida del comal. *Revista Arenilla*.
- Ruiz, D. J. (6 de Abril de 2008). *Todo Chiapas*. Obtenido de <https://todochiapas.mx/comitan-de-dominguez/barrio-de-jesusito-jesus-de-nazaret-comitan/177#:~:text=Este%20barrio%20singular%20tiene%20tambi%C3%A9n%20su%20historia%20por,quien%20don%C3%B3%20sus%20bienes%20para%20formar%20este%20nosocomio.>
- Sanchez Ortega, I. (2014). *Maíz I (Zea mays)*. Universidad Complutense de Madrid, Biología vegetal. Madrid: Reduca.

- SIAP. (2020). *Servicio de Informacio Agroalimentaria y Pesquera* . Obtenido de <https://www.gob.mx/siap>
- Todo Chiapas. (2007). *Historia de Comitán*. Obtenido de <https://todochiapas.mx/comitan-de-dominguez/historia-de-comitan/1024>
- Todo Chiapas. (26 de marzo de 2008). *Todo Chiapas*. Obtenido de <https://todochiapas.mx/comitan-de-dominguez/barrio-de-san-jose-comitan/162>
- Todo Chiapas. (4 de ABRIL de 2018). *Todo Chiapas*. Obtenido de <https://todochiapas.mx/comitan-de-dominguez/los-nueve-barrios-de-comitan-de-dominguez/171>
- UNAM Universidad Autónoma de México. (2014). *La Biblioteca, Rosario Castellanos*. Obtenido de <https://cieg.bibliotecas.unam.mx/index.php/la-biblioteca/biografia-rosario-castellanos>
- Vargas, Á., & Montaña, E. (17 de Noviembre de 2010). Comida mexicana, patrimonio inmaterial de la humanidad. *Reconocimiento de la UNESCO*.
- Vassallo, R. G. (9 de Octubre de 2022). Comitán cumple hoy 10 años como "Pueblo Magico". *Diario de Chiapas*.
- Visit Chiapas. (2019). *Chiapas, Espiritu del mundo maya*. Recuperado el 2023, de <https://visitchiapas.com/v1/Comitan-de-dominguez#:~:text=Por%20su%20arquitectura%20tradicional%20de%20casas%20con%20tejados,Llanos%20goza%20de%20bellezas%20%C3%BAnicas%20en%20el%20pa%C3%ADs>.
- Visit Mexico. (2012). *Mapas e Información Turística, Comitán de Domínguez, Chiapas*. Obtenido de <http://www.turismochiapas.gob.mx/sectur/media/descargables/CHIAPAS-espanol.pdf>
- Vivero, L. y Sánchez, B. I. . (2018). (UNAM, Editor, & UNAM, Productor) Recuperado el 18 de 09 de 2023, de https://repositorio-uapa.cuaieed.unam.mx/repositorio/moodle/pluginfile.php/1516/mod_resource/content/8/contenido/index.html
- Zuñiga López, L. (2015). Comitán de Domínguez, Chiapas. En G. d. Chiapas, *Del eclecticismo cultural a una oferta turística diversificada*.

ANEXOS

Anexo 1. Entrevistas a personas que elaboran atol de granillo y jocoatol en la ciudad de Comitán de Domínguez y alrededores

Las entrevistas que se realizaron para la elaboración de este documento fueron realizadas de una manera semiestructurada, ya que se tenía un guion de las entrevistas, sin embargo por las condiciones de los lugares en la cual se llevaron a cabo las entrevistas, se tuvieron que omitir algunos puntos o hay casos en el que se pudo obtener más información de la que se esperaba.

En seguida se escriben los resultados de las entrevistas realizadas, redactadas de una manera de resultado.

Entrevista 1

Nombre del entrevistado: Mariola Aguilar Morales

Fecha de la entrevista: 12 de agosto del 2023

Edad: 49 años

¿Conoce el proceso de elaboración del atol de granillo o el del jocoatol?

Si, el único que conozco es el del Jocoatol.

¿Cuáles son los ingredientes que utiliza para la realización del Jocoatol?

- Maíz
- Agua
- Panela
- Canela

¿Cuál es el proceso de elaboración?

Primero dejo en remojo el Maíz por 2 noches, después lo enjuago y lo llevo al molino, esa masita la disuelvo en agua y lo paso por una servilleta 3 veces, todo eso lo pongo en una olla y al fuego, hasta que espese, pero no lo dejo se mover. Pero para que no se me corte solo yo lo hago, lo muevo a un solo sentido con una pala de madera.

¿Cuánto tiempo le lleva hacerlo?

Pues teniendo ya el Maíz remojado me lleva aproximadamente una hora.

¿Qué utensilios utiliza para realizar lo?

Una pla de madera, una olla de barro, mi servilleta y pues mi fogón de leña en el que lo hago y el molino eléctrico.

¿Usted vende el Jocoatol o es para consumo personal?

Pues lo hago para la familia, cuando tenemos ganas de un atolito

¿Quién le enseñó a hacer este atol?

Pues desde pequeña mi mamá y abuela lo hacían, y desde ahí se, no se me ha olvidado.

Entrevista 2

Nombre del entrevistado: Catalina Lopez Suarez

Fecha de la entrevista: 12 de agosto del 2023

Edad: 54 años

¿Conoce el proceso se elaboración del atol de granillo o el del jocoatol?

Solo el del jocoatol

¿Qué ingredientes utiliza para hacer lo?

Maíz amarillo o blanco, Canela, azúcar

¿Cuál es el proceso de elaboración del Jocoatol?

Pues yo lo dejo remojando de 8 a 10 días, pero depende de la época del año, y del calor, si hay calor puede llevar hasta 2 días y si no pues lleva hasta los 10 días.

Ya después lo enjuago y lo muelo, lo colo y Ya lo pongo en mi olla, antesito que hierba le pongo el azúcar y la Canela.

¿Qué utensilios utiliza para la elaboración?

Colador, olla de barro o de peltre y pues la leña que utilizo para el fuego .

¿Usted vende el Atol?

No, para nada lo hago para la casa, para mi familia

¿Quién le enseñó a hacer el Jocoatol?

Pues así enseñarme la verdad no, yo solo vi como lo hacía mi mamá, pero pues nunca le pregunté ni nada, solo viendo lo aprendí.

Entrevista 3

Nombre del entrevistado: Josefina Espinosa

Fecha de la entrevista: 12 de agosto del 2023

Edad: 39 años

¿Conoce el proceso de elaboración del atol de granillo o el del jocoatol?

Sí, ambos procesos los conozco.

¿Usted vende el Atol o solo es para consumo propio?

Sí, yo me dedico a vender el Atol.

¿Cuántos años tiene vendiendo?

Vendiendo llevo como 5 años, pero pues toda mi vida he crecido aquí, desde que tengo memoria mi mamá ha vendido tanto en las calles como aquí en el local.

¿Qué ingredientes utiliza para la elaboración de dichos atoles?

Para el Atol de granillo principalmente utilizo maíz blanco, azúcar, canela, cal y agua, realmente es una bebida muy baja en costos, lo único que sí, lleva su tiempo.

Y para el Jocoatol ocupó maíz amarillo, azúcar y el agua, solamente eso utilizo.

¿Me podría indicar cuál es el método de elaboración del atol de granillo?

Lo primero que se hace es cocer el Maíz con un poco de cal en la tardecita, para que en la mañana se enjuague y se limpie la piel que tiene. Después de esto la mitad del granillo se muele y esa masita se disuelve en el agua y la otra mitad lo guardamos para el Atol. Después de moler y disolver lo colamos y lo llevamos a fuego y se empieza a mover, y se cuida, para que no se pegue, ya que hierba se le agrega el azúcar, el granillo y la Canela. Se sigue moviendo hasta que espese y ya está listo.

Entrevista 4

Nombre del entrevistado: Mari Cruz Espinosa Garcia

Fecha de la entrevista: 12 de agosto del 2023

Edad: 30 años

¿Conoce el proceso de elaboración del atol de granillo o el del jocoatol?

Si me dedico a esto.

¿Cuántos años tiene vendiendo?

No lo vendo, solo me dedico a hacerlo, pero pues ya llevo 12 años viniendo a ayudar.

¿Qué ingredientes utiliza para la elaboración de dichos atoles?

Para el granillo solo se ocupa canela, maíz blanco, cal y azúcar. Y para el jocoatol es maíz amarillo y azúcar.

¿Me podría indicar cuál es el método de elaboración del atol de granillo?

Es el mismo que el de mi prima Josefina

Entrevista 5

Nombre del entrevistado: María Isabel Espinosa Ruiz

Fecha de la entrevista: 12 de agosto del 2023

Edad: 68 años

¿Cuántos años tiene vendiendo?

Llevo alrededor de 43 años lo aprendí a hacer a los 15 y a los 23 ya empecé a venderlo.

¿Qué piensa sobre la tradición de la elaboración de estos atoles?

En lo personal es un oficio muy bonito ya que esto ayuda a que las personas no aguanten hambre cuando salen de su casa muy temprano, sin embargo es muy desgastante porque hay que despertarse desde las 3 de la mañana y salir de la casa a venderlo a las 6 mas tardar.

Entrevista 6

Nombre del entrevistado: Rosario Avendaño Hernández

Fecha de la entrevista: 2 de septiembre del 2023

Edad: 32 años

¿Conoce el proceso de elaboración del atol de granillo o el del jocoatol?

Solo el del Jocoatol

¿Quién le enseñó a hacer este atol?

Mi mamá

¿De dónde es originaria?

De la Provenencia, ranchería de las Margaritas, Chiapas

¿A los cuántos años aprendió a elaborarlo?

A los 16 años más o menos

¿Qué ingredientes utiliza para la elaboración de dicho atol?

Canela, maíz amarillo, agua y azúcar.

¿Me podría indicar cuál es el método de elaboración del jocoatol?

Pues pongo a remojar el maíz por 4 días más o menos, pasando esos días lo lavo y lo llevo a moler y la masa la coloco en agua hasta que se disuelva. Lo pongo al fuego y no lo dejo de menar, agrego el azúcar antesito que empiece a hervir, y dejo que espese.

Entrevista 7

Nombre del entrevistado: Martha Candelaria Galindo Hernandez

Fecha de la entrevista: 24 de septiembre del 2023

Edad: 45 años

¿Conoce el proceso de elaboración del atol de granillo o el del jocoatol?

Solo el del atol de granillo

¿Qué ingredientes utiliza para la elaboración de dicho atol?

Maíz blanco pero tiene que estar granudo, para que ese rico el atol, azúcar y canela es lo único que lleva.

Entrevista 8

Nombre del entrevistado: Mercedes Hidalgo

Fecha de la entrevista: 4 de octubre del 2023

Edad: 52 años

¿Conoce el proceso de elaboración del atol de granillo o el del jocoatol?

Sí, mi mamá nos enseñó junto con mi hermana, cuando teníamos como 10 años. Mi mamá se dedicaba a vender atol, pozol y tortillas hechas a mano.

¿Usted vende el Atol o solo es para consumo propio?

Pues ahorita ya solo me dedico a hacer lo por encargo o cuando tenemos antojo aquí en la casa.

¿Me podría indicar cuál es el método de elaboración del atol de granillo?

Poner a hervir el maíz con cal, se lava y se deja remojando, después se pasa al molino de mano para desquebrajar, se llena una vasija de agua con los granos de maíz para quitar el sush. Se limpia el grano. La mitad se muele bien en el molino y se diluye en agua y después se cola. Se pone al fuego hasta que hierva, se agrega canela

Entrevista 9

Nombre del entrevistado: Mari Elena

Fecha de la entrevista: 4 de octubre del 2023

Edad: 75 años

¿Cuántos años tiene vendiendo? 12 años

¿Quién le enseñó a hacerlo? Nadie yo sola lo aprendí, a prueba y error.

¿Qué atol es el que prepara? El jocoatol

¿Cuál es su método de elaboración?

Lo hago partir de la masa para hacer tortilla, lo dejo al aire libre hasta que se empiece a agriar, lo disuelvo en agua y la coló, lo llevo a fuego hasta que espese y lo endulzo con azúcar.