

**UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y
ARTES DE CHIAPAS**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA NUTRICION Y
ALIMENTOS**

TESIS PROFESIONAL

**COCINA TRADICIONAL Y
PRODUCTO ZOQUE COMO
PROPUESTA DE TURISMO
GASTRONÓMICO**

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE

LICENCIADO EN GASTRONOMÍA

PRESENTA

**KAREN ALEJANDRA ESPINOSA ROBLES
JOCELYN MAYTE NORIEGA PÉREZ**

DIRECTOR DE TESIS

**MTRO. ALEJANDRO DE JESÚS TOLEDO
NÁNGUELU**



**UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y
ARTES DE CHIAPAS**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA NUTRICION Y
ALIMENTOS**

TESIS PROFESIONAL

**COCINA TRADICIONAL Y
PRODUCTO ZOQUE COMO
PROPUESTA DE TURISMO
GASTRONÓMICO**

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE

LICENCIADO EN GASTRONOMÍA

PRESENTA

**KAREN ALEJANDRA ESPINOSA ROBLES
JOCELYN MAYTE NORIEGA PÉREZ**

DIRECTOR DE TESIS

**MTRO. ALEJANDRO DE JESÚS TOLEDO
NÁNGUELU**





UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y ARTES DE CHAPAS
DIRECCION DE SERVICIOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE CERTIFICACIÓN ESCOLAR



Autorización de Impresión

Lugar y Fecha: TUXTLA GUTIÉRREZ, CHAPAS A 17 DE AGOSTO DEL 2020

C. KAREN ALEJANDRA ESPINOSA ROBLES

Pasante del Programa Educativo de: LICENCIATURA EN GASTRONOMÍA.

Realizado el análisis y revisión correspondiente a su trabajo recepcional denominado:

COCINA TRADICIONAL Y PRODUCTO ZOQUE COMO PROPUESTA DE TURISMO GASTRONÓMICO.

En la modalidad de: TESIS PROFESIONAL.

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

ATENTAMENTE

Revisores

Firmas

MTRA. ARELY TELLEZ CROZCO

DR. JORGE ALBERTO ESPONDA PÉREZ

MTRO. ALEJANDRO DE JESÚS TOLEDO NANGUELU

COORD. DE TITULACIÓN





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



Autorización de Impresión

Lugar y Fecha: TUXTLA GUTIÉRREZ, CHIAPAS A 17 DE AGOSTO DEL 2020

C. JOCELYN MAYTE NORIEGA PÉREZ

Pasante del Programa Educativo de: LICENCIATURA EN GASTRONOMÍA.

Realizado el análisis y revisión correspondiente a su trabajo recepcional denominado:
COCINA TRADICIONAL Y PRODUCTO ZOQUE COMO PROPUESTA DE TURISMO GASTRONÓMICO.

En la modalidad de: TESIS PROFESIONAL.

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

ATENTAMENTE

Revisores

Firmas

MTRA. ARELY TELLEZ ORÓZCO

DR. JORGE ALBERTO ESPONDA PÉREZ

MTRQ. ALEJANDRO DE JESÚS TOLEDO NANGUEL



COORD. DE TITULACIÓN

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	1
JUSTIFICACIÓN	2
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	3
OBJETIVOS.....	5
GENERAL	5
ESPECÍFICOS	5
MARCO TEÓRICO	6
COCINA PREHISPÁNICA.....	6
CONCEPTO DE MERCADO	8
MERCADOS ANTIGUOS.....	8
MERCADOS ZOQUES	10
PRODUCTO DE TEMPORADA	11
COCINA TRADICIONAL REGIONAL CHIAPANECA.....	11
CONQUISTA DE LA ETNIA ZOQUE.....	13
ZOQUES EN CHIAPAS	14
ORGANIZACIÓN ZOQUE.....	17
DEFINICIÓN DE ORGANIZACIÓN SOCIAL	17
SOCIEDAD	17
RELIGIÓN	18
VESTIMENTA.....	18
LENGUA	19
TURISMO GASTRONÓMICO.....	19
GASTRONOMÍA, PRODUCTO Y ATRACTIVO TURÍSTICO.....	20
CONCEPTO DE GUÍA	21
GUÍA TURÍSTICA.....	21
RUTA ZOQUE EN CHIAPAS	22
TUXTLA GUTIÉRREZ.....	22

JOBO.....	22
SAN FERNANDO.....	23
CHICOASÉN	23
COPAINALA.....	23
COAPILLA	24
OCOTEPEC.....	24
TECPATAN	25
RAYÓN	25
TAPALAPA.....	25
CHAPULTENANGO.....	26
PEÑITAS	26
COMIENZO DE LA GASTRONOMÍA ZOQUE.....	26
CONCEPTO E IMPORTANCIA DE LAS TRADICIONES	29
CONCEPTO DE TRADICIÓN.....	29
IMPORTANCIA DE LAS TRADICIONES.....	30
DEFINICIÓN DE COSTUMBRE	30
DEFINICIÓN DE FESTIVIDAD.....	31
FESTIVIDADES DE LOS PUEBLOS ZOQUES.....	31
LOS JATAPALA.....	31
VIRGEN DE LA CANDELARIA.....	31
LA ERMITA DEL CERRITO.....	33
FIESTA DE SAN MIGUEL ARCÁNGEL	34
FESTIVIDAD DE SANTA ANA	34
FIESTA DEL CARNAVAL.....	34
PLATILLOS ZOQUES.....	35
NINGUIJUTI	35
CHIPILIN CON BOLITA	35
TAMALES DE HOJA DE MILPA	36
TAMALES DE CUCHUNUC.....	36
HUACASIS CALDU	36
CONEJO EN SIHUAMONTE	36
PUERCO CON MONI.....	36
HUJCUY (POZOL BLANCO).....	36

POZOL DE CACAO	37
CACAPOTE.....	37
ATOL AGRIO	37
INGREDIENTES ZOQUES	38
TECNICAS DE COCCION ZOQUE	39
UTENSILOS DE COCINA	40
METODOLOGÍA.....	44
DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	44
POBLACIÓN.....	44
MUESTRA.....	45
MUESTREO	45
VARIABLES.....	45
TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN	45
TÉCNICAS DE ANÁLISIS	46
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	46
CONCLUSIONES.....	96
PROPUESTAS Y/O RECOMENDACIONES.....	97
ANEXOS	98
ANEXO 1	99
ANEXO 2.....	101
DIARIO DE CAMPO	101
ANEXO 3	102
ANEXO 4	104
ANEXO 5	108
REFERENCIAS DOCUMENTALES.....	115

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1. TORTILLA (PRODUCTO DEL MAÍZ).....	7
FIGURA 2. MUJER VENDIENDO FRUTAS Y VERDURAS EN EL MERCADO.....	8
FIGURA 3. MAQUETA DEL MERCADO DE TLATELOLCO.....	9
FIGURA 4. COCINERA TRADICIONAL DE COPOYA, CHIAPAS.....	12
FIGURA 5. ASENTAMIENTOS ZOQUES	14
FIGURA 6. ASENTAMIENTOS ZOQUES EN CHIAPAS	16
FIGURA 7. EXHIBICIÓN DE VESTIMENTA ZOQUE, MUSEO ZOQUE EN COPOYA.....	19
FIGURA 8. FOGONES.....	29
FIGURA 9. NINGUIJUTI (COMIDA ZOQUE).....	35
FIGURA 10. ELABORACION DE POZOL DE CACAO.....	37
FIGURA 11. ELABORACION DE ATOL AGRIO.....	38
FIGURA 12. HERVIR (MÉTODO DE COCCIÓN).....	40
FIGURA 13. ¿SABES QUIENES SON LOS ZOQUES?.....	61
FIGURA 14. ¿ES DE SU AGRADO LA COCINA TRADICIONAL	61
FIGURA 15. ¿HA DEGUSTADO ALGÚN PLATILLO TRADICIONAL ZOQUE?	62
FIGURA 16. ¿ HA VISITADO ALGUNO DE LOS MUNICIPIOS QUE SE ENLISTAN?.....	62
FIGURA 17. ¿SABÍAS QUE FORMAN PARTE DE LA RUTA ZOQUE EN CHIAPAS?	63
FIGURA 18. ¿LE GUSTARÍA CONOCER LA CULTURA Y GASTRONOMÍA ZOQUE? ...	63
FIGURA 19. ¿VISITARÍAS ESTOS PUEBLOS SI SE TE PROPORCIONARA UNA GUÍA CON LA INFORMACIÓN MÁS RELEVANTE DE DICHS PUEBLOS?	64
FIGURA 20. ¿CONSIDERAS QUE UNA GUÍA GASTRO-TURÍSTICA SERIA DE ÚTIL PARA LA DIFUSIÓN DE LA CULTURA ZOQUE; Y AYUDARÍA A QUE EXISTA UNA AFLUENCIA MAYOR DE FUTUROS VISITANTES A LOS PUEBLOS ZOQUES?.....	64

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1. VARIABLES	45
TABLA 2. RESULTADOS DE ENTREVISTAS COPOYA- JOBO	50
TABLA 3. RESULTADOS DE ENTREVISTAS COPAINALA	51
TABLA 4. RESULTADOS DE ENTREVISTAS TUXTLA.....	55
TABLA 5. RESULTADOS DE ENTREVISTAS SAN FERNANDO	57
TABLA 6. RESULTADOS DE ENTREVISTAS CHICOASÉN	59

INTRODUCCIÓN

Los zoques son un grupo étnico llamados también tzoque, soque o zoc palabra que significa “hombre de palabra”, de idioma, verdadero o autentico, Esta etnia tiene asentamientos importantes en los municipios de Chiapas los cuales son; Jitotol, Tecpatan, Copainala, Chicoasen, Ocozocoautla, Jiquipilas, Cintalapa, Acala, Chiapilla, Berriozábal, San Fernando, Chiapa de Corzo, Tapilula, y Tuxtla Gutiérrez (Toledo, 2010).

El recorrido zoque en Chiapas parte de la capital del estado Tuxtla Gutiérrez, lo que hace a la capital tuxtleca poseedor de una gran identidad y sentido de pertenencia, tanto que se ha contado entre los primeros pueblos agrícolas de Mesoamérica, ámbito que ha dado posición en el mundo actual. Las raíces ancestrales de la etnia zoque van moldeando las diferentes manifestaciones culturales, memorias que se han transmitido durante milenios.

La importancia de estudiar este tema en particular radica en un problema que ha sido notorio desde años atrás, debido a que nuestra cultura y gastronomía que nos ha identificado se ha ido devaluando debido al impacto de la globalización. Los zoques de los grupos étnicos con menos investigaciones publicadas acerca de su desarrollo a lo largo de la historia, en comparación a otras etnias que se encuentran en Chiapas, siendo este un grupo que siempre ha estado presente y del que se sabe muy poco. Esta investigación tiene como propósito principal el documentar y difundir, las principales recetas tradicionales zoques representativas, debido que han sido desde sus inicios una etnia que ha consumido producto local y creado grandes recetas que forman parte de su identidad además que dan sentido a los festejos que se sucintan todo el año, además que los municipios zoques cuentan con distintos atractivos turísticos que son desconocidos aun por los mismos chiapanecos, esta investigación se realiza con el fin de atraer turismo a los municipios que forman parte de la ruta zoque con la gastronomía tradicional como principal atractivo, así como documentar festividades y dar a conocer otros lugares a visitar en la ruta zoque. Creando con estos elementos una guía gastro-turística para su difusión. Además de ser un registro de información que ayude a futuras investigaciones a conocer más sobre cómo funcionaba y funciona actualmente esta etnia.

JUSTIFICACIÓN

Actualmente existe menor interés de la población tuxtleca, por las tradiciones y costumbres que traen consigo una serie de festividades y costumbres que forman la identidad del pueblo, la cual va caracterizando la manera en que la gastronomía forma parte de estos actos, aunado a esto el suelo chiapaneco y en especial los pueblos zoques nos brindan productos que son protagonistas de la cocina tradicional, que actúa como factor fundamental a la hora que los turistas eligen su destino.

En los mercados locales existe una gran variedad de ingredientes que están en desuso, y fuera de la dieta de la población tuxtleca y visitantes que acuden al estado, productos que podrían otorgar auto sustentabilidad al pueblo. Ingredientes que están quedando en la historia debido al desinterés de la población por el consumo de producto local y de temporada.

Chiapas es un territorio que se distingue por estar lleno de historia, cultura y tradición, destacando también por su amplia y rica gastronomía, la cual posee ciertos rasgos de autenticidad, formando un mosaico gastronómico compuesto por su biodiversidad natural, donde cada lugar le imprime características propias, define gustos y crean hábitos; varía en cada región; así mismo se nutre por la diversidad de otras etnias y la zoque en especial de origen olmeca que al combinarse con la cocina española por la afluencia de los monjes dominicos; resulta en una inmensa variedad de platillos de mestizaje propios del estado.

Hoy en día vivir la experiencia de conocer nuevos sabores es parte fundamental de la motivación que debe poseer un turista y nuestra entidad ofrece por descubrir una gran variedad de elementos como, la cocina rica, variada, desconocida por muchos, no solo turistas, si no gente chiapaneca, que es parte de la expresión y de la herencia de siglos de sabores y encuentros, que al día de hoy mantiene altos valores en las manos de las grandes cocineras tradicionales y abre espacios con el surgimiento de nuevas generaciones de chefs.

Por lo cual consideramos que un proyecto de esta índole ayudaría mucho, a los municipios seleccionados dentro de la ruta zoque, a que se sigan conservando las tradiciones gastronómicas de estos pueblos, con el fin de reactivar su economía y el turismo, de la misma manera ayudar a dar a conocer su cocina y que se siga preservando por más años.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En el estado de Chiapas existe una amplia variedad de ingredientes y platos típicos característicos de la región y procedentes de distintas partes del estado, del país e incluso del mundo es por eso que la alimentación de la región ha variado, hemos ido perdiendo la base de la alimentación tradicional y adoptando alimentos y tradiciones haciéndolos populares a nuestra vida diaria aportando así a la decadencia de la cultura que nos ha identificado por muchos años de igual manera el consumo de alimentos producidos por manos de personas chiapanecas.

Los zoques una de las etnias más importantes de Chiapas esta viéndose afectada por la globalización en el estado, lo que propicia la pérdida de las raíces gastronómicas que han identificado a la región zoque, trayendo consigo menor afluencia de turismo para los pueblos zoques.

En la actualidad la cocina tradicional de las etnias indígenas se ve en una constante decadencia, y junto a ello, el poco aprovechamiento de productos que eran propios de recetas tradicionales con los que se creaban platillos que son protagonistas de las festividades de los distintos pueblos.

Productos que no solo son beneficiosos para la identidad gastronómica, sino que también trae beneficios al planeta ya que de esta forma seguimos el ciclo de los productos la tierra nos brinda sin afectarlo, con alteraciones para la obtención de productos fuera de su tiempo de cosecha.

La gastronomía siempre ha estado muy cerca de cualquier celebración o ritual de las poblaciones indígenas en Chiapas y en el mundo, siendo esta un factor que aporta identidad por la manera de elaborarse, los ingredientes, y el tiempo en el que se come.

Por ello el objetivo de este trabajo es identificar y participar con pueblos que aun conservan sus celebraciones, y que actualmente están siendo remplazadas debido a la adopción de nuevas costumbres, restando así al alcance que la cocina tradicional tenía en años anteriores. Lo que propicia desinterés de los visitantes por participar y conocer la cultura zoque en Chiapas. Así como recopilar recetas tradicionales con el uso de producto local de temporada que son propios de la gastronomía de los pueblos zoques, y de esta manera mediante las visitas para la recopilación de la información antes mencionada identificar lugares turísticos en los municipios

zoques para invitar a los turistas a conocer toda la historia que estas poblaciones guardan en todos los aspectos que los forman, para con ello llevar a cabo la elaboración de una guía de turismo gastronómico para su difusión.

OBJETIVOS

GENERAL

Identificar recetas tradicionales de la ruta zoque con la aplicación de técnicas culinarias en ingredientes que conforman parte de la gastronomía tradicional de la etnia del centro del estado de Chiapas, Tuxtla Gutiérrez; posicionando a la gastronomía, mercados tradicionales y lugares emblemáticos como factores de afluencia turística.

ESPECÍFICOS

- Realizar una investigación de campo para identificar ingredientes, utilizados en la preparación de platillos zoques.
- Indagar la historia bibliográfica en relación de las memorias de los pueblos zoques.
- Realizar entrevistas a cocineras tradicionales de entre 45 -60 años de edad de la población en la comunidad zoque del centro de Tuxtla Gutiérrez, y colindancias (Copoya, Jobo, Tuxtla Gutiérrez, Chicoasen, Copainala, San Fernando); para recabar información sobre las diferentes tradiciones que son llevadas a cabo dentro de la ruta zoque.
- Documentar la importancia de productos de temporada y su empleo en recetas tradicionales.
- Elaborar una guía gastro-turística con platillos representativos para su difusión.

MARCO TEÓRICO

Como ya se ha mencionado anteriormente de acuerdo con el autor Toledo; los zoques son un grupo étnico que habitan en los estados de Chiapas, Oaxaca, Veracruz y Tabasco. Un grupo étnico bastante prehispánico pero que a pesar de serlo no se sabe mucho sobre sus raíces y su historia sin embargo sabemos que los zoques forman parte de la familia mixe-zoque-popoluca y que los zoques, se llaman a sí mismos o de put cuya palabra significa “gente de idioma” (Toledo, 2010).

De los zoques prehispánicos ubicados en Chiapas se sabe que eran grandes agricultores dedicados también a las actividades del comercio, la caza y la pesca así como productores de cacao, algodón, la granada, el maíz, el frijol, el chile y la calabaza y así mismo centraban su alimentación en estas y adaptaban sus vidas para poder subsistir con lo que estas ganancias les dejaban (Villa, 1975). En el estado de Chiapas bastantes eran los zoques establecidos en pero durante las conquistas que se fueron dando los zoques se vieron obligados a irse ubicando en ciertas partes del estado de Chiapas, hasta nuestros tiempos ellos se encuentran entre nosotros pero poco sabemos de ellos, se ha ido perdiendo su cultura o tal vez solo está escondida y no se divulga como debería.

COCINA PREHISPÁNICA

La Secretaria de Turismo (SECTUR) en una de sus diferentes escritos sobre las etnias en México menciona que Chiapas es de los estados con mayor número de etnias como se cita a continuación. En el México antiguo se desarrolló un alto conocimiento sobre el entorno natural. Particularmente en Chiapas, las culturas maya, zoque y chiapaneca fueron portadoras de la sabiduría que perdura en nuestros pueblos indígenas. El maíz es fundamental en el conocimiento de las costumbres alimentarias en la época prehispánica. Algunos arqueólogos estiman que este cereal surgió hace unos 4 o 5,000 años antes de nuestra era, a partir de su ancestro silvestre el teocinte. Con su domesticación, se desarrollaron instrumentos para la molienda de esta semilla y comenzó a surgir la gran civilización, hoy conocida como Mesoamérica (SECTUR, 2014).

La cocina prehispánica trae consigo muchos mitos y creencias, como muchos autores ya han mencionado en diferentes escritos, el Popol Vuh es uno de estos libros que dan una amplia

visión de lo que era la gastronomía desde su inicio, junto a la creación del hombre para habitar la tierra.

He aquí el principio cuando se dispuso hacer al hombre, y cuando se buscó lo que debía entrar en su carne [...] Y así encontraron la comida y ésta fue la que entró en la carne del hombre creado, del hombre formado, de ésta se hizo la sangre del hombre. Así entró el maíz por obra de los progenitores. De maíz amarillo y de maíz blanco se hizo su carne, de masa de maíz se hicieron los brazos y las piernas. Únicamente masa de maíz entró en la carne de nuestros padres(Recinos 2003).

De acuerdo con censos de población realizados en diferentes años, Chiapas de los estados con mayor número de etnias, además de ser uno de los estados que cuenta con un gran número de vestigios sobre los orígenes del maíz en Mesoamérica. Con sus diversas formas el maíz ha sido la base de la alimentación de las etnias en Chiapas.

Junto a aparición del maíz, se dieron de forma paralela los utensilios o instrumentos que ayudarían a la domesticación de este cereal. Acontecimiento que dio pie al crecimiento de la gran Mesoamérica.



Figura 1. Tortilla (producto del maíz).

Siguiendo en contexto con el maíz, podemos encontrar los distintos tipos encontrados hace años, como se menciona en “Chiapas un viaje culinario”. En Chiapas se encuentran vestigios de variedades del maíz; por ejemplo, uno que es de forma alargada conocido como olotillo y

otro más parecido al actual llamado comiteco. Es a partir de este cereal que se ha diversificado también la alimentación de sus pobladores, con la creación de bebidas y platillos representativos del estado como el pozol, blanco o de cacao, consumido desde la época prehispánica, cuando los primeros pobladores iban a la milpa y llevaban consigo una bola de masa envuelta en hojas de maíz, a la cual añadían una poca de agua de algún riachuelo y la convertían en una bebida que por sus características, no sólo saciaba la sed sino además daba una sensación de plenitud en el estómago(Chiapas, 2014).

CONCEPTO DE MERCADO

Para entender que son los mercados y cuál ha sido su función a lo largo de la historia, hay que empezar por definir que participación tienen las personas dentro ellos y cuál es el beneficio que trae el empleo de estos espacios para el intercambio de productos.

Sitio público destinado permanentemente o sólo en días específicos para la compra y venta de alimentos y otros productos. En un mercado siempre existe la sección o el pasillo de frutas, flores, carnicerías, abarrotes, puestos de comida, utensilios de cocina, ropa, zapatos, hierbas y puestos donde arreglan licuadoras, televisores y otros aparatos electrodoméstico (Muñoz, 200).



Figura 2.Mujer vendiendo frutas y verduras en un mercado (INAH, 1951).

MERCADOS ANTIGUOS

Los mercados siempre han sido lugares que aportan gran identidad, debido que en ellos se intercambia historia en cada uno de los productos que son ofertados, estos varían dependiendo la región en la que este se encuentre al igual que han sido un reflejo de la vida de las etnias. Los

mercados han estado presentes desde los comienzos de la historia en México, ya que en él se llevaba a cabo el intercambio de productos, para la vida diaria. De acuerdo a investigaciones del Instituto Nacional de Antropología e Historia (INAH) Los mercados en la antigua Tenochtitlán siempre han sobrevivido aun durante la conquista salvaguardando en ellos toda una historia marcando el antes y después de la conquista, que hacer variar los sistemas de comercio que se tenían en ese tiempo.



Figura 3. Maqueta del mercado de Tlatelolco (Montaño, 2017).

Los mercados y tianguis son la prueba fehaciente no sólo de la vida cotidiana de un poblado: su esencia e interacción, sino que constituyen los espacios donde el indígena no pudo ser derrotado por la Conquista española ni por los embates de la globalización.

Los mercados regionales y las plazas indígenas mesoamericanas se conservaron durante la Colonia y llegaron hasta nuestros días, porque su esencia y su razón de ser siguen vigentes.

Respecto de su forma de organización, destaca la reciprocidad, un principio fundamental que modela los aspectos sociales, religiosos y económicos de la comunidad indígena. Un ejemplo de ello es el mismo trueque de objetos, que refleja esta forma de concebir la convivencia y su permanencia dentro de la comunidad.

Desde que se logró la autosuficiencia alimentaria, los pueblos migraron en busca de suministros, desarrollando rutas comerciales, líneas de contacto donde dos o más comunidades empezaron a entablar relaciones sociales, de parentesco, de grupo, y a compartir pensamientos y mitos (INAH, 2017)

Como se había dicho, los mercados siempre han englobado la historia y reflejado el sincretismo que se da entre las culturas durante la conquista, trayendo consigo nuevas formas de alimentación y la aplicación de nuevos productos a la cocina que ya se practicaba, teniendo como base maíz, chile y calabaza, que representan la base de la alimentación para las etnias en siglos atrás e incluso en la actualidad.

Con la Conquista, se dio paso al establecimiento del régimen colonial español, propiciando el arribo al territorio de nuevos artículos que modificaron la dieta: cultivos, frutos y materias primas de origen mediterráneo, español y de Oriente, que ahora forman parte de nuestra comida regional.

“Se introdujeron el trigo y la vid, olivo, caña de azúcar, lechugas, pepino, garbanzo, lenteja, chícharo, cítricos, higo, granada, durazno, pera, manzana, cebollas, perejil, apio, nuevos condimentos, embutidos, aceites para freír, técnicas para almacenar y preparar comestibles, sin olvidar el destilado de licores” (INAH, 2017).

MERCADOS ZOQUES

Los zoques siempre han mantenido una fuerte relación con la religión, para todos los aspectos de su vida diaria y los mercados no han sido excluidos de ella.

Una de las características principales es que el mercado tradicional casi siempre está cerca del espacio ritual, llámese iglesia, mezquita, sinagoga o simplemente debajo de una ceiba. Lugares estratégicos en el cruce de caminos (INAH, 2017).

En la actualidad, los mercados indígenas cumplen dos funciones principales: por un lado vinculan en un ámbito regional productos originados en un contexto de economía campesina; por otro, proveen a los individuos y sus comunidades de artículos manufacturados y elaborados con fines específicamente mercantiles. Ahí la comida y los amigos confluyen, y se refuerza la tradición cultural. Los mercados zoques de acuerdo a distintas visitas a mercados dentro de la ruta trazada, se denota que se encuentran cargados de historia y tradición. Entre las características que definirán a estos mercados, serán la variedad de productos (frutas, verduras, proteínas) que son ofertadas de manos de los mismos productores; además de la variedad de gastronómica que el pueblo zoque alberga, que va desde antojitos hasta platos

fuertes y una gran variedad de golosinas que de igual manera son manufacturadas por las mujeres de la comunidad.

Además de este intercambio de materia prima de muy buena calidad, se podrá degustar toda una gama de sabores, olores, texturas, colores y con ello entender parte de la historia que ha escrito la etnia zoque, día a día.

Estos sitios en la actualidad no solo albergan a la producción del pueblo zoque, si no que se han mezclado y convivido para ofrecer una mayor variedad dentro de los mercados que son de gran popularidad entre las personas mayores; debido que las grandes tiendas han pegado fuerte en los mercados tradicionales, así como en los productores y en su economía.

PRODUCTO DE TEMPORADA

La globalización ha influido mucho no solo en los avances tecnológicos si no también en la forma de alimentación de la población en general, dejando un poco de lado el consumo de alimentos de temporada, que resultan ser más benéficos a la salud, la economía y el planeta.

Los pueblos originarios como los zoques, son grandes conocedores y consumidores de los productos de temporada, debido que los usan en sus diferentes recetas tradicionales. Para entender el beneficio de los productos de temporada se debe conocer el concepto de este término.

Los productos o alimentos de temporada son aquellos que son obtenidos de acuerdo a su ciclo de vida natural y por tanto se encuentran en su punto óptimo; conservando así sus propiedades nutricionales y ofrecen mejor textura y sabor. Además de estar en el mejor momento para su consumo, su mayor oferta en el mercado permite adquirir estos productos a precios más económicos.

COCINA TRADICIONAL REGIONAL CHIAPANECA

La cocina tradicional regional constituye un patrimonio construido social e históricamente. Se trata de un acervo que se ha ido enriqueciendo y modificando de generación en generación y que se ha recreado y transformado localmente.

La inscripción de la cocina tradicional mexicana en la lista del Patrimonio Cultural Inmaterial de la UNESCO es un logro trascendental para toda la gastronomía del país; gracias a ello, la

rica y extraordinaria cultura culinaria de nuestro país, es ahora considerada Patrimonio de la Humanidad y Chiapas está entre los estados que más riqueza gastronómica aporta a este importante nombramiento (Hernández, 2011).

La cocina tradicional es una manifestación cultural viva, antigua con continuidad y originalidad de productos, técnicas y procedimientos. La permanencia de nuestra identidad alimentaria es indiscutible y no sola gastronómicamente hablando también en lo cultural; es un elemento fundamental de la identidad cultural de las comunidades que la practican y transmiten de generación en generación. Dentro de la cultura zoque, y en cualquier parte de México donde se elabora aun cocina tradicional, hay personajes encargados de preservar esta herencia gastronomía que son conocidas como “comideras o cocineras tradicionales”, como la que se presenta en la figura siguiente.



Figura 4. Cocinera tradicional de Copoya, Chiapas.

Siguiendo el texto de Hernández sobre la gastronomía tradicional podemos expresar lo siguiente; las características que posee nuestra gastronomía nos permiten saber de dónde venimos, nuestras vivencias, quienes somos como chiapanecos. En todo el estado existe una enorme variedad de ingredientes únicos y naturales que forman base de la alimentación del chiapaneco. La cocina chiapaneca es quizá una de las muestras más claras y contundentes de nuestra riqueza cultural y de la convivencia del pasado con el presente, es además, tradición que está en la mesa de las familias chiapanecas, tanto indígenas como mestizas. Esta gastronomía refleja momentos trascendentales en la vida de los pueblos, pues cada una de sus creaciones refleja la familia que lo integran (Hernández, 2011).

Chiapas es un estado rico en productos alimenticios, aunque no se conozcan todos y se piense que el estado tendría poco que ofrecer, como dice el escritor chiapaneco Francisco Mayorga Mayorga, Chiapas no solo, “es en el cosmos lo que una flor al viento”, es además, tierra del cacao, del chile de Simojovel, de cantidades de frijoles de todos los colores, del maíz comiteco, y variedades diversas de maíz, hongos, legumbres, calabazas, nopales, entre otra basta variedad de vegetales, que son usados en la gastronomía chiapaneca.

Gracias a los climas y microclimas, y la disposición del agua, hicieron fértiles los suelos de Chiapas, que dieron innumerable cantidad de frutos. La grandeza de Chiapas va más allá de una espiga de maíz, sabe a selva, bosque, a humo de leña, a chipilín, a pescado, que en la tarde huele al rico pan que se degusta con una taza de café. Desconocida por muchos, extravagante para otros, y apreciada por pocos, las cocinas de las tierras chiapanecas tienen mucho que decir por su influjo con otras culturas como la yucateca con quienes compartimos ingredientes y comida similar, como el pozol, el chile habanero entre otros (Mayorga, 2016).

Asimismo, la cocina chiapaneca es un claro ejemplo de la fusión y mestizaje, un ejemplo de ello son las recetas de ascendencia española como es la butifarra y demás embutidos, los quesos, la variedad de preparaciones que tienen su origen en la aportación indígena y que siguen siendo predominantes; como los dulces, las bebidas, entre otras delicias, con presencia de elementos libaneses, chinos, alemanes, y de otros estados de la república mexicana.

CONQUISTA DE LA ETNIA ZOQUE

A su arribo a América en 1492, Cristóbal Colón creyó que había llegado a una isla de la India, por lo que al ver a sus habitantes los llamo indios, palabra que se deriva de la palabra indígena. Al llamar así a los pobladores también estaba bautizando con ese nombre a los pobladores de Mesoamérica, Aridoamérica y a los demás territorios que hoy en día se conoce como México (Bacalar, 2017).

La llegada de los españoles ocasionó grandes cambios para los indígenas ya que fueron forzados a trabajar para ellos, les quitaron sus territorios y los tomaron como sus esclavos, pues los españoles sostenían que a ellos les pertenecían las tierras por derecho de conquista. Los españoles formaron su organización política: “la corona”.

Con los españoles comienza una etapa de cambios sociales y filosóficos para los indígenas, las creencias que tenían los indígenas cambia por la religión cristiana de los españoles, los nuevos rituales no eran bien vistos por los indígenas. Puesto que los pueblos indígenas antes de conquista eran guiados por otra clase de deidades, en su mayoría guiada por los astros.

En la época en que se realizó la conquista española, la familia lingüística mixe-zoque-popoluca ocupaba un gran territorio que incluía todo el istmo de Tehuantepec y las planicies costeras de los actuales estados de Chiapas, Tabasco y Veracruz, como antes se menciona.

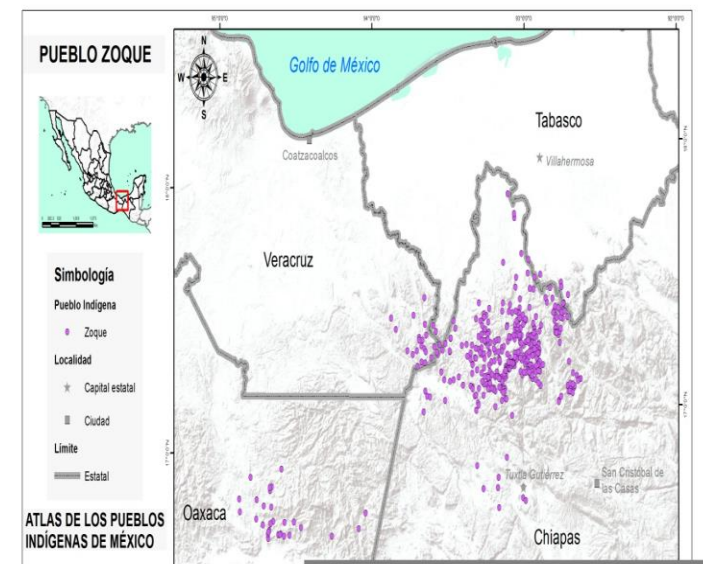


Figura 5. Asentamientos zoques (INPI, [Sin fecha]).

ZOQUES EN CHIAPAS

Para conceptualizar y profundizar en las etnias, hay que conocer que es a lo que se llama “etnia” para así poder adentrarse en la historia de su conquista y la importancia de la preservación, de estas etnias que dan sentido a nuestra historia.

De acuerdo con el diccionario Larousse se define étnica como una comunidad o colectividad integrada por seres humanos caracterizados por afinidades culturales, raciales, lingüísticas, entre otros. Etnia es la agrupación de personas o individuos que se relacionan gracias a sus rasgos de índole idiomático, cultural, religioso o por su parte a que comparten ciertas celebraciones, festividades, música, nexos históricos, territorio, vestimenta, etc. estas

agrupaciones constantemente demandan para una estructuración política junto con la potestad de un territorio (Larousse, [sin fecha]).

El territorio mexicano es un claro ejemplo de conquista y fusión de culturas, que se define como mestizaje, es importante conocer desde donde se construye esta conquista y cómo fue que se llevó a cabo, debido que las etnias tenían un régimen distinto al que se vivió desde la llegada de los conquistadores. Para con esto entender el contexto de las etnias en México y especialmente en Chiapas.

Al respecto de este tema de conquista y mestizaje se han escrito muchos documentos, en este sentido a continuación retomaremos el escrito del autor Villatoro que hace referencia al sincretismo que se ha suscitado en México desde hace ya tiempo atrás. México es un país con diferentes etnias, es un país con siglos de culturas, tradiciones e historia donde el mestizaje es una de las principales características. México nace de la fusión de los indígenas mesoamericanos y de los españoles.

Durante la época colonial la alcaldía mayor cubría parte del actual estado de Chiapas y se encontraba dividida en diversas provincias, entre ellas destacaba la provincia compuesta por pueblos indígenas hablantes de una antigua lengua nombrada por los españoles como la de los zoques, que desde tiempos prehispánicos se encontraba extendida desde la costa del pacífico y el lado oeste del territorio chiapaneco, hasta el extremo sureste de Veracruz y el extremo oeste del estado de Tabasco, manteniendo una estrecha relación lingüística con los hablantes de las lenguas mixe y popoluca, además de estar vinculados históricamente con la primera civilización urbana de Mesoamérica: la cultura olmeca (Villatoro, [sin fecha]).

Los "zoques", también conocidos como "tzoque, soque o zoc, se llaman a sí mismos O' de püt que significa "gente de idioma", "palabra de hombre" o, en otros términos, "verdadero", "auténtico".

Los zoques constituyeron uno de los principales grupos indígenas en México. En Chiapas se encontraba el mayor número de asentamientos zoques, de los cuales existe poca documentación para conocer más a fondo su organización, tradiciones y costumbres. Chiapas cuenta con una variedad de etnias que se encuentran en peligro debido a los trabajos de modernización por parte de los diferentes gobiernos, como es el caso de los zoques siendo estos de las etnias con menos atención en comparación con las comunidades de los altos de Chiapas.

El actual territorio de los zoques comprende tres zonas ubicadas en el estado de Chiapas: la vertiente del Golfo, la Sierra y la Depresión Central.

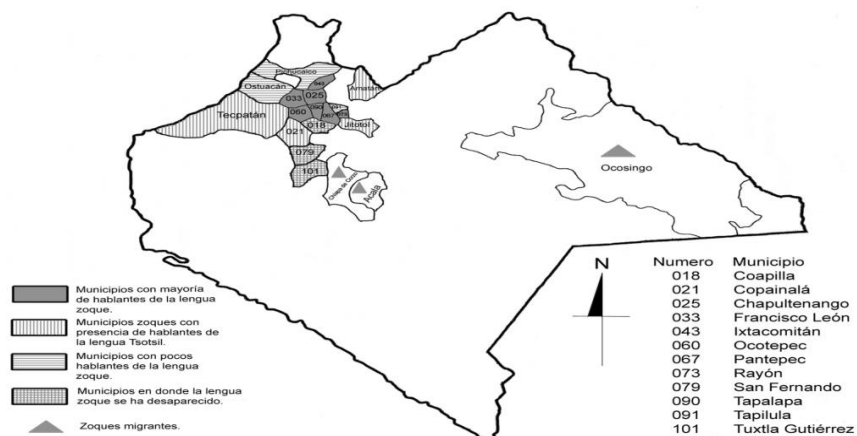


Figura 6. Asentamientos zoques en Chiapas (Voces vivas de Chiapas, [Sin fecha])

El área de expansión de los zoques en la época precolombina, comprendió la costa de Chiapas hasta Guatemala, el Istmo de Tehuantepec, el sur de Veracruz, el suroeste de Tabasco y el centro noroccidental de Chiapas (Voces vivas de Chiapas, [sin fecha]).

De acuerdo con autores de la UNAM, en una investigación realizada en 2016 a la etnia zoque para conocer su historia, se escribió que; hacia 1484 los aztecas se expandieron hacia Chiapas, razón por la cual los zoques del centro y del occidente fueron obligados a pagarles tributo. Después de la conquista, el territorio zoque se redujo y aumentó el monto de sus tributos. Durante la colonia se registraron prácticas de sometimiento y maltrato hacia los grupos zoques, lo que condujo a la reducción de su número. Algunos incidentes de rebelión fueron sofocados de inmediato.

La Independencia trajo consigo nuevas formas de explotación y esclavitud, al servicio de mestizos y laicos; la promulgación de leyes que favorecieron la concentración de la tierra en pocas manos dio origen a una clase de grandes propietarios agrarios en la región que mantuvieron a los indios en condiciones de servidumbre en las grandes haciendas. La Revolución Mexicana, marcó el inicio de integración de los zoques a la vida nacional. La modernización llegó como en otros territorios indígenas, con una red de caminos y carreteras que permite el flujo de personas y de mercancías en distintos medios de transporte. Las principales arterias son la carretera de Tuxtla Gutiérrez-Villahermosa, la de Tuxtla Gutiérrez-Tecpatán y la Panamericana, además de una amplia cobertura de escuelas en los municipios

con población zoque, la mayoría con primaria completa y con telesecundaria. Los estudios de bachillerato se pueden realizar en los municipios principales, como son Copainalá, Tecpatán, Ocozocoautla, Tuxtla Gutiérrez y Pichucalco; y los universitarios en la capital del estado o en Oaxaca (UNAM, 2016).

Los zoques desde sus primeros asentamientos han sido una etnia, con una constante decadencia debido a los desplazamientos obligatorios que han sufrido de parte de conquistadores.

Chiapas tiene una variedad de etnias en distintos puntos del estado, aunque pocas de estas siguen activas en su totalidad.

Los zoques es una de las etnias de Chiapas que ha merecido menor atención por parte de los investigadores. Desde principios del siglo XX, los Altos de Chiapas ha sido una de las regiones culturales más estudiada de México, mientras que de manera tardía el área zoque fue objeto de atención por parte de antropólogos e historiadores a partir de 1970 (Bacalar, 2017).

ORGANIZACIÓN ZOQUE

Todo asentamiento de personas, requiere de una estructura para desarrollarse socialmente, siguiendo sus raíces y creencias. Los zoques también cuentan con una organización social que los ha caracterizado desde sus primeros asentamientos, hasta la actualidad aunque con variantes debido a los distintos fenómenos que los han afectado. Dando como resultado una pérdida considerable de la etnia. Siguiendo las líneas de investigación de distintos autores a continuación se retomaran las descripciones que se tienen en relación a la organización zoque.

DEFINICIÓN DE ORGANIZACIÓN SOCIAL

La organización social se analiza como la combinación característica de los diversos agrupamientos de individuos dentro de una sociedad (Aledo, 2015).

SOCIEDAD

Los zoques son un grupo heterogéneo. Aunque en todos los municipios la religión sigue siendo elemento importante de cohesión social, ésta ya no ejerce ningún papel en la

administración civil de los municipios. Aproximadamente hasta 1940, el sistema de cargos civil-religioso seguía vigente en la mayoría de los municipios del área; sin embargo, la integración de la región a la vida nacional ha propiciado la diferenciación social en el interior de las comunidades, y los sistemas de autoridades tradicionales han dejado de tener injerencia en la vida política de estos pueblos (López, 2018).

RELIGIÓN

Los zoques han dado vida a sus tradiciones guiados por sus creencias religiosas, de acuerdo con el Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas (INPI) y su descripción de la religión zoque argumenta que; en la cosmogonía de los zoques, el sol juega un papel importante ya que es la deidad principal y se asocia directamente con Jesucristo. Existen entidades malignas que en todo momento amenazan la vida de los zoques y hay que estar preparado respecto a ellas y saber cómo evitar su ira. Así, por ejemplo, cualquier caída al suelo se interpreta como un intento del "dueño de la tierra" por apoderarse del alma de la persona; o bien, deben protegerse durante el sueño, ya que en este estado el alma del zoque vagabundea libremente, y el espíritu de la noche está al acecho con el fin de "robársela", dejando al cuerpo sin alma. El diablo, aunque es una entidad católica, se asocia con distintos espíritus del mal que encarnan en animales.

Encontramos tres grupos religiosos entre los zoques: los católicos, los adventistas o protestantes y los que se reconocen como "costumbreros". Existe un rechazo y una falta de reconocimiento de unos a otros, lo que propicia conflictos por la obtención de poder (INPI, 2018).

VESTIMENTA

Hay modificaciones en las distintas regiones. El traje del hombre consiste en una camisa blanca hecha a mano y calzón también blanco, un cinturón de colores tejido a mano, un sombrero plano, pantalón de gamuza usado sobre el calzón y sandalias de cuero o caites. La mujer utiliza sobre todo las mayores el vestido tradicional que consiste en un refajo o falda larga de popelina de distintos colores, una blusa de manga corta, generalmente color blanco, con bordados a mano en el cuello. En Tuxtla Gutiérrez, en las fiestas de la mayordomía, la mujer utiliza el antiguo vestido que consta de un huipil blanco corto tejido a mano y una blusa del mismo color (López, 2018).



Figura 7. Exhibición de vestimenta zoque, Museo zoque en Copoya.

LENGUA

La lengua indígena utilizada por este grupo es el zoque, perteneciente a la familia lingüística mixe-zoque-popoluca. Parecida a los olmecas se encuentra en Kechula debajo de la presa de Malpaso en la depresión central de Chiapas se le conoce a esta lengua como “PUT” que quiere decir hombres que piensan o gente de muchos idiomas (INPI, 2017).

TURISMO GASTRONÓMICO

Para poder entender el porqué de que la gastronomía zoque y todo con lo que ella se compone y proponerla como una fuente de turismo, hay que definir qué es lo que llamamos turismo gastronómico y cuál es el papel que juega la gastronomía al momento de elegir el destino.

El turismo gastronómico permite conocer una cultura a través de sus expresiones gastronómicas. La gastronomía se entiende entonces como una manifestación cultural (Seminario, 2011).

“Turistas (visitantes) que planean sus viajes parcial o totalmente para degustar la gastronomía del lugar o realizar actividades relacionadas con la gastronomía” (Bravo, 2010).

Al tomar la decisión de un viaje turístico, generalmente el destino es el principal elemento a considerar, es decir, a dónde se quiere ir y por qué, esta decisión incluye también la elección del resto de los elementos que hacen posible el viaje: el transporte, el alojamiento, la comida, las

diversiones, etc. en el marco del destino la gastronomía destaca por su importancia, pues forma parte de la cultura que lo define; sin su gastronomía, el destino queda incompleto como producto turístico, asimismo, las tendencias actuales del turismo buscan tener una relación más directa con las comunidades que se visitan y vivir sus costumbres, y conocer todo lo que hay detrás de esta gastronomía representativa, en este tenor, la gastronomía es un factor determinante.

La mayoría de veces que se hace una recomendación, siempre se menciona a la comida como un detonante de calidad del viaje a que se ha realizado, como se señala a continuación.

A la hora de hacer un viaje uno de los factores que más se recordará será la buena o la mala comida; aun cuando se hayan visto y disfrutado paisajes espectaculares o impresionantes monumentos, el lugar va a ser permanentemente recordado por lo que se comió, incluyendo no sólo la calidad de los alimentos y bebidas, sino también la higiene, el servicio y el ambiente, todo lo que hace grata e inolvidable la experiencia de viajar. Esa es la importancia de la gastronomía en el ámbito turístico (Cruz, 2014).

En la actualidad, existen muchos tipos y modalidades de turismo de acuerdo con el interés particular del viajero, es decir, del propósito u objetivo que motiva el viaje; en este sentido, encontramos que hay quienes visitan un destino en particular sólo para conocer y experimentar determinados tipos de comidas y bebidas particulares de la región, para conocer las especialidades gastronómicas que se preparan con motivos o en fechas específicas que coinciden con fiestas cívicas o culturales de importancia local y/o nacional o porque son de temporada, para conocer sus ingredientes e incluso para aprender a prepararlos, es decir, para descubrir nuevas sensaciones y experiencias culinarias, a eso es a lo que llamamos Turismo Gastronómico, que está creciendo en el ámbito mundial paulatinamente (Ascanio, 2012).

GASTRONOMÍA, PRODUCTO Y ATRACTIVO TURÍSTICO

La gastronomía es uno de los elementos de gran relevancia al elegir el lugar que se quiere conocer, se conoce que la comida de un lugar a demás de estar cargada de historia, y ser deliciosa; dejara un recuerdo en cada uno de los degustantes que los hará recomendar o desaprobado el lugar. En este sentido ¿es la gastronomía un atractivo turístico? Para definir si podría o no serlo; hay que conocer que es un producto y lo que es un atractivo turístico.

El producto turístico, se encuentra conformado por el conjunto de bienes y servicios que se ofrecen al mercado, para un confort material o espiritual, en forma individual o en gama muy amplia de combinaciones resultante de las necesidades, requerimientos o deseos del consumidor al que llamamos turista. Se puede decir así, que el producto turístico se conforma por la oferta turística de un destino, que a su vez la componen el conjunto de atractivos, bienes, servicios y facilidades capaces de atraer al visitante (Cárdenas, 2008).

Los atractivos turísticos son por definición todo aquello que atrae al turista, y constituyen una parte importante del turismo. Los atractivos turísticos toman diversas formas que según parece solo están limitadas a la imaginación. El atractivo turístico es el lugar o zona o acontecimiento de interés turístico. El turismo solo tiene éxito y lugar mediante la existencia de atracciones que motiva al turismo (SECTUR [Sin fecha]).

En este sentido la gastronomía puede ser un producto y un atractivo, debido que puede cubrir ambas funciones actualmente, ya que se busca que el visitante interactúe de manera activa con lo que va consumir, lo que te permite conocer aun más la cultura del lugar.

CONCEPTO DE GUÍA

Una guía es algo que tutela, rige u orienta. A partir de esta definición, el término puede hacer referencia a múltiples significados de acuerdo al contexto.

Una guía puede ser el documento que incluye los principios o procedimientos para encauzar una cosa o el listado con informaciones que se refieren a un asunto específico.

La persona que encabeza un recorrido e instruye a otro u otros individuos sobre un camino también recibe el nombre de guía (Cruz, 2014).

GUÍA TURÍSTICA

Un guía turístico o guía de turismo es aquel individuo que se dedica a orientar a un grupo de personas en un entorno de turismo, mostrándole aquellos lugares más destacados del espacio que están visitando; a su vez una guía turística puede referirse a una publicación impresa o digital que recopila información sobre dichos atractivos; es una especie de libro o revista con información de interés para el viajero. Puede incluir direcciones y precios de hoteles, recomendaciones de restaurantes, etc (SECTUR, [Sin fecha]).

RUTA ZOQUE EN CHIAPAS

Esta ruta está trazada, con el fin de dar a conocer una de las culturas más importantes del estado de Chiapas, para con ello contribuir a la preservación y difusión a la cultura zoque, con sus diversas tradiciones y costumbres que al igual que la “región altos” tiene mucho que ofrecer con distintos destinos. En los municipios que la conforman se puede disfrutar de cultura, arte, aventura, naturaleza y gastronomía regional. Además de los grandes templos que caracterizan a cada uno de los destinos, al igual que ferias regionales y diferentes lagunas.

Dicha ruta está formada por

TUXTLA GUTIÉRREZ

Fundada bajo el nombre de “Coyatoc” es un antiguo asentamiento zoque, que significa: "Casa o tierra de conejos" (INAFED, 2000).

Una de las ciudades de apariencia moderna y con un acelerado crecimiento demográfico, Tuxtla siempre está adornada por naturaleza, por lo mismo por las montañas que le sirven de escenario. De modesto poblado zoque en la época colonial, Tuxtla Gutiérrez pasó a convertirse en 1892 en la capital del estado. Hoy en medio de la modernidad, conserva arquitectura, fiestas y comida que reclaman su origen (SECTUR, 2004).

Dos lugares significativos dentro de la cultura zoque, y que forman parte de Tuxtla Gutiérrez son el Jobo y Copoya que son parte importante cuando se habla de esta etnia. Los cuales se encuentran a minutos de la capital, que a continuación se describen de textos de distintos autores.

JOBO

El pueblo de El Jobo es una pintoresca localidad rural del municipio de Tuxtla Gutiérrez, en donde todavía se conservan parte de las tradiciones y costumbres zoques.

En el kilómetro seis de la carretera estatal que va de Tuxtla al municipio de Suchiapa, se localiza el típico pueblecito de El Jobo. A tan solo 25 minutos de la capital (Castro, 2013).

COPOYA

A tan solo treinta minutos de la capital, se encuentra Copoya declarada “Ciudad mural” en 2017, tierra zoque que alberga gran arraigo de la etnia.

Sobre el libramiento sur oriente, se toma el desvío hacia la carretera Tuxtla – Villaflores, aproximadamente a 3 kilómetros se encuentra un desvío hacia el ejido de Copoya, se continua sobre la calle central de Copoya (SECTUR, 2017).

SAN FERNANDO

Colinda al norte con los municipios de Copainalá y Chicoasén; al este con los municipios de Chicoasén, Osumacinta y Tuxtla Gutiérrez; al sur con los municipios de Tuxtla Gutiérrez y Berriozábal; al oeste con los municipios de Berriozábal y Copainalá (INEGI, 2015).

En medio de montañas, san Fernando desparrama su caserío por empinadas laderas. Sus alrededores ofrecen paisajes que invitan a acercarse a la práctica del senderismo y encontrar inesperadas muestras del patrimonio cultural como el caso de la antigua hacienda Soteapa con su capilla del siglo XIX.

Gran importancia tiene san Fernando la celebración del carnaval, protagonizado por personajes enmascarados como los gigantes, el tigre y el monito (Ayuntamiento de San Fernando, 2017).

CHICOASÉN

Chicoasén es uno de los municipios pertenecientes al Estado de Chiapas. Colinda al norte con los municipios de Copainalá, Coapilla y Bochil; al este con los municipios de Bochil y Soyaló; al sur con los municipios de Soyaló, Osumacinta y San Fernando; al oeste con los municipios de San Fernando y Copainalá. Ocupa el 0.16% de la superficie del estado. Cuenta con 21 localidades y una población total de 5 112 habitantes (INEGI, 2015).

COPAINALA

Ubicado al este Coapilla; al noreste Ocoatepec; al norte Francisco León; al oeste Tecpatán; al sur San Fernando; al sureste Chicoasén, y al suroeste Berriozábal (SCIM, [sin fecha]).

Famoso desde la conquista por la semejanza con el nombre Painala, que da Bernal Díaz del Castillo al pueblo natal de los padres de la Malintizin, caciques de la comarca y de origen Náhuatla, creyéndose hasta la fecha entre los indígenas que Copainalá no es otra que el Painal del soldado y cronista de Hernán Cortés. Se sabe que Copainalá es un municipio de profunda cultura zoque y que en la época de la Colonia fue evangelizado por los misioneros dominicos, quienes construyeron la iglesia de San Vicente Ferrer, de gran valor artístico.

En Septiembre las danzas tradicionales inundan las calles de Copainala en honor a Miguel de Arcángel. Otros testimonio de la cultura de los zoques se guardan en el museo comunitario (SECTUR, 2014).

COAPILLA

El municipio de Coapilla se localiza en las Montañas del Norte, lo que explica el carácter montañoso del relieve. Limita al norte con los municipios de Ocoatepec, Tapalapa y Pantepec, al este con Bochil, al sur con Chicoásen y al oeste con Copainalá (INAFED, 2010).

Hacia el año 300 d.C, los zoques se instalaron en la región. Posteriormente arribaron los olmecas, como lo atestiguan algunos vestigios arqueológicos que se encuentran en el municipio. En 1524 los zoques de la región fueron repartidos entre los encomenderos de Coatzacoalcos, por lo que la población decreció notablemente; en 1778, se levantó un censo que arrojó una población de 118 zoques; en 1826, se realizó la primera dotación ejidal, la cual se amplió en 1849; el 19 de agosto de 1880, se rectificó el plano representativo del pueblo.

Dueña de un clima de perenne primavera rodeada de bosques cargados de orquídeas, Coapilla se enorgullece de sus raíces zoques.

Su caserío tradicional que sirve de marco a la iglesia que en la época de la colonia fue dependencia de convento de Tecpacatan, se asientan en la orilla de la laguna verde, una de las joyas ocultas del paisaje de Chiapas (SECTUR, 2014).

OCOTEPEC

Limita al norte con el municipio de Chapultenango y Francisco León, al Este con Tapalapa, al Sur con Copainalá, y al Oeste con Tecpatán. Su constitución geológica corresponde a la su provincia Sierra del Norte de Chiapas (UNICH, 2017).

Durante la época prehispánica un grupo de indígenas zoques se instaló en el actual territorio del municipio de Ocoatepec. En 1486, los aztecas llegaron a la región y sometieron a los zoques, dándoles su nombre actual. En la primera parte de la colonia, numerosos habitantes de la zona fueron herrados y utilizados como bestias de carga por los encomenderos de Coatzacoalcos, entre quienes fueron repartidos. Un censo de 1778, indica que la región contaba con una población aproximada de 1,178 indígenas zoques. Durante el siglo XIX, Ocoatepec fue asolado por una epidemia de cólera a la que sobrevivieron únicamente 50 habitantes; durante la

revolución de 1910, el municipio estuvo ocupado por las fuerzas zapatistas del coronel Rafael Cal y Mayor (SECTUR, 2014).

TECPATAN

Se encuentra enclavado en las Montañas del Norte, limita al norte con el Estado de Tabasco y el municipio de Ostucán, al este con Francisco León, Copainalá y Ocoatepec, al sur con Berriozábal, Ocozocoautla y Cintalapa, y al oeste el Estado de Veracruz (INAFED, 2010).

Los habitantes de varias aldeas zoques prehispánicas fueron reunidos en un poblado fundado por los dominicos en el siglo XVI que tuvo como centro espiritual, cultural y artístico, al convento de Santo Domingo que aun en ruinas es uno de los mayores monumentos del arte colonial chiapaneco y centroamericano. De él dependían los pueblos que constituían la provincia de los zoques y de ahí partieron los predicadores que difundieron el evangelio y dirigieron la construcción de las obras arquitectónicas que todavía nos asombran (SECTUR, 2014).

RAYÓN

El municipio de Rayón se encuentra en la región de las Montañas del Norte en el estado de Chiapas. Debido a la posición territorial que tiene, limita con otros lugares y el que se encuentra al norte es el municipio de Tapilula, al este con el de Pueblo Nuevo Solistahuacán, al sur con Jitotol y al oeste limita con el municipio de Pantepec (SECTUR, 2014).

Otro de los poblados zoques con sus importantes monumentos se encuentra por el camino que sube al rumbo a las montañas del norte y que el primero atraviesa pueblos de ascendencia tzotzil en los altos. El primero de los zoques en este ramal es Rayón con su iglesia dominical del siglo XVI que se destaca por sus ventanas de estilo romántico y su techumbre de madera y teja, ejemplo de excelencia alcanzada por la carpintería chiapaneca en la época colonial. De ahí parte un camino alterno que lleva a Pantepec con su templo también construido por frailes dominicos (SECTUR, 2014).

TAPALAPA

El municipio de Tapalapa se encuentra ubicado al este Pantepec; al norte Chapultenango; al oeste Ocoatepec, y al sur Coapilla (SCIM, [Sin fecha]).

Entre sus montañas y bosques yace Tapalapa, que en la antigüedad comerciaba con la grana cochinilla, famoso producto de los zoques según crónicas coloniales, y el ámbar. En Tapalapa que es pueblo alfarero, destaca el templo dominico de San Agustín, tanto por sus volúmenes y detalles arquitectónicos, como por las muestras de la escritura sacra que dio en la época virreinal entre los zoques y de la que retablo mayor es un buen ejemplo (SECTUR, 2014).

CHAPULTENANGO

A partir de Rayón, el viajero atraviesa una rica región ganadera, productora de suculentos quesos y rica en paisajes como cascada el chorro de zapote en Tapilula o la garganta del diablo, una cañada por la que corre el azul río de la sierra, en medio de una abundante vegetación y multitud de pequeñas cascadas entre Ixhuatan e Ixtacomitán.

De este último parte camino alternativo que conduce al Chapultenango y que guarda grandes joyas del arte colonial chiapaneco: el convento de la Asunción, uno de los de más calidad artística entre los edificios dominicos de la provincia de los zoques del siglo XVI (SECTUR, 2014).

PEÑITAS

El embalse de la presa de peñitas, parte del sistema hidroeléctrico del río Grijalva, forma un nuevo paisaje entre montañas, las selvas y pastizales con posibilidades de turismo alternativo. Desde este punto el camino se reencuentra con la carretera raudales de malpaso-Huimanguillo, por donde el viajero puede retomar fácilmente el camino al sur (SECTUR, 2014).

Dentro de esta ruta para su investigación tomaremos cinco municipios de los que se ha encontrado escasa información acerca del desarrollo de la etnia zoque, y con ello conocer y difundir sus principales atractivos turísticos, así como su gastronomía; las localidades que serán nuestro objeto de investigación son: Jobo, Copoya, Tuxtla Gutiérrez, San Fernando, Chicoasen y Copainala. Y con ellos llevaremos a cabo la guía turística, con la información obtenida para tal fin.

COMIENZO DE LA GASTRONOMÍA ZOQUE

La gastronomía es uno de los mayores exponentes de las diversas culturas y uno de los elementos por lo que las etnias aun después de sufrir grandes pérdidas, siguen siendo

recordadas. Es por ello que es de gran relevancia el conocer donde comienza y como la viven los zoques en su día a día, para con ello entender parte de lo que hay detrás de esos platillos tradicionales que se pueden degustar actualmente, en los municipios de colonias que conservan la cultura y continúan con algunas de las costumbres de la etnia.

Una de las comidas más conocidas y que se puede elaborar todo el año es el tzata, ya que es la única comida tradicional zoque que se elabora a base de frijol y plátano verde. Esta comida puede elaborarse muy fácilmente gracias a que los condimentos para esta elaboración son fáciles de encontrar en la región. En algunos casos, se añade chicharrón para darle más sabor (Serrano, 2017). El platillo ya mencionado es uno de los menos populares entre los que aun consumen comidas tradicionales.

En relación de cómo la cocina zoque ha surgido y se ha modificado, el maestro Francisco Mayorga en 2010, ha escrito lo siguiente; la comida prehispánica chiapaneca, se nutre de la diversidad de las etnias mayenses, mames, tojolabales, tzeltales, tzotziles; así como el zoque y de la olmeca, que, al combinarse con la cocina española por la influencia de los monjes dominicos, resulta una inmensa variedad de exquisitos platillos ahora ya tradicionales, que gracias al paso de los años y la conservación de estos han podido perdurar en las mesas de las familias chiapanecas.

Otros de los elementos culturales que se conservan, transmiten y recrean, entre los zoques tradicionales, son los hábitos alimenticios, las técnicas que utilizan para poder producirlos; la comida y los secretos que utilizan para cocinarla, siendo esta quizá la más deliciosa de las cocinas regionales chiapanecas (Mayorga, 2000).

La cocina regional chiapaneca, se distingue por la singularidad de características que se usan para su elaboración; plantas, frutas, semillas, raíces y especias que se utilizan gracias al conocimiento tradicional que se ha logrado conservar y hoy en día en una parte fundamental de los hábitos alimenticios que se expresan como símbolo de una identidad milenaria.

El instituto de historia natural realizó un estudio en el año de 1997 sobre el uso de las más de 259 plantas de especies comestibles, como son; el nanche cuchunuc, matzú, pitahaya, cupapé,

tempenchile, jocote, chipilín, guanábana, papaya, mango, tamarindo, sorgo o maíz de Guinea, variedades de calabaza y frijol, así como alrededor de 33 especies de leguminosas, 48 tipos frutales, 12 especias, 6 para la elaboración de bebidas. Todas estas, y muchas más son obtenidas principalmente de los huertos de las familias zoques chiapanecas.

Hasta hace algunos pocos años, la gastronomía zoque tuxtleca, era común la utilización de vegetales frescos de producción generalmente de origen local.

Grijalva o de San Fernando, que hasta ahora siguen comercializando con flores, hortaliza, y algunas verduras de temporada. Algunas de las costumbres alimentaria zoques, según el antropólogo Laureano Reyes, un investigador se ha dedicado en gran parte al estudio de la gastronomía y comunidades zoques, observo que los zoques, tiene poca costumbre de comer huevo, carne de res, puerco y sus derivados. La carne solo en consumida en ocasiones especiales, en días de fiesta, o cuando se logra cazar algún animal. La dieta zoque es complementada con algunas especies de plantas, frutos, hongos, insectos, presas de cacería, pescados, en si cosas que ellos mismos pueden recolectar.

Para ubicar a la actual cultura zoque, debemos analizar los modos de producción o sistemas económicos que han existido en la historia humana, siendo estos la forma en que los hombres se organizan para producir, distribuir y consumir los bienes que satisfacen sus necesidades y cumplir con sus familias. Otra característica de los zoques y su alimentación son los métodos de cocción que ocupan para la elaboración de sus alimentos, aspecto en el que se puede descubrir una gran variación entre cómo se llevaba a cabo antes y el cómo se realiza hoy en día; aunque cabe recalcar que en la actualidad las formas de cocción antiguas son llevadas a cabo mayormente cuando se elaborara comida para alguna de las festividades, y que ya no se ocupan en el día a día de los zoques, métodos que se han suplido por estufas de gas u otros aparatos electrodomésticos.

El fuego para cocinar se hace dentro de un círculo de piedras colocadas en el suelo. Y se le coloca el comal para hacer tortillas, así comienza la gastronomía zoque, de Chiapas para el Mundo, en el fuego de leña y el comal (Serrano, 2017).

La leña y el comal representan el principal elemento en la cocina zoque tradicional, que es practicada por los pobladores de los distintos municipios. Y aun en la actualidad se comenta que el cocinar en leña, dota a la comida de otro sabor que al cocinar en una estufa con gas. Los

pueblos originarios y todas las etnias han dejado un legado gastronómico inmenso, el cual tiene mucho campo que debe permanecer y darse a conocer ante las nuevas generaciones.



Figura 8. Fogones.

CONCEPTO E IMPORTANCIA DE LAS TRADICIONES

CONCEPTO DE TRADICIÓN

La palabra tradición proviene de *tadere*. (Legar, pasar de mano en mano, era usada en tiempos romanos, sobre todo en las leyes civiles referidas básicamente a las legadas y herencias.

La tradición es el conjunto de valores, costumbres y creencias que se transmite a través de las distintas generaciones en las sociedades (a este conjunto se lo suele llamar bienes culturales).

Esta transmisión es hecha por un gran número de actores sociales: familia, amigos, escuela, etc.

La tradición refiere al hecho de entregar o transmitir algo a una determinada persona. El término tradición proviene del latín *traditio* (Herrejon, 1994).

De esta raíz etimológica podemos deducir que lo importante de la tradición es la característica de ser transmitida.

Siempre ha sido uno de los pilares sobre los cuales se han construido las sociedades, uniendo a jóvenes y a grandes. Aunque generalmente se encuentra asociado a las generaciones más antiguas y se presenta a los jóvenes como aquellos que se resisten a la tradición, especialistas explican que esto no es así.

No todo bien cultural se transmite mediante la tradición, ya que la sociedad adoptará y enseñará aquellos que sean más acordes al pensamiento y las necesidades de la época. Las formas de transmisión de la tradición son varias: a través de la enseñanza curricular, de los

relatos orales provenientes principalmente de personas mayores, de los saberes de la denominada “cultura popular” (Enciclopedia de conceptos, 2017).

Las tradiciones son conocimiento vivo y existente. La razón por la que las tradiciones son importantes es que transmiten valores compartidos, historias y objetivos de una generación a otra. Ellas motivan a las sociedades a crear y compartir una identidad colectiva, que a su vez sirve para dar forma a las identidades individuales.

Celebrar las tradiciones nos ayudan a mantenernos conectados a nuestra cultura y es también reflejan una excelente oportunidad para el intercambio cultural, la comprensión y el aprecio por las culturas de todo el mundo.

IMPORTANCIA DE LAS TRADICIONES

Las tradiciones como ya se ha mencionado en la definición citada anteriormente, es una transmisión creencias, costumbres y valores que son parte de la cultura de donde estas tradiciones surgen. Es por esto que las tradiciones son la representación viva de lo que la etnia es y vive día con día, transmitiendo de esta forma la manera en que se vive la religión principalmente, además de las celebraciones que tienen maneras específicas de ser llevadas a cabo. Además que también estas tradiciones están fuertemente relacionadas a la gastronomía, factor determinante en muchas de las celebraciones que vienen de generación en generación. Ámbito que también es propicio de un desarrollo económico para quienes siguen llevando a cabo estas formas de expresión mediante la comida que se elabora en fechas específicas.

DEFINICIÓN DE COSTUMBRE

Práctica que ha adquirido fuerza de ley: Regirse por la costumbre. Lo que se hace más comúnmente (García, 1964).

Ahora bien puede decirse que la tradición puede volverse costumbre a medida en que se va perdiendo la conciencia y responsabilidad del porque se llevan a cabo dichas tradiciones, a partir de ese momento las celebraciones suelen llevarse a cabo por el simple hecho de que así se los enseñaron. Más ya no tiene ningún valor para las personas que lo practican o llevan a cabo.

DEFINICIÓN DE FESTIVIDAD

Fiesta con que se celebra una cosa. Día festivo en que la iglesia católica celebra algún misterio a un santo (Gispert, 2002).

FESTIVIDADES DE LOS PUEBLOS ZOQUES

Los zoques desde sus primeros asentamientos, siempre han sido una etnia que lleva la tradición día a día, desde hace muchos años y las cuales siguen vivas, por algunos de los que aun conservan la herencia zoque. Como anteriormente se menciona los zoques es de las etnias con menos documentación acerca de cómo se desarrollan en sociedad, tema que llama la atención de más de uno por lo que en las siguientes líneas, se presentan una investigación realizada como trabajo de titulación. De acuerdo con la autora (Caballero, 2018), las festividades del pueblo zoque en Chiapas son guiadas en gran parte por la religión. Y presentan diferentes singularidades como se describe en las presentes explicaciones sobre cada una de las festividades más sobresalientes del pueblo zoque.

LOS JATAPALA

Estos son unos personajes que como nos dijeron las personas que se entrevistaron en el municipio. Son los que acompañan a las ferias o fiestas que se hacen en el pueblo y que bailan al son del tambor y el pito. Estos personajes tienen mucho parecido a los parachicos los cuales los representativos de Chiapa de Corzo, los jatapala visten igual que ellos solamente que en lugar de llevar la montera, ellos usan un paliacate para cubrirse la cabeza, encima de ella llevan una corona con espejos lo cual fue algo que llamo la atención de los españoles cuando los vieron según. Así pues la corona representa la conquista y los espejos representan que fue lo que cambiaron sus joyas (Caballero, 2018).

VIRGEN DE LA CANDELARIA

Esta celebración se lleva a cabo el día 2 de Febrero e inicia con la bajada de las vírgenes de Copoya a Tuxtla Gutiérrez. Esta celebración también es conocida como la fiesta del Barrio del

Cerrito la cual es una tradición puramente zoque, que mezcla una celebración pagana con ritos cristianos (IAP, 2012).

Esta virgen es celebrada además de Copoya, en el municipio de San Fernando el cual dedica la danza y la comida en nombre de la virgen de candelaria esta fiesta engalana las calles del pueblo pues se llenan de color, música y baile.

Esta celebración implica la cooperación y se deja ver la unión que existe entre Copoya y la capital del estado Tuxtla Gutiérrez al momento de llevar a cabo la fiesta de sus vírgenes. Siguiendo la investigación de la autora Caballero en 2018 e información recabada por entrevistas a personas zoques se puede dar por sentado que; esta celebración engloba a tres vírgenes que son: La virgen de Candelaria, Virgen de copoyita Rosario, Virgen María Olaechea, ah esta última también le llaman virgen de Santa Teresita de Jesús. Comienza desde el día 21 de enero y culmina hasta llegar al día grande que es el 02 de Febrero. Las vírgenes comienzan recorriendo todas sus capillas que se encuentran ubicadas en Copoya y entran a la parroquia el día 25 de Enero. El primer día por motivo de fiesta se hacen los ramilletes zoques, por personas que están especialmente encargadas de realizar estos ramilletes, ellos comienzan a trabajar desde las 10 am y al finalizar su trabajo las señoras les invitan el pozol y caldo de pollo. Las vírgenes bajan a Tuxtla el día 01 de Febrero al ritmo de tambor y carrizo que va al frente de ellas, al momento de llegar a Tuxtla las llevan a casa de la madre priosta que es un cargo que tienen entre ellos que le otorga el privilegio de que la fiesta sea llevado a cabo en su casa, al llegar ahí van entrando a la casa al son del tambor y el carrizo, mientras las mujeres visten de falda larga roja de cuadritos, blusa de manta bordada, trenzas con listones y un moño, la bailarina principal porta sombrero de charro que es lo que la diferencia de las demás. Ellas bailan para las virgencitas y conforme la celebración se va desarrollando las personas van llegando al lugar y muchas de ellas llevan enrames, aquí se da de comer frijol con carne adentro acompañado de chirmol y ninguijuti además de tortillas hechas a mano (Caballero 2018).

El día 02 de Febrero las llevan a la casa de la segunda madre priosta donde se celebra de igual manera y se da de comer caldo de res, el tercer día va a casa del mayordomo primero y el cuarto día a casa del mayordomo segundo donde se lleva a cabo de igual manera todas las celebraciones, donde se da de comer nanhuijiti y frijol con carne, a partir del quinto día comienzan a rolar por las casas donde ya se hayan desinado. Acá puede ofrecerse a la gente lo

mismo de comida y por las noches tamales con café o atol agrio. Si alguien desea que mientras su estancia de las virgencitas en Tuxtla la fiesta se lleve a cabo en su casa tiene que ir a pedir permiso con el consejo de Copoya para que ellos designen lo que será de ellas mientras están en la capital. Todas las celebraciones dadas en nombre de las vírgenes de Copoya duran hasta unos 15 días antes de semana santa, ahí es cuando ellas vuelven a sus casas las cuales se encuentran en Copoya. El día 02 de Febrero en Copoya durante el festejo a las vírgenes realiza el baile de las charrudas. Las mujeres visten de falda roja con huipil y sombrero de charro, la cabeza con listones y el cuello con los mejores collares que se tengan y las chanclitas más sencillas, normalmente huaraches de cuero de pie de gallo. La danza que se realiza es una forma de agradecer a Dios y a la viren por un día más, el zapateado que hacen durante el baile es como despertar a la tierra que ya estamos en el tiempo de las cosechas, se hace la robadera que consta de cargar en sus bochitos; maíz, cilantro y todo lo que son verduras.

LA ERMITA DEL CERRITO

Don Florentino Martínez Reyes de 80 años de edad ha servido como presidente de festejo y como prioste de la Ermita y ahora es albacea de la Ermita. Esta iglesia se encuentra en la 2da. Sur entre 6ta. Y 7ma. Poniente. En este lugar se encuentra el patrono del barrio del cerrito de la Ermita, el cual es un crucifijo y que en su nombre se lleva a cabo una fiesta con duración de tres días que son el 24, 25 y 26 de Diciembre. El día 2 se disponen a preparar tamales esto desde tempranas horas del día, para que al llegar la hora en que se hace la nacida del niño dios se den de refrigerio tamales de bola con café, para la realización de los tamales se ven en la necesidad de matar un puerco para que este sirva como medio de alimentación durante la fiesta, con él se preparan tamales y aparte otras preparaciones como el puerco con molito mejor conocido como ninhuijuti. Para el día 25 las personas encargadas de llevar a cabo la celebración disponen a darles a sus invitados como comida caldo de res y de tomar un pozol frío en su respectiva jícara. Durante los días de fiesta la celebración se acompaña con el ritmo de la marimba y con baile de parachicos. Para el día 26 que es la culminación de la fiesta de la Ermita del cerrito se pone teclado o marimba según sea la posibilidad de las personas encaradas de dicha celebración, aunque según don Florentino la mayoría hace uso de la marimba por ser algo más tradicional.

Para la comida ofrecen carne con frijol adentro acompañado de tortillas hechas a mano y un pozol como bebida principal. Para abrir el apetito de sus invitados les ofrecen aguardiente el cual sirven en bochitos, en vez de aguardiente también puede darse el curadito que ese es una fermentación de aguardiente con cascara de naranja o frutas así como también trozos de estas, esta bebida se prepara aproximadamente unos 2 o 3 meses antes de la celebración, para que pueda macerar correctamente.

FIESTA DE SAN MIGUEL ARCÁNGEL

Festividad en honor al santo patrono de copainalá que es celebrado a finales del mes de septiembre el día 29 con exactitud, se engalanan las calles del pueblo con diversas peregrinaciones con enrrames, al ritmo de carrizo y tambor. Así como se prepara la comida para recibir a los visitantes que llegan al magnífico templo de san miguel arcángel, de gran relevancia en los recintos arquitectónicos que adornan el pueblo copainalteco. La comida tradicional en todas las festividades dentro del calendario de este poblado es el adobado de res, servido con frijoles refritos con la misma grasa resultante de la cocción del adobado, nos comenta Tío Cirilo y su nuera durante la entrevista.

FESTIVIDAD DE SANTA ANA

Los Potis al igual que los jatapala son personajes que acompañan las festividades el pueblo de Copainala, estos son personas disfrazadas de diferentes personajes, que bailan y recorren las coloridas y festivas calles al ritmo de la banda. Estos personajes van dando regalías a los más pequeños que se asoman a verles bailar, incluso los potis va lanzando dinero falso durante su recorrido; se ha mencionado a estos personajes en el apartado de esta festividad debido que es donde se una mayor participación de estos danzantes, anunciando que la fiesta está por empezar, cabe mencionar que hay quienes dan a los “Potis” cooperaciones para que sigan festejando.

Durante la festividad de Santa Ana es tradicional el consumo del Adobado de res, el pozol frío, dulce de melcocha y algunas veces se da el cupzi (aguardiente con miel).

FIESTA DEL CARNAVAL

En esta fiesta daban frijol con chipilín y también frijol con chicharrón, cocido de res, pozol de cacao. Así también dentro de las costumbres nos encontramos con una de las más reconocidas

por todas las personas de San Fernando la cual se refiere a el consumo de la malanga, está la hierven con sal y la toman con café, tomándolo como un sustituto del pan.

PLATILLOS ZOQUES

Derivado a que la alimentación zoque está basada en productos que ellos producen existe una amplia variedad de platillos, donde se implementa el uso de ingredientes y utensilios con los que la comida adquiere un sabor característico de igual se encuentran otras formas en la preparación de bebidas que los representan. Dicho esto, a continuación se presenta un listado de comidas y bebidas representativas de los pueblos zoques según diferentes autores y definiciones creadas a partir del testimonio de los mismos zoques en los diferentes municipios:

NINGUIJUTI

Platillo popular en la identidad, que se acompaña con una especie de un molito de condimentos de la región, espesado con masa de maíz, se prepara a base de carne de res o de puerco, debido a que Chiapas se destaca en la producción de res y “cochi” (cerdos).



Figura 9. Ninguijuti (comida zoque).

CHIPILIN CON BOLITA

Sopa elaborada a partir de bolitas de masa rellenas de queso fresco posteriormente fritas y añadidas a un caldo de chipilín con granos de elote.

Este platillo está elaborado por ingredientes originalmente regional, común en varias regiones del estado y con algunas modificaciones según cada región.

TAMALES DE HOJA DE MILPA

Este tamal está vinculado estrechamente con la celebración de la santa cruz el día 3 de mayo y es de gran estima entre los zoques. Es por tanto de la temporada, más por la ritualidad que por los ingredientes mismos. La envoltura en una hoja completa de milpa requiere destreza y es un ejemplo refinado del embalaje tradicional de alimentos en Chiapas (Chiapas, 2014).

TAMALES DE CUCHUNUC

Tamal elaborado con masa de maíz mezclada con manteca de cerdo y sal. Se forma una bola de que se ahueca y se rellena con una mezcla de cabeza de camarón en pasta, jitomate, chile pepita de calabaza y flor de cuchunuc, se envuelve en hojas de maíz. Existe una variante al rellenar de putznic y se le conoce como horde, en zoque (LAROUSSE COCINA,[Sin fecha]).

HUACASIS CALDU

Cocido de res con garbanzo, cebolla de cola y tomate licuado con achiote. Los zoques preservan este platillo como uno de los más importantes de sus ciclos festivos.

CONEJO EN SIHUAMONTE

Este guiso cambia según la región donde lo preparan. Tradicionalmente se elabora con carne de animales monteses o silvestres, la elaboración se basa en asar el animal, seguidamente guisados con condimentos, convirtiendo así un recado espesado con masa batida.

PUERCO CON MONI

Este guiso es tradicional de la temporada de agosto, el moni (hongo) es recolectado en los cerros de las regiones zoques escondido en los pies de los grandes árboles; este hongo es sometido a cocción junto con la carne de cerdo se prepara por aparte un recado elaborado con chile seco, tomate, condimentos y es espesado con masa de maíz.

HUJCUY (Pozol blanco)

Bebida tradicional y popular entre los obreros durante las largas y cansadas jornadas de trabajo. Se trata de masa diluida en agua a la que algunos le adicionan azúcar, o se consume simple; si este es el caso se suele acompañar con sal con chile o miel de dedo (miel elaborada a partir del jugo de caña) e incluso con panela.

POZOL DE CACAO

La bebida más tradicional y popular, no solo entre los zoques sino en Chiapas en general. Se trata de igual manera de masa de maíz diluida en agua, pero con una variante ya que a esta masa se le agrega una pasta hecha de cacao y canela, los cuales son mezclados para luego crear esta bebida. Esta es común encontrarla acompañada de unas empanadas o tacos dorados, al igual que fruta o verduras con chile, o simplemente cacahuates. Esta bebida es consumida al medio día en la espera de la comida.



Figura 10. Elaboración de pozol de cacao.

CACAPOTE

Parte fundamental del desayuno o cena zoque, bebida elaborada a base de maíz y cacao tostado, y molido. Para su consumo es mezclada con agua o leche y endulzada con azúcar o piloncillo; puede ser consumida fría o caliente.

ATOL AGRIO

Bebida preparada a base de maíz en un remojo para generar una fermentación corta, para después llevar a cabo la molienda del mismo, para obtener una masa ligera y colarla la cual se pondrá a hervir moviendo constantemente para evitar que se formen grumos, se endulza con panela también llamada piloncillo o azúcar según el agrado. Esta bebida es consumida caliente, es popular en los rezos o festividades católicas; además que es parte de la ofrenda en la celebración de los fieles difuntos.



Figura 11.Elaboración de atol agrio

INGREDIENTES ZOQUES

La gastronomía de zoque suele ser poco variada ya que se centra al consumo de sus productos cultivados utilizando variedad de ingredientes ya que con estos se elaboran platillos que los distinguen por cada una de sus regiones.

Dentro de los ingredientes más consumidos y cultivados por personas zoques son:

Calabaza criolla: Se utiliza para hacer cualquier tipo de guisado, utilizando como base de su dieta diaria.

Chayote: Este ingrediente es muy implementado en recetas tales como caldo de res, caldo de pollo, guisado, capeado o rellenos, actualmente algunos pobladores lo utilizan como sustituto de pan o lo consumen hervido con sal para satisfacer su hambre a cualquier hora del día.

Esta verdura tiene forma de pera, color verde con puntos profundos, carne blanca. Se utiliza cocido, salteado, frito entre otros (América, 2011).

Chipilín: la forma más famosa de elaborarlo suele ser en el típico caldo de chipilín con bolita (caldo elaborado a partir de bolitas de masa rellenas de queso posteriormente fritas y añadidas a un caldo de chipilín con granos de elote), tamales de chipilín o bien mezclarlo con huevo y así tener un desayuno.

Frijol: producto base en la alimentación de los pobladores mexicanos, para los zoques es una leguminosa muy consumida puesto a que es el ingrediente más cultivados por los pobladores, esta semilla suelen consumirlos hervidos con agua, ajo, hiervas verdes y sal, algunos suelen consumirlos molidos y fritos con manteca acompañados de queso fresco, chiles y tortilla hechas a mano.

Maíz: Grano que se obtiene de la milpa y resulta ser muy popular ya que desde tiempos remotos ha existido y conforma base de la alimentación mexicana, con él se puede generar amplia variedad de productos como las tortillas, tostadas, pozol, harina de maíz entre otros.

Zanahoria: vegetal de color naranja, mayormente utilizada en la elaboración de caldos y como este era una de los platillos más recurridos por los zoques tanto antiguos así como en la actualidad. Es ideal para preparar sopas, para machacarse en jugos, postres, timbales y ensaladas (Degustis, 2016).

Chile: producto primordial en la dieta de los pobladores zoques, ya que es indispensable en sus alimentos a cualquier hora del día. Existe un amplia variedad de chiles desde picosos, secos y frescos. Algún suelen utilizarse para la elaboración de recados y adobos.

TECNICAS DE COCCION ZOQUE

Los métodos de cocción ha existido desde tiempos remotos desde el descubrimiento del fuego por los primeros pobladores, así es como las personas empezaron a implementar métodos de cocción, un claro ejemplo es el asado ya que de esa manera comían los animales que cazaban, con el paso del tiempo se fueron descubriendo nuevas formas de poder preparar sus alimentos y así implementarlo dentro de su cocina, abriendo paso la existencia de nuevos platillos. Dentro de las técnicas más utilizadas por la cultura zoques de Chiapas son:

Guisar: Esta técnica de cocción es muy utilizada por los zoques solo que no la conocen de la misma forma como en las cocinas profesionales, pero es cierto que es muy empleada por estos pues no es sorpresa que se diga que los zoques dentro de su menú tienen una gran cantidad de caldos y estofados que si bien para su realización se necesita de este método. Es un método similar al braceado, consta en dorar primeramente los alimentos en aceite, para después añadir un poco de líquido sazonado, cubrir la cazuela y dejar cocer en el horno a temperatura moderada (Turner, 2009).

Asar: Método de calor seco a fuego abierto, directo e intenso; el calor fluye de abajo hacia arriba. En este método, se utiliza una fuente de energía natural como carbón vegetal, piedra volcánica, maderas como mezquite o manzano, que contribuyen a dar sabor, color, olor y textura.

Freír: Proceso de cocción de alimentos en donde los alimentos están sumergidos en un medio graso a una temperatura constante, este proceso tiene una variación ya que puede ser fritura media o profunda, utilizada para distintos platillos a elaborar (Ferrando, 2012).

Hervir: Proceso que lo caracteriza por llevar al punto de ebullición o incluso muchas veces antes de encontrarse en este punto, este paso puede ser utilizado para hervir agua, caldos o en muchas ocasiones salsas (Toledo, 2010).



Figura 12. Hervir (método de cocción)

Hornear: método de cocción que se realiza en hornos convencionales, convectores o de barro, sin necesidad de agregar materias grasas, ni líquidos adicionales. Los rangos de temperatura para este método de cocción son de 160°C a 220°C. Hornear es un método de cocción lento pero proporciona un sabor agradable en los alimentos. Con la acción del calor, la superficie del alimento se sella, lo cual permite atrapar los jugos en su interior, y así evitar que quede seco.

UTENSILIOS DE COCINA

Debido a las condiciones de vida que los zoques presentaron desde los primeros asentamientos se vieron obligados a fabricar sus utensilios de cocina los cuales estaban elaborados con materiales que se podían encontrar donde ellos habitaban, para así poder transportar, almacenar y recolectar sus alimentos para su sustentabilidad.

Los primeros utensilios fueron de guajes y calabaza que en su forma entera u original eran utilizados para recoger, almacenar y transportar agua o cualquier otro líquido que fuese utilizado en ese entonces y cortados fueron platos, vasos, jarros y cazuelas (Roque, 2012).

De la misma manera la implementación del fango rojo para la elaboración de cazuelas, platos u otra diversidad de utensilios, de misma forma la creación de lanzas y redes para la obtención de animales que eran para su consumo.

Los instrumentos de cocina se fueron modificando y mejorando con el paso del tiempo, algunos de ellos prevalecen hoy en día, algunos utensilios son aun encontrados en viviendas aledañas a la ciudad puesto que es ahí donde aún se conservan este tipo de costumbre. A continuación un listado de instrumentos:

EL MOLCAJETE: Era de los instrumentos más famosos y utilizados en la cocina indígena, este consta de una base circular con un orificio en medio dentro del cual se colocan los alimentos a triturar, este utensilio está elaborado de la misma piedra volcánica de la cual estaba elaborada el metate y lo sostienen 3 pies del mismo material que le sirve para sostenerse, también tiene un rodillo solo que este es un poco más pequeño, de acuerdo al tamaño del molcajete, este utensilio es más utilizado para productos un poco más blandos y en cantidades más pequeñas pese a su tamaño (Roque, 2012).

COMAL: Utensilio en forma de plato llano, su uso suele ser para tostar alimentos, hacer tortillas a mano, cocción de algunos alimentos, este utensilio se colocar sobre brazas. Actualmente se cuentan con comales de acero inoxidable los cuales deben de curarse con cal para que los alimentos no se peguen.

JICARAS DE MORRO: este utensilio fue utilizado desde los primero asentamientos utilizados como contenedores de agua, actualmente es utilizado para servir el pozol, una bebida elaborada a partir de masa de maíz con cacao ya que alguna personas aseguran que le otorga una sabor especial a esta bebida.

METATE: Este utensilio consta de una piedra rectangular con curvas en sus extremidades como base y un brazo en forma cilíndrica ambas elaboradas de piedras volcánicas, su función es moler semillas para la preparación de alimentos.

PAILAS: Estos instrumentos de cocina son principalmente utilizados en los días de fiesta pues ya que son trastes tan grandes que quedan perfectos para las grandes preparaciones que se hacen esos días. Es muy utilizada para la elaboración de tamales.

METODOLOGÍA

Se le conoce como teoría del método, es decir, las razones que nos permiten comprender porque un método tiene ciertas características diferentes de otro. La metodología se encarga de definir, construir y validar los métodos (SAMPIERI, 2003).

Para definir el diseño metodológico de la investigación, es necesario conocer las características del enfoque del estudio. Al hablar de grupos de personas, en cuanto a cultura y desarrollo para destacar sus principales características que serán el objeto de estudio de la investigación. Se trata de un tipo de estudio descriptivo. Como el que se desarrolla en este proyecto que tiene como finalidad conocer, documentar, difundir los principales rasgos que caracterizan a la etnia zoque en Chiapas (mercados, gastronomía, celebraciones, atractivos turísticos).

DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El término “diseño” se refiere al plan o estrategia concebida para obtener información que se desea. El diseño señala al investigador lo que debe hacer para alcanzar sus objetivos de estudio para contestar las interrogantes de conocimiento que se ha planteado.

Esta investigación es de tipo cualitativo de orden descriptivo debido a las características que reúne el estudio (Etnia zoque). Este mismo ayudara a dar respuesta a los objetivos planteados en el comienzo de esta investigación. Por medio de la recolección de datos a través de entrevistas cualitativas, aplicadas en diferentes municipios dentro de la ruta zoque donde la gastronomía se encuentra presente (restaurantes, mercados y festividades). Para con ellos, llevar a cabo la elaboración un guía de turismo gastronómico que será instrumento para la difusión de la gran importancia de preservar las raíces de la cocina tradicional y los mercados que han sido atractivo de turistas, por la historia y tradiciones que enmarcan.

POBLACIÓN

Una vez que se ha definido cuál será la unidad de muestreo/ análisis, se procede a delimitar la población que va a ser estudiada y sobre la cual se pretende generalizar los resultados. Así, una población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones. La población está conformada por personas que se encuentren entre 38 a 60 años de edad y que forman parte de la etnia de los diferentes municipios de la zona zoque (Copoya, Jobo,

Chicoasén, Copainalá, San Fernando y Tuxtla Gutiérrez); ya que aportan mayor información debido a su experiencia en el desarrollo de los zoques a lo largo del tiempo.

Así como la aplicación de una encuesta en jóvenes de 18 a 35 años de edad para conocer el grado de aceptación de la guía gastro-turística y cuál sería la aceptación de las nuevas generaciones, para hacer más fácil el conocimiento de la etnia zoque.

MUESTRA

La muestra se integra por cinco personas de 40 a 80 años de edad, de los diferentes municipios objeto de estudio haciendo un total de 30 personas. Y el trabajo de campo en cuatro mercados con locatarios.

MUESTREO

El muestreo es de tipo no probabilístico a juicio de las investigadoras, debido a que el objeto de estudio se basa en el carácter descriptivo y la experiencia de las personas sobre gastronomía zoque.

VARIABLES

Tabla 1. Variables

Principal	Secundarias
Recetas tradicionales zoques	Ingredientes
	Técnicas culinarias
	Mercados
	Festividades
	Factores de afluencia turística

TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

- Entrevistas estructuradas a locatarios y cocineras tradicionales (Anexo 1)
- Investigación de campo (Anexo 2)
- Observación participativa.
- Análisis de técnicas cualitativas.
- Crear una bitácora para el registro de los diferentes platillos y productos zoques que se encuentran en los mercados locales de los municipios a visitar.

- Elaboración y aplicación de una encuesta para medir el grado de aceptación y conocimiento de una población entre los 18 – 35 años, y así conocer cuál podría ser el alcance de esta investigación. (Anexo 3)

TÉCNICAS DE ANÁLISIS

- Recolección de resultados de entrevistas aplicadas a la población con la técnica de análisis de contenido.
- Análisis de técnicas cualitativas.

Analizar y depurar la información obtenida en las entrevistas y las encuestas con el objetivo de utilizar únicamente la información importante y relevante para incluirla en la guía.

Estructura de la guía:

La presente guía está compuesta de la siguiente manera:

- Portada.
- Contenido.
- Presentación.
- Propósito.
- Mapa animado.
- Recursos turísticos.
- Recursos gastronómicos (platillos, bebidas y dulces).
- Tiendas y mercados.
- Glosario.
- Agradecimiento.
- Memoria fotográfica

PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

De acuerdo con la información obtenida mediante la aplicación de entrevistas a personas mayores (40 – 80 años de edad) y locatarios de los pueblos zoques (Copainalá, Chicoasén, San Fernando, Tuxtla Gutiérrez, Copoya-Jobo) podemos interpretar lo siguiente.

Los asentamientos zoques en Chiapas, están perdiendo parte de su identidad debido a diversos factores que repercuten en el seguimiento y la transferencia de su cultura que está siendo apagada por el fuerte impacto de la globalización y con ello la modernización de tradiciones que caracterizan a la etnia, con esto dando pie al desinterés de las nuevas generaciones por indagar, vivir y continuar con la herencia de los antiguos zoques en el estado. La vida zoque en Chiapas es una de las sobrevivientes, puesto que muchas de las etnias que años atrás existían se fueron extinguiendo con la llegada de nuevas formas de vida y la adopción de las mismas.

Aunado a esta pérdida de la cultura se ha dado una enorme decadencia en el consumo de productos alimenticios que el propio suelo zoques otorga, así como de la gastronomía tradicional de estos pueblos originarios; la cual es un factor determinante de la afluencia turística.

De acuerdo a las respuestas obtenidas es notable la gran variabilidad entre la alimentación de los antiguos zoques a la de nuevas generaciones, que están olvidando los hábitos y costumbres de sus ancestros. Dejando de lado el consumo de producto de temporada en cada uno los platillos que consumidos en la actualidad, siendo la gastronomía uno de los ámbitos culturales más importantes, el cual no debe dejarse en olvido ya que es de los aspectos a tomarse en cuenta al momento de elegir el destino a visitar. En este sentido se pudo observar mediante este estudio que existe poca información sobre qué hacer, a donde ir resaltando que la vista desde las montañas zoques crean majestuosos paisajes que vale la pena recorrer; además de que es lo que debes comer al adentrarse en la vida de los “Hombres de palabra” lo cual es de alarmante ya que son una buena propuesta para el turismo que llega al estado de Chiapas.

La etnia zoque que como ya se ha mencionado no es tan conocida en comparación con las etnias de los altos de Chiapas, y esta también tiene para ofrecer una gastronomía variada que van desde platillos de temporada que traen toda una gama de sabores variados y propios de la región como el *pimbu*, hasta platos que reflejan toda la alegría que la etnia representa como el *adobado de res*, el *ninguijuti* o el delicioso *cacapote* que dan vida a las fiestas que se celebran de acuerdo al calendario festivo de los pueblos que forman parte de la etnia zoque en la actualidad ; o esos platos que marcan el inicio de una temporada como el *pescado baldado*, el *tz'atao moni con puervo*; De los cuales pocos han sido documentados y se desconoce el proceso de elaboración así como sus ingredientes.

A continuación presentamos tablas con la información que se obtuvo mediante las entrevistas realizadas en de cada uno de los municipios visitados.

Durante la visita al ejido Copoya y Jobo populares al hablar de los zoques, podemos darnos cuenta que se presenta una gran decadencia lo que propicia una variación significativa entre lo que se consumía y producía antes; con lo que actualmente se cuenta. La cocina tradicional esta dejándose de lado durante la vida diaria y siendo solo practicada por familias tradicionalistas, que conservan y viven de la cultura zoque en su día a día.

Aunado a este desinterés de las nuevas generaciones por conservar la cultura, se produce un abandono del campo, y la aplicación de métodos modernos a la hora de la cosecha que traen como resultado una pérdida en el equilibrio del ciclo de los productos con los que el suelo chiapaneco provee.

La cocina tradicional siempre se ve afectada por la llegada de nuevas costumbres; Copoya no ha sido la excepción, a pesar de ser uno los sitios que sirven como referencia de la cultura zoque poco se puede observar al recorrer sus calles, se encuentra ahora habitado por personas que ya no participan de las tradiciones, son pocas las personas que aun viven sus costumbres. En la siguiente tabla se plasma la información obtenida sobre los aspectos que sirven como un determinante de afluencia de visitantes a los lugares ya mencionados. Además 4 de las 5 personas que fueron entrevistadas siguen con una alimentación variada y balanceada usando productos locales. Se puede ver reflejado en la siguiente tabla que existe una gran variedad de ingredientes, de los cuales pocos son conocidos como los hongos moni, que es de los poco consumidos, y es los ingredientes más interesantes ya que puede ser muy versátil en la cocina por su semejanza con la carne de pollo. Otro aspecto que puede notar que se encuentra dañado son los lugares zoques que se pueden visitar, debido que por la falta de apoyo económico los espacios destinados para museos y proyectos de cocina tradicional esta en abandono, siendo estos lugares importantes que impulsan a visitar estas colonias zoques.

Tabla 2. Resultados de entrevistas Copoya-Jobo

RESULTADOS DE ENTREVISTAS COPOYA – JOBO				
RECETAS TRADICIONALES	INGREDIENTES	PRODUCTOS DE TEMPORADA	ATRATIVOS TURÍSTICOS	TRADICIONES
Zispolá (Caldo de res con garbanzo) Chanfaina Putzatzte (Recado de masa con hígado frito) Ninguijuti (carne de cerdo con molito de masa y chiles) Estofado de res Frijoles con chipilín Tasajo con pepita Huacasiscaldú (caldo de guajolote) Puerco con Moní Conejo en zihuamonte Pescado baldado (Temporada de semana santa) Canane	Maíz Calabaza Frijol (Patachete, castilla) Chile chimborote Chile mira pa' arriba Chile Blanco Chipilín Gallinas Conejo	hongos moní calabaza de castilla para conserva Jobo MERCADOS DE LA REGIÓN (PARA CONSUMO DE PLATILLOS TRADICIONALES) Copoya no cuenta con un mercado local, pero si con espacios en donde se ofrece platillos zoques. Entre ellos: Cocina tradicional zoque de copoya En tercera norte entre 1ra y 2da Oriente, Copoya Chiapas Cocina zoque Santa Cruz en el centro de Copoya A demás de cacetas	Iglesia de las virgenes de Copoya. Cristo de Copoya. Iglesia de la virgen de la asunción. Museo zoque.	Festividad de la bajada y subida de las vírgenes de Copoya (14 de octubre – 23 de octubre) Fiesta de la virgen de candelaria (24 de Enero - 2 de Febrero) ACTIVIDADES Elaboración de ramilletes para la decoración de las iglesias Venta de dulces días domingo en la plaza principal de Copoya
DULCES Calabaza Higo				

Camote		que se encuentran a		
Cocadas		un costado del		
Garbanzo		museo zoque.		
(Temporada de				
semana santa)		Así como los		
Pan adornado		domingos (9:00 am		
(Día de Muertos)		a 5:00 pm) de		
Chilacayote		tianguis, en donde		
		también se ofertan		
TAMALES		platillos y dulces		
Bola		tradicionales		
Chipilin				
Hierba santa				
Hoja de Milpa				
BEBIDAS				
Pozol blanco				
Pozol de cacao				
Pozol agrio				
Atol agrio				

Copainaláen este municipio se encuentra un gran diferencia en el empleo de los ingredientes zoques, y es de los que tiene más marcadas todas sus tradiciones desde muchos años, festejos en los que no solo participan los abuelos o los hijos de estos abuelos, son actividades que se pueden vivir en familia. Desde los bailes hasta la elaboración de sus platillos tradicionales son momentos de interés para chicos y grandes. Además de que cuenta con una gran variedad de recetas tradicionales que siguen siendo llevadas a cabo en la vida diaria de los habitantes, así

como el trabajo del campo lo que da como resultado el consumo y venta de productos frescos, con ellos siendo posible el acceso a productos de temporada.

De sus paisajes podemos rescatar las preciosas construcciones arquitectónicas que se ven en casa una de sus iglesias, que hacen juego con el clima y el cielo que da una armonía impresionante. Templos que también son el escenario de las diferentes celebraciones que se llevan a cabo a lo largo del año que traen una fuerte carga histórica la cual pretenden que se transmitida a los más pequeños para que estos puedan continuar con este legado, fue un comentario que sonó mucho en las voces de las personas entrevistadas.

Dando estas entrevistas un resultado satisfactorio para la investigación, ya que se puede apreciar que a pesar de la globalización y su impacto en los pueblos, las cinco personas que fueron el objeto de estudio en Copainalá aun conservan una alimentación basada en la dieta zoque antigua, aprovechando al máximo los recursos naturales a su disposición y tienen interés en la preservación de los espacios culturales que identifican a este poblado como parte de la etnia zoque.

Tabla 3. Resultados de entrevistas Copainalá.

RESULTADOS DE ENTREVISTAS COPAINALÁ.				
RECETAS TRADICIONALES	INGREDIENTES	PRODUCTOS DE TEMPORADA	ATRATIVOS TURÍSTICOS	TRADICIONES
Pimbu (elote tierno molido con chipilín) Adobado de res (carne adobada de res) Zata (frijol, chicharrón y guineo cortito) Frijol molido (granos de frijol dorado y hierba santa)	Calabaza Frijol Maíz Guineo Cortito Pimienta Café Chinini Chichón(Febrero) Hierva santa Coyol	chichón guineo cortito Chinini MERCADOS DE LA REGIÓN (PARA CONSUMO DE PLATILLOS TRADICIONALES) Copainala Cuenta	Iglesia de San Miguel arcángel Convento de San miguel Casa de la cultura Museo comunitario Iglesia de Santa Ana Plaza central Rio Zacalapa	Baile weya weya (Baile antes de semana santa y anuncio del carnaval zoque) Festividad de San Miguel arcángel Recorrido de Potis (personas disfrazadas que recorren todas las iglesias de Copainalá)

<p>Barbacoa de res enterrada en tierra Chichón (frijol y chichón)</p> <p>Tamal de chichón</p> <p>Hierva mora</p> <p>Caldo de shuti (espesada con masa y semilla de calabaza)</p> <p>Frijol con shuti</p> <p>Hortalizas con frijol</p> <p>Pepita con chayote</p> <p>DULCES</p> <p>Dulce de leche</p> <p>Turrón (Elaborado de miel de caña y pepita molida o cacahuete molido)</p> <p>Nuégados</p> <p>Dulce de coyol</p> <p>Hojuelas</p> <p>Melcocha (Dulce de panela con hojas de limón o de naranja)</p> <p>Manzanita en dulce</p> <p>Chilacayote confitado</p> <p>BEBIDAS</p>		<p>Con Un Mercado Local, Muy Cerca Del Centro Del Municipio, Así Como Un Conocido Restaurante Que Ofrece Algunos Platos Zoques Tradicionales.</p> <p>Restaurante “Bambu”</p> <p>Mercado municipal Vicente Ferrer</p>		<p>Festividad de Santa Ana</p>
--	--	--	--	--------------------------------

Agua de caña Leche con alcohol de caña y azúcar Atol agrio Cupzi (Combinación de miel de abeja con aguardiente) Rosquilla de sal TAMALES Frijol de Botil molido Chipilín Elote Frijol tierno				
---	--	--	--	--

Tuxtla como capital del estado tiene una diversidad gastronómica en la que los mercados dan pie a un sincretismo de productos de los municipios aledaños, con los que se ofrece una exquisitez de platillos tradicionales, que va desde bebidas a base de maíz y cacao (pozol, atoles) hasta dulces elaborados con frutas de la región (calabaza, jobo, camote, coco). Aunque las recetas cambian de un local a otro se pueden encontrar alimentos a diferentes horas del día, ya que los mercados son versátiles para la venta de los productos procesados o en su estado natural. Al igual que cuenta con diferentes restaurantes a escasos metros del centro que ofertan comida típica, aunque con variaciones en las recetas estos establecimientos son una ventana a la cocina tradicional zoque.

La capital del estado es un reflejo de la pérdida de las tradiciones ya que cada vez menos personas participan de las mismas, durante el proceso de la recolección de la información nos dimos cuenta que las “vendedoras tradicionales” conocen acerca de cocina tradicional mas no la practican en su vida diaria, debido que la necesidad del empleo las lleva a consumir los alimentos que se les hace mas practico adquirir durante su jornada laboral. Así como es notoria

la poca afluencia a las fiestas tradicionales, a las grandes peregrinaciones que se sucedían a lo largo de las fiestas en el año. Las personas que fueron entrevistadas conocen pero ya no participan de la cosecha y consumo de producto local; Tuxtla adopta recetas de los municipios aledaños ya que por las mañanas se puede encontrar a productores de otros municipios (San Fernando, Chicoasén, Copainalá) que llegan a la capital a ofertar sus cosechas, con lo que se elaboran platillos de mejor calidad.

En cuanto a sus espacios para visitar cuenta con emblemáticos lugares como el parque Jardín de la Marimba, que es de los más visitados pero cuenta además con museos y una casa de cultura en la que yace mucha información sobre la vida y los ancestros, la cual es importante conocer y buscar métodos para que esta llegue a las nuevas generaciones de habitantes e incluso a los visitantes para despertar el interés de saber más, y así visitar, comer, participar de las tradiciones y zoques.

Tabla 4. Resultados de entrevistas Tuxtla Gutiérrez

RESULTADOS ENTREVISTAS TUXTLA GUTIÉRREZ				
RECETAS TRADICIONALES	INGREDIENTES	PRODUCTOS DE TEMPORADA	ATRATIVOS TURÍSTICOS	TRADICIONES
Zispola	Maíz	Chincuya	Parque central	Festividad de San
Cochito	Frijol	Jobo	Catedral de san	Marcos (santo
Chanfaina	Elote	Maracuya	marcos	patrono de
Chipilin con	Chile	Hongos moni	Iglesia de	Tuxtla)
bolita	Calabaza	Papaya	Guadalupe	Festividad de San
Patachete con	Chiles secos	Chile chimborote	Museo de la	Roque
puerco	Tomates	Granadilla	ciudad	Festividad del Sr.
Menudencia con	Cilantro	Jocotes	Parque de la	Del calvario
tomate	Tempechile	Cuchunuc	marimba	Festividad de
Caldo de Shuti	Hoja santa	Patachete	Zoologico Miguel	Santo Domingo
Pescado baldado	Chipilin	Shuti	Álvarez del Toro	Carnaval
Caldo de gallina	Panela		Museo del café	Tuxtleco
Caldo de jolote		MERCADOS DE LA REGIÓN	Parque bicentenario	Día de muertos

<p>TAMALES</p> <p>Hoja de milpa o tamal agrio Chipilin Picte Bola Mole Cambray Tamal de Cuchunuc Hierba Santa Toro pinto o Frijol tierno</p> <p>DULCES</p> <p>Chilacayote Coyol Nuegados Caballito Gaznate Empandas rellenas de camote Camote Cocadas Mango con dulce Ojarasca Obleas</p> <p>BEBIDAS</p> <p>Pozol de cacao Pozol Blanco Pozol Agrio Atol agrio Tascalate</p>		<p>(PARA CONSUMO DE PLATILLOS TRADICIONALES)</p> <p>Tuxtla por ser capital del estado cuenta con mayor numero de mercados en donde es posible adquirir comida tradicional</p> <p>Mercado de los ancianos (9na Sur)</p> <p>Mercado Juan Sabines (3ra sur)</p> <p>Donde además su estacionamiento por las noches se convierte en un pasillo gastronómico, donde se pueden adquirir antojitos, tamales, bebidas y dulces tradicionales.</p> <p>Mercado Dr, Rafael Pascasio Gamboa</p>	<p>Museo de la marimba Museo de ciencia y tecnología</p>	
---	--	--	--	--

Pinol				
Pinol con cacao				

En la siguiente tabla se expresan los resultados obtenidos de las entrevistas aplicadas a la población zoque de San Fernando, Chiapas. Este municipio es conocido por ser la entrada a la provincia de los pueblos zoques, como se puede observar en un anuncio panorámico que se encuentra en la entrada al poblado.

En cuanto a su alimentación, sus tradiciones y sus atractivos turísticos entre los que podemos encontrar un mercado muy tradicionalista que oferta al público la cosecha de los agricultores también habitantes del municipio en la tabla se mencionan todos los que pueden encontrarse pero la disponibilidad de algunos varía de acuerdo a la temporada en la que se encuentre por ejemplo la chincuya es solo consumida en el mes de octubre o el cacate que aunque poco se conoce de su uso en la cocina o sin ser procesado es consumido de igual forma como una fruta, muy distinta a las demás por su intenso amargor. De igual forma podemos encontrar una impresionante cascada en el parque eco turístico Tzimbac, todo un espectáculo natural.

En la siguiente tabla se observan de forma ordenada la información obtenida mediante las entrevistas aplicadas, a cocineras en el mercado local ya que de las pocas cocineras tradicionales con las que contaba el municipio la mayoría han fallecido y las que aun habitan ahí ya no se encuentran en disposición para salir o hacer el esfuerzo de platicar por mucho tiempo.

Tabla 5. Resultados de entrevistas San Fernando

RESULTADOS ENTREVISTAS SAN FERNANDO				
RECETAS TRADICIONALES	INGREDIENTES	PRODUCTOS DE TEMPORADA	ATRATIVOS TURÍSTICOS	TRADICIONES
Caldo de gallina	Maiz	Chincuya	Centro de San	Fiesta de carnaval
Caldo de res	Frijol	Maracuya	Fernando	Festividad de la
Cochito	Calabaza	Cacate	Tzimbac parque	virgen del rosario
Carraca de cerdo	chile	Shuti	eco turístico	Festividad de San
Frijol con Platano	Carne de puerco	Castaña		Fernando
Frijol con chicharrón	(cochi)	Plátano rojo		Festival de día
Pescado Baldado	Carne de res			mueertos
	Gallina	MERCADOS DE		Vela en el

TAMALES	Chayotes	LA REGIÓN (PARA CONSUMO DE PLATILLOS TRADICIONALES)		panteón durante día de muertos
Chipilin				Fiesta de
Bola				Candelaria
Mole				Fiesta de la Santa
Frijol botil				Cruz
Hoja santa		San Fernando		
Picte		cuenta con un		
BEBIDAS		mercado municipal,		
Pozol Blanco		en el cual se puede		
Pozol de Cacao		encontrar y degustar		
Atol agrio		platillos		
Café		tradicionales,		
Agua de caña		bebidas, dulces		
DULCES		típicos y producto		
Nuegados		local y de		
Cocadas		temporada.		
Cacahuates		Este recibe el		
garapiñados		nombre del		
Cemita		Municipio “San		
Dulce de calabaza		Fernando”		
Chilacayote				
Marquezote				
Pan de yema				
Suspiro (dulce de yuca)				
Gaznate				

Chicoasén poco conocido, y con gran potencial gastronómico tradicional es cómo podemos describir a este municipio analizando los resultados obtenidos a lo largo de las entrevistas: debido que son grandes productores de productos de maíz, así como panadería tradicional y un pueblo pesquero. que sabe cómo aprovechar y explotar los recursos con los que cuenta. En la charla con las diferentes “comideras” se ve reflejado que estas personas se han encargado de mantener viva la tradición en esta localidad, ya que ellas son las más felices de ser invitadas a

compartir sus dones y sazón con los invitados que degustaran de sus comidas. Este municipio y Copainalá tienen un gran lazo gastronómico ya que comparten varios platillos. En la siguiente tabla solo se enlistaron los platillos que no comparte con otro municipio.

Tabla 6. Resultados de entrevistas Chicoasén

RESULTADOS ENTREVISTAS CHICOASÉN				
RECETAS TRADICIONALES	INGREDIENTES	PRODUCTOS DE TEMPORADA	ATRATIVOS TURÍSTICOS	TRADICIONES
Caldo de “Jolote” con cola de cebolla	Chipilin maíz cacao	Chipilín de paloma (temporada de junio)	Vista a la presa hidroeléctrica	Festividad del señor del pozo
Mole con puerco	caña	Jocotes (amarillo, morado, chiapilla, iguanita)	Río de chicoasen	Festividad de San lucas
Caldo de repollo	chile		Río Piedra cuachi	
Caldo de res con repollo	jocotes hongos	Chincuya	Iglesia del señor del pozo	Festividad del Señor de esquipulas
Empandas de hongo “orejita”	quelites frijoles (castilla y patashete)	Hongos orejita Pigua		Festividad de la virgen de guadalupe
Tortilla de elote		Mangos		
Cochito	Yuca	Frijol patashete (bayo y negro)		
Mole	camote			
Iguana asada	Chipilin			
Iguana tierna entomatada	Calabaza tierna			
Caldo de panza		MERCADOS DE LA REGIÓN (PARA CONSUMO DE PLATILLOS TRADICIONALES)		
Caldo de codorniz				
Caldo de venado				
Caldo de pigua				
Pescado Asado				
Pescado Baldado		Chicoasen no cuenta con un mercado municipal, sin embargo tiene sus días de tianguis en los que se da el intercambio de		
Chipilin con elote				
TAMALES				
Bola				
Chipilin (solo masa y chipilín)				

<p>Mole con carne de puerco</p> <p>Picte</p> <p>Frijol molido</p> <p>Frijol tierno fresco</p> <p>BEBIDAS</p> <p>Pozol de cacao amargo con turrón de panela</p> <p>Pozol blanco</p> <p>Pozol agrio (uso medicinal)</p> <p>Pinol blanco</p> <p>Pinol con cacao</p> <p>Atol agrio</p> <p>Atol de Féculade yuca</p> <p>Café con tostadas</p> <p>Aguardiente</p>		<p>productos de la región, entre los productores.</p> <p>Se puede consumir la pesca del día, a las orillas del rio, ya que las familias que habitan cerca de este, ofrecen este servicio de “cocina económica” pero su principal producto son las mojarras y camarones.</p> <p>Además de la iglesia principal (Sr. Del pozo) que vende cada domingo comida tradicional. Y las diferentes cocineras del pueblo que ofertan sus comidas (elaboradas en casa) anunciadas mediante perifoneo para que sea de conocimiento de los habitantes.</p>		
--	--	--	--	--

Las nuevas generaciones son parte fundamental de la preservación de las tradiciones, que nos identifican y dan cultura pero ¿Qué tanto conocen? y que les facilitaría el conocer, que tanto aceptarían y se adentrarían en conocer nuevos lugares y otras formas de alimentación. Para

llegar a conocer, y resolver las interrogantes antes planteadas fue tomada una muestra de cien jóvenes de entre los 18 a 35 años de edad; que servirán como referencia para conocer el grado de aceptación y alcance que llegaría a tener este proyecto (guía gastro-turística zoque). En seguida presentamos los resultados obtenidos de la aplicación de la encuesta, mediante graficas de pastel. Que ayudaran a una mejor comprensión de los datos arrojados.

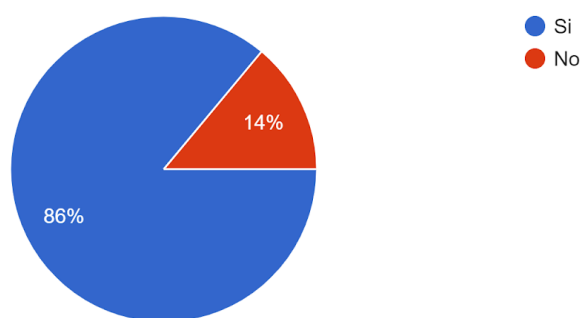


Figura 13. ¿Sabes quienes son los zoques

De 100 personas encuestadas el 86% dieron una respuesta positiva ante la interrogante ¿Sabes quienes son los zoques? ; Y el 14% restante desconoce la cultura zoque, y no sabía que había municipios zoques en Chiapas.

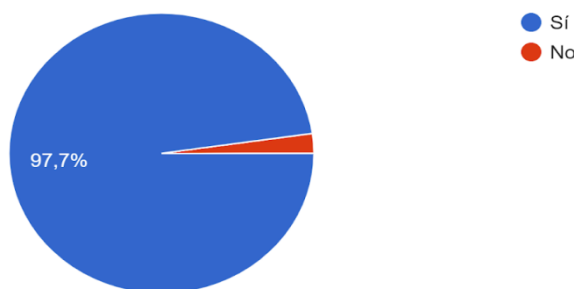


Figura 14. ¿Es de su agrado la cocina tradicional?

De 100 personas encuestadas se obtuvo un 97.7 % de respuestas positivas ante la pregunta ¿Es de su agrado a cocina tradicional?, un 3.3% dio negativo a esta cuestión, lo que da hecho que por lo menos una a dos veces por mes comemos platillos de la cocina tradicional; lo cual es importante pues el objetivo del proyecto de investigación es la difusión de la cocina tradicional en especial la cocina zoque para con ello motivar al turista visitar los municipios zoques, y

probar de la cocina de los mismos para con ello aumentar el número de visitantes a estos emblemáticos sitios de la cultura zoque.

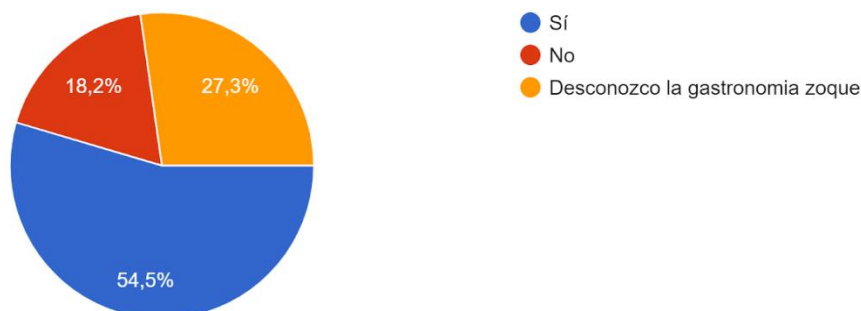


Figura 15. ¿Has degustado algún platillo tradicional de origen zoque?

Ante la siguiente pregunta se tuvieron tres opciones de respuesta, en las cuales 27.3% desconoce por completo la cocina tradicional zoque, 18.2% conoce pero no ha degustado y 54.5% de 100% si ha probado de esta gastronomía étnica.

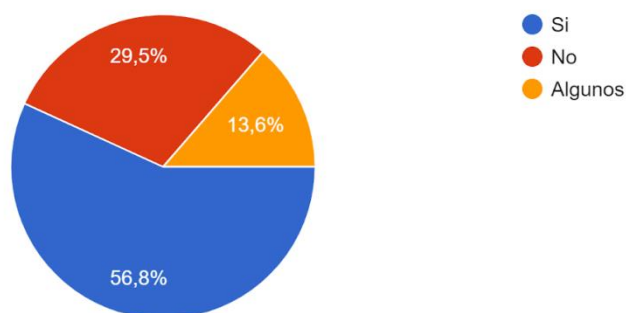


Figura 16. ¿Ha visitado algún municipio de los que se enlistan a continuación? Copoya, Jobo, Chicoasén, San Fernando, Copainala.

En un 100% de personas encuestadas 58.8% conocen los municipios que son objeto de estudio en la investigación 29.5% no han visitado ninguno y 13.6% solo un par de ellos.

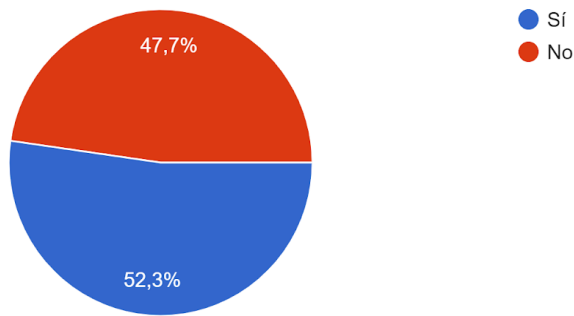


Figura 17. ¿Sabías que forman parte de la ruta zoque en Chiapas?

La población chiapaneca en la actualidad conoce muy poco sobre la riqueza de los municipios y desconoce a las etnias que en ellos se desarrollan. De 100 personas entrevistadas 52.3% dieron una respuesta positiva, y es alarmante ver que el nivel de respuesta negativo también fue alto 47.7%.

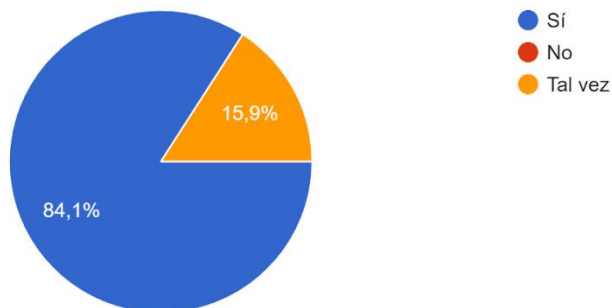


Figura 18. ¿Te gustaría conocer la gastronomía y cultura zoque?

Aunque se desconoce mucho de los zoques, se puede ver reflejado el interés por saber quiénes fueron y siguen siendo en la actualidad y que es lo que tienen para ofrecer. El 84.1% de la población encuestada dio una respuesta positiva y el 15.9% respondió que tal vez sería de su agrado.

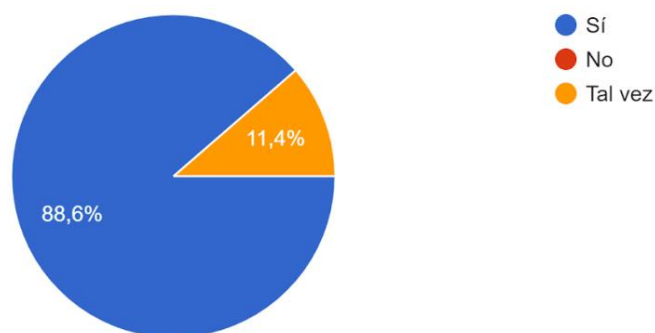


Figura 19. ¿Visitarías estos pueblos zoques; si se te proporcionara una guía con la información más relevante de cada uno de ellos?

De 100 personas encuestadas 88.6% respondió que si visitaría estos pueblos si tuviera información de apoyo sobre cómo llegar y que hacer en cada uno de estos pueblos; y el 11.4 dijo que tal vez lo haría.

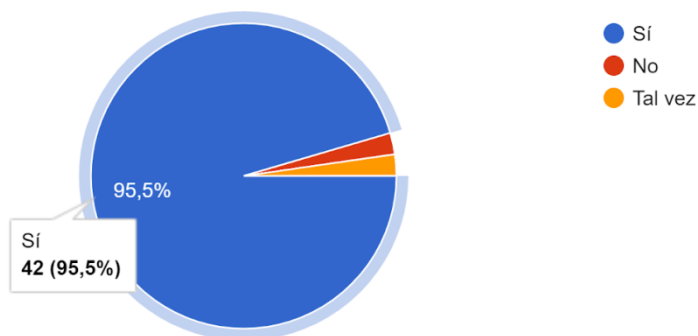


Figura 20. ¿Consideras que una guía gastro-turística sería útil para la difusión de la cultura zoque; y ayudaría a la afluencia de futuros visitantes a estos pueblos?

Midiendo el grado de aceptabilidad lo que las personas opinaron acerca de la utilidad de este proyecto se obtuvieron los siguientes porcentajes de 100% el 95.5% respondió de manera positiva indicando que si sería de gran ayuda este proyecto para la visita de los pueblos zoques para conocer de su gastronomía, el 2.3% respondió que tal vez lo seria y el porcentaje restante de la población opino que no.

En el siguiente apartado se presenta el resultado de todo el proceso de investigación denominado “Cocina y producto zoque como propuesta de Turismo Gastronómico” se desarrolla el objetivo principal, el cual es la elaboración de una guía gastro-turística para su difusión. El anexo que se aprecia a continuación es una de las dos versiones que esta guía tendrá, ya que esta sea más práctica y didáctica para el turista gastronómico quien podrá transportarla de un lugar a otro e incluso poder llevarla en el bolsillo y hacer uso de ella cuando se adentre en la ruta zoque (este formato es un anexo a este documento debido al diseño de la impresión que cuenta con dimensiones de 66cm. de largo X 49 cm. De ancho). La cual cuenta con divisiones por cada uno de los apartados que se incluyen en esta guía, además de un mapa dinámico que ayudara al turista a ubicarse durante el recorrido, así como ayudarle a conocer que es lo que debe consumir al realizar su estancia en alguno de los municipios abordados en la ruta.

 IGLESIA SAN MIGUEL ARCANGEL
COPAINALA, CHIAPAS.



RUTA ZOQUE

GUIA GASTRO-TURISTICA

GASTRONOMÍA - FESTIVIDADES - TURISMO - PRODUCTOS

Facultad de ciencias de la Nutrición y Alimentos.

PRESENTACIÓN

Los zoques son un grupo étnico asentados en diferentes municipios del estado de Chiapas. La palabra zoque tiene el significado “hombres de palabra”.

la presente guía gastro-turística recorre cinco principales municipios zoques, la cual parte de la capital Tuxtla Gutiérrez, seguido de los municipios colindantes de este, recorriendo municipios del norte al sur de la capital. La etnia zoque es muy rica en costumbres, tradiciones y por supuesto la gastronomía, ya que cada municipio cuenta con una amplia variedad de festividades de igual manera cuentan con algún tipo de producto originario de la localidad y que producen cierta temporada del año dando como resultado platillos tradicionales de la región.

PROPOSITO

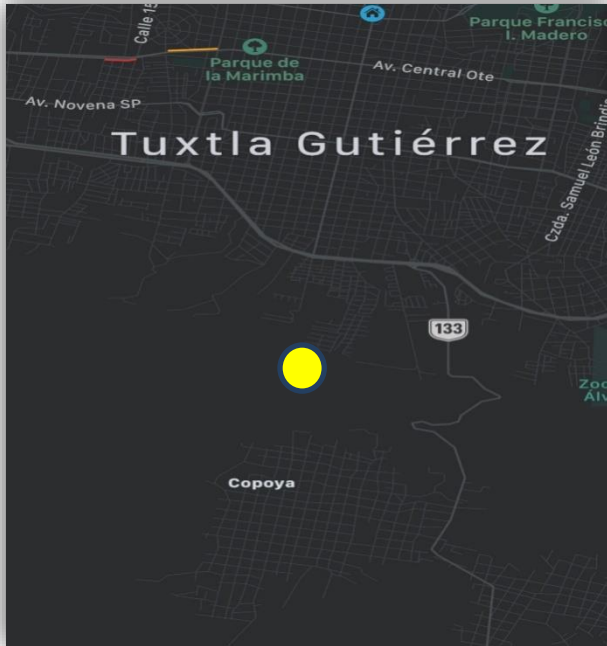
El propósito de la elaboración de esta guía es documentar las tradiciones, costumbres y gastronomía que recalca a los cinco principales municipios zoques que hay en el estado, con el fin de poder brindar información a visitantes locales, nacionales e internacionales que nos visiten y así poder enriquecer y difundir la cultura zoque y su patrimonio gastronómico.

BIENVENIDOS A LA RUTA ZOQUE

El recorrido partirá del municipio el jobo ubicado al sur de la capital, seguido de Copoya, Tuxtla Gutiérrez, san Fernando, Chicoasén y finalizando con Copainalá Chiapas.



JOBO- COPOYA



Sobre el libramiento sur oriente de la capital Tuxtla Gutiérrez, se toma el desvío hacia la carretera Villaflores, aproximadamente a 3 kilómetros se encuentra un desvío hacia el ejido de Copoya, seguido de la misma carretera encontramos el pueblo de El Jobo una pintoresca localidad rural del municipio de Tuxtla Gutiérrez, en donde todavía se conservan parte de las tradiciones y costumbres zoques.

Copoya “Ciudad mural” en 2017, tierra zoque que alberga gran arraigo de la etnia.



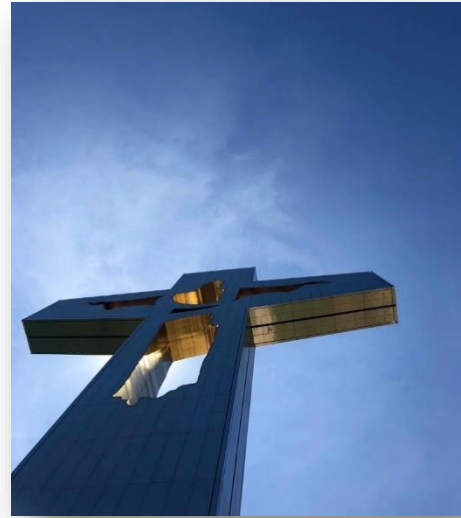
ATRATIVOS TURISTICOS



IGLESIA DE LAS VÍRGENES DE COPOYA

La celebración de las Vírgenes de Copoya es una tradición que data del periodo colonial de Chiapas, introducida por la iglesia católica a través de sacerdotes predicadores.

La bajada de las vírgenes de Copoya es una tradición reconocida a nivel nacional con mayor duración, pues el ritual se completa en más de 60 días, trayendo consigo actividades realizadas por los pobladores del lugar, realizando comidas tradicionales por las comideras con mayor antigüedad, bailes



CRISTO DE COPOYA O CRISTO DEL CERRO DE MACTUMATZA.

Es una de las esculturas contemporáneas más representativas del Municipio.



IGLESIA DE LA VIRGEN DE LA ASUNCIÓN

TRADICIONES Y ACTIVIDADES



FESTIVIDAD DE LA BAJADA Y SUBIDA DE LAS VÍRGENES DE COPOYA

(14 de octubre – 23 de octubre).



FIESTA DE LA VIRGEN DE CANDELARIA

(24 de Enero - 2 de Febrero)



ELABORACIÓN DE RAMILLETES

Este tipo de adorno es elaborado a mano con hojas y flores naturales, lo cual son recolectadas en los cerros que rodean el municipio.



VENTA DE DULCES TRADICIONALES DÍAS DOMINGOS EN LA PLAZA PRINCIPAL

GASTRONOMÍA TRADICIONAL



NINGUIJUTI

Platillo elaborado con carne de cerdo y acompañado a base de un molito elaborado de chiles secos, tomate y masa.



HONGO MONI CON CERDO

Este platillo suele elaborarse en tiempos de lluvia ya que el Hongo Moni es un producto local de temporada, este Hongo es originario de municipio de Copoya, las comideras suelen prepararlos con carne de cerdo y un recado a base de chiles secos y masa.



HUACASISCALDÚ

Plato elaborado con piezas de guajolote, acompañado de repollo, cebollines y algunas verduras cosechadas por los habitantes. Esta comida suele darse principalmente en festividades de la iglesia.



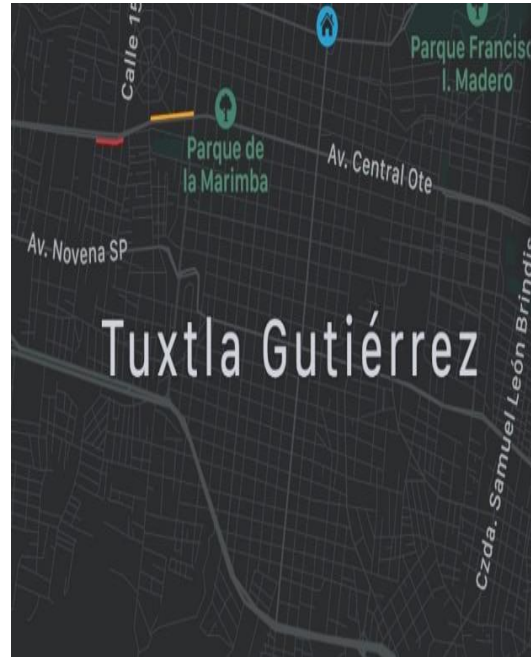
ZISPOLÁ

Caldo elaborado a base de carne de res, garbanzo, repollo y diversas verduras, de igual manera que el Huacasiscaldú es un plato que suele darse en festividades de la iglesia.

TUXTLA GUTIERREZ

El municipio de Tuxtla Gutiérrez colinda al norte con Usumacinta y Chiapa de corzo, al sur con Ocozocoautla de espinosa y al oeste con Berriozábal y Ocozocoautla de espinosa.

Alrededor del siglo VI los indios zoques fundaron la primera localidad bajo el nombre de "coyatoc", que significa: "casa o tierra de conejos" debido a la abundancia de este animal en la región.



El 11 de Agosto de 1892 se definió totalmente como capital del estado de Chiapas.

ATRATIVOS TURISTICOS



IGLESIA DE SAN MARCOS

La Catedral de San Marcos es un ex-monasterio. El edificio anteriormente era el templo de un convento dominico, y ha sido remodelado en varias ocasiones



PARQUE DE LA MARIMBA

Lugar recreativo y familiar, que tiene como fin dar a conocer la música que representa a Chiapas, la marimba. Frente al mismo podemos encontrar un museo alusivo al parque, ahí podrás encontrar diversos tipos de marimbas, desde su fabricación hasta el producto final.



MUSEO DE LA CIUDAD

Es un espacio cultural que busca difundir las costumbres, las tradiciones de la capital Tuxtleca. Con la finalidad de presentar las diversas manifestaciones culturales y el desarrollo histórico de la ciudad desde su fundación hasta la actualidad.



MUSEO DEL CAFÉ

El objetivo del museo busca fomentar la recuperación de la cultura cafetalera de la entidad, y por ende estimular el consumo del café chiapaneco.



ZOOLÓGICO MIGUEL ÁLVAREZ DEL TORO

Fundado por Eliseo Palacios, para el estudio y conservación de la fauna regional. Las especies ahí exhibidas son ejemplares de la fauna regional y en peligro de extinción.

TRADICIONES Y ACTIVIDADES



FESTIVIDAD DE SAN MARCOS

Esta feria es en honor al santo patrono católico se celebra con eventos culturales, feria popular que resalta costumbres tradicionales, como procesiones nocturnas de ofrendas formadas de hojas, frutas, dulces, panes, flores y coloridos papeles.



CARNAVAL TUXTLECO



FESTIVIDAD DE SAN ROQUE

Se sabe que en este barrio aún se conservan tradiciones de la cultura zoque, como su danza, comida e indumentaria, por lo que cada año en el mes de agosto las calles se llenan de alegría y tradición con la tradicional Feria de San Roque. Es el único barrio que tiene a dos patronos, San Roque y San Bartolomé.

GASTRONOMÍA TRADICIONAL



COCHITO HORNEADO.

Este platillo se elabora a base de un recado de chile secos, vinagre, jugo de naranja y especias, para posteriormente se horneado en horno de barro con los tozos de carne de cerdo. Suele ser acompañado de arroz, ensalada o hechos tacos.



CHIPILÍN CON BOLITA

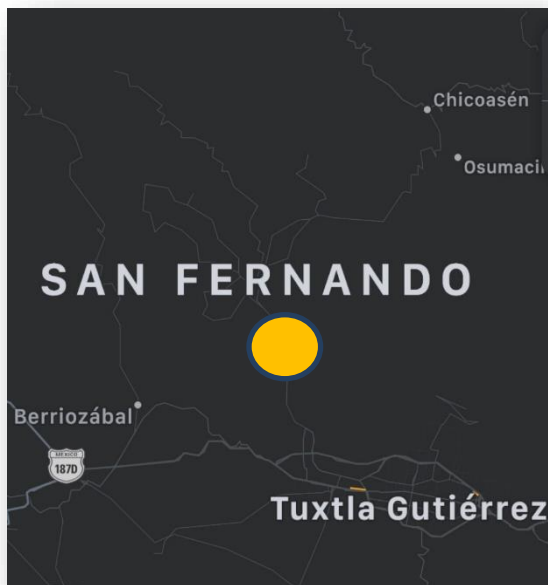
Este platillo es elaborado con bolitas de masa y una hoja originaria de Chiapas llamada chipilín, esta bolita suele ser rellena de queso fresco para después ser frita y posteriormente ser añadida como acompañamiento junto con granos de elote a la sopa.



CALDO DE SHUTI

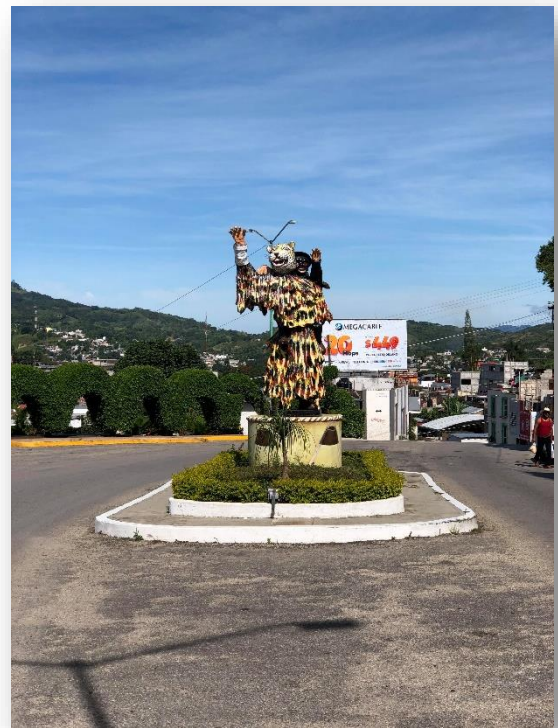
El principal ingrediente de este platillo es el caracol de río, elaborado con algunas especias. Suele comerse en temporada de cuaresma.

SAN FERNANDO



Colinda al norte con los municipios de Copainalá y Chicoasén; al este con los municipios de Chicoasén, Osumacinta y Tuxtla Gutiérrez; al sur con los municipios de Tuxtla Gutiérrez y Berriozábal; al oeste con los municipios de Berriozábal y Copainalá.

Gran importancia tiene san Fernando la celebración del carnaval, protagonizado por personajes enmascarados como los gigantes, el tigre y el monito



ATRACTIVOS TURISTICOS

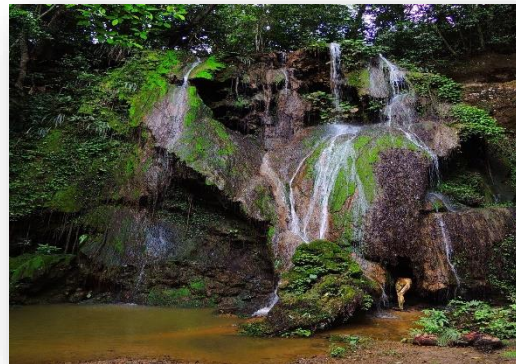


IGLESIA DE SAN FERNANDO

Los habitantes del municipio de San Fernando celebran durante el mes de mayo al patrono de su pueblo, con gran algarabía zoque, concluyendo los festejos el 30 de mayo, trayendo consigo actividades como bailes que representan su pueblo, bebidas y platillos tradicionales.



CENTRO DE SAN FERNANDO



TZIMBAC PARQUE ECOTURÍSTICO

Lugar ubicado en una espesa selva mediana con gran flora y fauna, dentro del lugar puedes observar aves de la localidad.

TRADICIONES Y ACTIVIDADES



FIESTA DE CARNAVAL Y VIRGEN DE LA CANDELARIA.

El día 2 de Febrero se festeja el día de la virgen de la candelaria, fecha de gran importancia para los zoques, da inicio el día 30 de enero para así culminar la festividad con el carnaval, ritual que hacen los habitantes hacia los dioses para tener lluvia y buenas cosechas.



FESTIVIDAD DE SAN FERNANDO

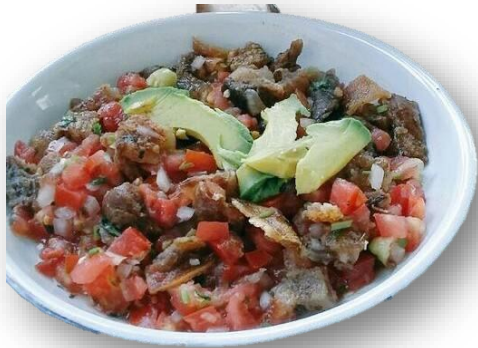
El día 30 de Mayo da inicio a la festividad de “san Fernando” patrono de la localidad con el mismo nombre, los habitante católicos viven esta celebración con bailes, comida tradicional, elaboración de ramilletes con hojas y flores naturales de la región, estos ramilletes se elaboran en todas la comunidades zoques

GASTRONOMÍA TRADICIONAL



FRIJOLES CON CHICHARRÓN

Platillo elaborado con frijoles frescos de la misma cosecha que tienen los pobladores, esta semilla es un alimento primordial en cada una de las familias, el platillo es cocido con trozos de chicharrón y epazote.



CARRACA DE CERDO

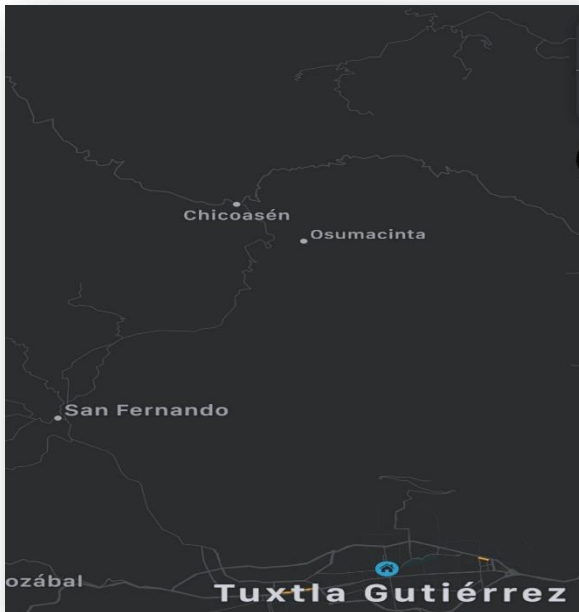
Elaborado de la cabeza del cerdo y partes de su cuerpo, acompañado de una ensalada pico de gallo y limón.



PESCADO BALDADO

Este platillo tradicional es el personaje principal en tiempo de cuaresma ya que los habitantes de este municipio lo consumen por lo cual es una tradición que se respeta dentro de la religión católica, suelen comerlo baldado y acompañado con arroz, frijol u hojas verdes que son cosechadas por ellos.

CHICOASÉN



El municipio de Chicoasén Colinda al norte con Copainalá, Coapilla y Bochil; al este de Bochil y Soyaló; al sur con Soyaló, Osumacinta y San Fernando.

En el tiempo prehispánico el pueblo denominaba chicoasentepek, palabra náhuatl que significa “seis lugares o cerros”. A este respecto, se cuenta que el tributo se daban a los habitantes de Chicoasén a los aztecas eran seis huevos de pájaro turquesa. El pueblo es de origen nahua y zoque.



ATRATIVOS TURISTICO



RIO PIEDRA CUACHI



RIO DE CHICOASÉN



IGLESIA DEL SEÑOR DEL POZO

Iglesia representativa del municipio, de bajo de esta iglesia pasa el rio principal “rio Chicoasén”

TRADICIONES Y ACTIVIDADES



IGLESIA DEL SEÑOR DEL POZO

Festividad realizada del 10 al 24 de Marzo por los habitantes de la localidad, llevando a cabo bailes, elaboración de ramilletes, comidas y bebidas tradicionales.



IGLESIA DE LA VIRGEN DE GUADALUPE

Festividad realizada el día 12 de diciembre, llevando a cabo la elaboración de ramilletes, vistas de peregrinos de otros municipios, elaboración de comida tradicionales por comideras de la localidad.

GASTRONOMÍA TRADICIONAL



IGUANA ASADA

Debido a que Chicoasén es un lugar rodeado de montañas y atravesado por un río, se da con facilidad este animal, lo cual para los habitantes es muy común consumirlo, suelen acompañarlo de arroz, frijol o ensaladas de hojas verdes.



TORTILLA DE ELOTE

Elaborado con granos de elote tierno triturados, harina. Un alimento que los habitantes suelen acompañarlo con café de la olla o queso fresco por las mañanas o tardes.



CALDO DE PESCADO

Este platillo está elaborado por especias, tomate y pescado fresco ya limpio y troceado. Los habitantes suelen comer el pescado de diversas maneras como asado, en caldo o frito.

COPAINALÁ



Ubicado al este Coapilla; al noreste Ocoatepec; al norte Francisco León; al oeste Tecpatán; al sur San Fernando; al sureste Chicoasén, y al suroeste Berriozábal

Se sabe que Copainalá es un municipio de profunda cultura zoque y que en la época de la Colonia fue evangelizado por los misioneros dominicos, quienes construyeron la iglesia de San Vicente Ferrer, de gran valor artístico.



ATRATIVOS TURISTICOS



IGLESIA DE SAN MIGUEL ARCÁNGEL

Legado por los dominicos de esta región, esta iglesia al igual que el convento fue construida por misioneros en la segunda mitad del siglo XV por lo cual es considerado los principales monumentos coloniales del municipio.



CONVENTO DE SAN MIGUEL ARCÁNGEL



IGLESIA DE SANTA ANA



CASA DE LA CULTURA

Fundada el 15 de agosto de 1991, actualmente imparten clases de tejido, danza, música y pintura. Al mismo tiempo que se ocupa para conferencias,



PLAZA PRINCIPAL



MUSEO COMUNITARIO

El museo fue fundado el 30 de octubre de 1994, dedicado a danzas tradicionales de la localidad, al mismo tiempo que se encuentra una exhibición de piezas arqueológicas y utensilios utilizados en la



RIO ZACALAPA

Este río atraviesa el municipio que conecta al río Grijalva

TRADICIONES Y ACTIVIDADES



RECORRIDO DE POTIS

Personas disfrazadas que recorren todas las iglesias de Copainalá dentro de las festividades de cada una de las iglesias que hay en el municipio.

BAILE WEYA WEYA

Baile donde participan los habitantes del municipio antes de semana santa y anuncio del carnaval zoque.



GASTRONOMÍA TRADICIONAL



PIMBU

Platillo tradicional del municipio basado en la agricultura de los primeros pobladores de esta tierra. se elabora a base de elote y chipilín y al servirlo es posible acompañarlo con crema,



FRIJOL CON HIERBA SANTA

Granos de frijol cocido con sal y hojas de hierba santa.



TZATA

Se elabora a base fríjol y guineo (plátano) verde. La palabra tzata significa fríjol con guineo.

TAMALES ZOQUES



HOJA DE MILPA

Tamal elaborado a base de carne curtida con limón y un recado rojo de chiles secos.



PICTE

Tamal elaborado con granos de elote tierno, este es un tamal dulce.



CHIPILIN

Tamal elaborado con hojas frescas de chipilín, algunos suelen ser rellenos de queso fresco o pollo deshebrado.



CAMBRAY

Tamal relleno de verduras picadas en cubos pequeños, recado de chiles secos y jitomate, suelen rellenarse



CHUCUNUC

Tamal elaborado con hojas de Chucunuc, este tamal solo es por temporada debido a que las flores solo se dan en cierta estación del año



TORO PINTO

Tamal elaborado con granos de frijol fresco, también conocido como tamal de frijol tierno.



HOJA SANTA

Tamal relleno de frijol molido y envuelto en hoja santa, esta hoja suele ser de olor fuerte lo cual le da un sabor y olor agradable.



BOLA

Tamal elaborado con un recado de chiles secos y especias, relleno de un trozo de carne de cerdo.



HOJA O MOLE

Tamal elaborado a base de mole negro, pasas, hueco, aceitunas, plátano frito y carne de cerdo deshebrada.

DULCES TRADICIONALES



DULCE DE GARBANZO

Este dulce suele elaborarse en tiempos de cuaresma, es elaborada con panela.



HIGO EN DULCE

Fruta de temporada cocida en panela, esta fruta suele darse en tiempo de verano



CURTIDOS DE NANCE O JOCOTE

La fruta es curtida con aguardiente y panela



COCADAS

Las cocadas son elaboradas con coco tierno rallado y azúcar.



GAZNATES

Dulce tradicional de forma cilíndrica, elaborado con una masa de harina de trigo, posteriormente frita y rellanado

BEBIDAS ZOQUES



POZOL DE CACAO

Maíz nixtamalizado con cacao en pasta, se acompaña con mango y cacahuates.



TASCALATE

Bebida elaborada de maíz, achiote y canela.



PINOLE

Bebida hecha con maíz, chocolate y canela, todos los ingredientes son tostados y procesados hasta formar el polvo, con el que se elabora esta bebida



ATOL AGRIO

Bebida elaborada a base de maíz fermentado

PRODUCTOS DE TEMPORADA



CHINCUYA

Esta fruta se da en el mes de octubre y noviembre.



GUINEO CORTITO

Esta fruta se da únicamente en el municipio de Copainalá en el mes de septiembre, y recolectado en los cerros que rodean el municipio.



HONGO MONÍ

Este tipo de hongo se da exclusivamente en el municipio de Copoya- Jobo en el mes de octubre.



JOBO

Esta fruta se da principalmente en el municipio del Jobo haciendo representación de esta localidad.



CHILE CHIMBOROTE

Únicamente se cultiva en el municipio de Copoya.

CONCLUSIONES

Esta etnia ha sido una de las que ha sufrido cambios considerables desde la llegada de los españoles a sus distintos asentamientos (Chiapas, Oaxaca, Tabasco), esta conquista abriendo paso a una fusión gastronómica dando pie al empleo de nuevos ingredientes, utensilios y métodos de cocción a la gastronomía tradicional zoque.

Con la realización de este trabajo se concluye en que actualmente la cultura zoque se encuentra en un momento de decadencia, debido a la desinformación y desinterés de las nuevas generaciones por conocer de sus raíces zoques.

De acuerdo con el objetivo de la investigación, al recopilar información sobre aspectos que son determinantes para el turismo gastronómico para la elaboración de la guía; se puede argumentar cuán importante es la documentación de cada uno de ellos ya que es de gran importancia conocer y conservar la riqueza gastronómica que guardan los pueblos zoques; para su preservación y difusión.

Los municipios zoques mencionados en esta investigación (Tuxtla Gutiérrez, Copoya- Jobo, San Fernando, Chicoasén, Copainalá) son poblados que cuentan con gran diversidad gastronómica y turística para ser destinos populares entre los turistas que arriban al estado ya que cuentan con mercados llenos de nuevos sabores como es el ejemplo de Copainalá que produce en sus serranías una especie de plátano que es el principal ingrediente de uno de sus platos más representativos, o Copoya en la que la recolección de los hongos moni es toda una travesía y sirve para adentrarse en la naturaleza de su cerros desde donde se observa toda la ciudad. Los zoques han sido grandes agricultores desde sus primeros asentamientos y es de sus principales actividades hasta ahora, entre sus principales ingredientes se encuentran el maíz, chile, calabaza, cacao, café, quelites y carne de animales de traspatio (aves, puerco, res, conejos) y animales de caza como codornices e iguanas.

Aunque solo la capital Chiapaneca sea una ciudad para hacer una estancia, los otros municipios si son aptos para la realización de turismo gastronómico, actividad que se realiza con el principal objetivo de viajar para experimentar y conocer determinados tipos de comidas y bebidas particulares de la región, para conocer las especialidades gastronómicas, ingredientes e incluso para aprender a prepararlos y descubrir nuevas sensaciones y experiencias culinarias.

PROPUESTAS Y/O RECOMENDACIONES

Buscar el apoyo para la reproducción y difusión de trabajos de investigación sobre gastronomía zoque de Chiapas para que esta sea reconocida a nivel nacional, y sea más práctica para el visitante poder llegar al destino deseado, y de igual manera con el objetivo de llegar al público joven para que conozcan y vivan de esta tradición gastronómica.

Así como dar a conocer a los distintos programas de preservación de los recursos naturales que hay grandes paisajes en la ruta zoque que están quedando en abandono, para poder reactivar su mantenimiento y así ofrecer mejores destinos a futuros turistas.

Se sugiere continuar con el estudio de la gastronomía zoque, ya que es de gran importancia conocer, documentar y difundir la riqueza de estos pueblos. Así como apoyar a los negocios locales que ofertan la cocina tradicional como principal protagonista de sus menús, para con ello de igual manera hacer un mejor y mayor uso de los ingredientes zoques.

Solicitar a las dependencias encargadas de la parte de difusión cultural del estado, apoyo para el mantenimiento de las casas de cultura y museos que se encuentran en los municipios mencionados, ya que estas se encuentran en malas condiciones para ser visitados. Debido que estos son fuente de información para los turistas e incluso para los mismos pobladores del estado.

Apoyar e invitar a las cocineras tradicionales que aun habitan en cada uno de estos poblados zoques, para su participación en talleres sobre gastronomía y artesanía zoque para ofrecer más actividades a realizar dentro de esta ruta gastro-turística zoque.

ANEXOS



Universidad de Ciencias
y Artes de Chiapas

ANEXO 1

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y ARTES DE CHIAPAS

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA NUTRICION Y ALIEMTOS

LIC. EN GASTRONOMÍA



El objetivo de esta entrevista fue recaudar información de cocineras de origen zoque, para la elaboración de una guía gastronómica, del trabajo de investigación denominado: **“Cocina tradicional y producto zoque como propuesta de turismo gastronómico”**.

- NOMBRE DEL ENTREVISTADO:
- EDAD:
- LOCALIDAD:

PREGUNTAS:

1. ¿Qué platillo típico elabora con más frecuencia?
2. ¿Qué platillos suelen ser más usados dentro de sus festividades?
3. ¿Elaboran platillos con productos de temporada aparte de los que ya son más conocidos?
4. Siguiendo la pregunta anterior, ¿Existe alguna variante de los platillos cuando hay productos de temporada?
5. ¿Qué festividades son más importantes dentro de la comunidad zoque?
6. ¿Qué proceso se realiza para la elección de la comidera para una festividad?
7. ¿Antes de empezar alguna festividad realizan algún ritual previo a este?
8. ¿Cuál es el principal mercado de esta localidad y cuál es su ubicación?
9. ¿En el mercado se pueden adquirir productos que son cultivados o criados por los mismos dueños?
10. ¿Existe algún lugar representativo que debe ser promovido para futuros turistas que lleguen al estado?

11. ¿Dentro de la localidad se puede encontrar algún lugar donde los visitantes puedan degustar platillos tradicionales?
12. ¿Considera importante promover la cultura, platillos y productos a visitantes para la mejora económica de la localidad?

ANEXO 2

DIARIO DE CAMPO

* FECHA: _____

* LUGAR: _____

* HORA: _____

OBSERVACIONES	
PLATILLOS TIPICOS	
MERCADOS	
PRODUCTOS DE TEMPORADA	
LUGARES TURISTICOS	
FESTIVIDADES	

¿Considera que una guía gastro-turística, sería útil para la difusión de la cultura zoque; y ayudaría a la afluencia de futuros visitantes a estos pueblos?

Si

No

Tal vez

ANEXO 4

GLOSARIO ZOQUE

El siguiente glosario, describe terminología usada por los zoques de la región centro de Chiapas y colindancias (Tuxtla Gutiérrez, Copoya, Jobo, San Fernando, Chicoasén, Copainala). Dichas definiciones fueron recabadas mediante la aplicación de entrevistas a cocineras tradicionales en los lugares anteriormente mencionados.

Termino zoque	Definición
Frijol Botil	Grano de Frijol usado en la comúnmente en la cocina zoque (aunque también es popular en la cocina de los altos de Chiapas) para la elaboración de tamales y como guarnición de platos tradicionales; se puede encontrar en diferentes colores (negro, morado, pinto, bayo) este es uno de los granos mas grandes dentro de la variedad que existen, también llamado <i>acoyote</i> en otros estados del país.
Cocadas	Dulce tradicional chiapaneco; elaborado a base de coco rallado y un caramelo de piloncillo se puede encontrar de distintas formas, ya sea en forma circular o como pequeños bultos de esta mezcla. Se usan colores llamativos para pintarlas o se pueden apreciar en su color café que es el tono del caramelo usado para compactarlas.
Canané	Tamal zoque muy popular en las celebraciones de esta etnia, sustituto de las tortillas al comer algún platillo tradicional, a este tamal se le agrega frijol licuado directamente en la masa de maíz que es la base del mismo; envuelto en hojas de plátano asadas.
Café con tostadas	Este café es también conocido como café de maíz, la preparación de esta bebida empieza con dorar tortillas hasta que tomen la textura de tostadas, posterior a este se pondrá agua a hervir la cual será aromatizada con canela una vez realizado este proceso se agregan las tostadas; y está listo para ser consumido. Esta taza de café es popular en el pueblo zoque de Chicoasén y resulta saciante para la espera de el almuerzo o usado como la cena.
Chilacayote	Conocido también como <i>calabaza chilacayota</i> en otras partes del estado, es una perteneciente a la familia de la calabaza, en Chiapas esta es usada para la preparación de un dulce tradicional, similar a la de la calabaza con dulce o en tacha como también es conocido. Su apariencia es de

	forma ovalada o redonda, en la que se aprecia un tono verde y manchas blancas, su pulpa es de color blanco con semillas grandes de color café.
TzitzúnoChichón	Fruto de una palma, con forma similar a la de un coco pequeño la cual es asada para retirarle la piel y las posibles espinas que este podría contener, los zoques lo consumen con huevos revueltos o capeado con caldillo de tomate.
Chile chimborote	Chile tradicional de la región zoque, con similitud al chile habanero.
Chile mira pa' arriba	Chile tradicional chiapaneco, muy común en la comunidad zoque que cumple la función de ser el complemento ideal a la hora de la comida, ya se curtido como acompañante o seco en adobos. Este chile en apariencia tiene similitud con el chile blanco también tradicional en Chiapas, este chile debe su nombre a la manera en que crece en la mata en posición vertical mirando pa' arriba, su color va del verde cuando empieza su crecimiento, amarillo durante su maduración y rojo cuando está en su punto óptimo.
Cuchunuc	Esta flor es considerada un distintivo de la cultura zoque; nacida del árbol de <i>mataraton</i> (<i>las hojas de este árbol también tienen un uso medicinal</i>) este peculiar ingrediente crece en los meses de febrero y marzo. Es usada en tamales horneados o cocidos en vapor, con huevos revueltos, con caldillo de tomate e incluso se ha hecho participe de postres debido que se han realizado eventos para promover la innovación gastronómica usando la flor de cuchunuc.
Cupzi	Bebida tradicional en el carnaval copainalteco, al igual que durante el recorrido de el weya weya personaje emblemático de Copainala, el cual anuncia el inicio de la cuaresma. Esta bebida ancestral esta hecha a base de miel y agua ardiente, repartido a las personas que participan del recorrido, y continúan en la velada.
Hierba santa	De igual manera conocida como <i>juacane o momo</i> , la hierba santa es una hoja de diferentes tamaños, de color verde con un tronco delgado que atraviesa la hoja justo por la mitad; el arbusto en el que crece es de tamaño medio es una hoja muy aromática y con sabor particular herbáceo. Empleado en la elaboración de tamales, caldos y para aromatizar productos que serán horneados.
Huacasis – caldu	Tradicional caldo de res con garbanzos es muy común que sea

	consumido en las festividades de las vírgenes de candelaria.
Moni	Hongo de temporada de lluvias, recolectado en las montañas de los pueblos zoques; este hongo es el principal ingrediente de la receta “moni con puerco” que consta de espinazo o maciza de cerdo con un recado de tomate espesado con masa en el cual se agrega el moni, además es consumido en quesadillas, como acompañante de un caldillo de tomate o asado. Este se puede encontrar en diferentes tamaños, en color blanco, negro o naranja.
Patachete o Patashete	Frijol de grano grande y plano. Puede encontrarse en color blanco o pinto; popular en la elaboración de tamales o como una guarnición además de la tradicional receta zoque de Patashete con chicharrón.
Pepita	Semilla de la calabaza la cual es tostada y molida, para uso en recetas tradicionales, como tamales, recados e incluso consumida como botana (sin moler).
Pimbu	Variante zoque, de la tradicional receta de chipilín con bolitas. En este plato se licuan los granos de elote tierno con poquitas hojas de chipilín y esta mezcla se pone a hervir, para después de ello agregar más hojas de chipilín es sazonada con textura de crema y es servida con tortillas de maíz.
Putzatze	Platillo de origen zoque, elaborado a base de viseras de res y un recado de chile ancho, tomate, hígado de res y un poco de masa de maíz para espesar la preparación. El resto de las viseras es partido en cubos, para después ser fritos en manteca y mezclarlos con el recado.
Pigua	El consumo de este crustáceo es popular en los pueblos con ríos profundos cerca; como es el caso de la presa Chicoasén donde la pesca es una de las principales actividades económicas. Este crustáceo de río es consumido en caldo, aromatizado con hierba santa o juacane como es conocido por los zoques.
Shuti	Caracol de río, muy popular en la gastronomía zoque consumido ya sea en caldo o con recado elaborado con polvo de pepita de calabaza. Aunque actualmente también es servido como botana en algunos establecimientos del centro de la ciudad.
Tamal de cambray	Tradicional para rezos, festividades y en los mercados, elaborado con masa de maíz con un relleno de verduras y pollo; untado con mole para

	luego ser envuelto en hoja de plátano asada.
Tamal de hoja de milpa o agrio	Es conocido como tamal de hoja de milpa, porque es envuelto con esta hoja; o agrio por su sabor cítrico debido que su preparación empieza con curtir la carne de cerdo con abundante limón esta que esta este cosida. Además se elabora una salsa a base de tomates, jugo de limón y masa de maíz para espesar esta preparación y no sea tan líquida que pueda escurrirse a la hora de la envoltura tan peculiar con la que cuenta este tradicional tamal.
Zata	Conocido también como frijol con plátano, este plato para municipios como Copainala, marca el inicio de la cuaresma y representa una manera de guardar la abstinencia a la carne, además que es elaborada con guineo “cortito” el cual es autentico de la región, para lo que en la zona centro es elaborado con guineo de cochi. Esta receta puede ser realizada con frijol de castilla o frijol botil.
Zihumonte	Tipo de recado elaborado a base de chile guajillo y chimborote además de tomate y masa de maíz. Tradicionalmente usado para sazonar carne de conejo y hacer el autentico conejo en zihumonte.
Zispola	Autentico platillo zoque, es un caldo o cocido de res con repollo, verduras, achiote y otras especias. Esta comida tradicional al igual que huacasis caldu es popular en la celebración de santos y de igual manera usada como el desayuno o comida de los asistentes a las velaciones de difuntos.

ANEXO 5

MEMORIA FOTOGRÁFICA

Este apartado se ha dedicado a recordar y agradecer a las personas que nos brindaron su apoyo durante el desarrollo de la investigación, por transmitirnos sus conocimientos sobre la cultura zoque enfocado a sus tradiciones, gastronomía y su percepción de los cambios que esta ha sufrido a través del tiempo. Cabe mencionar que las fotografías que se encuentran en esta memoria son personas que otorgaron su consentimiento para ser fotografiadas.



RICARDA JIMENES, 59 AÑOS. COMIDERA COPOYA, CHIAPAS.



MARIA JIMENES, COMIDERA COPOYA, CHIAPAS.



SRA. ROSITA 81 AÑOS, COMIDERA COPOYA, CHIAPAS.



JACINTA NUÑEZ GARCIA 89 AÑOS, COMIDERA COPAINALA,
CHIAPAS.



FIDELIA JUÁREZ MENDOZA 86 AÑOS. COMIDERA CHICOASEN, CHIAPAS.



SRA. ROMELIA GARCIA 48 AÑOS, COMIDERA SAN FERNANDO, CHIAPAS.

REFERENCIAS DOCUMENTALES

- AYUNTAMIENTO DE SAN FERNANDO, Chiapas. 2017. Información general de San Fernando, Chiapas. San Fernando : s.n., 2017.
- ASCANIO, Alfredo. Teoría del Turismo. Primera edición. México DF. Ed. Trillas 2012. Pp 105, 106.
- ALEDO, Antonio. División del trabajo y organización social [en línea]. 2015 Disponible en: <http://bdigital.unal.edu.co/1308/3/02CAPI01.pdf>
- AMÉRICA, THE CULINARY INSTITUTE OF. 2011. The Professional chef. Cánada : s.n., 2011. 978-0-470-42135-2.
- BACALAR, D.E., ROO, Q., VÁZQUEZ, D.D.M., FABIOLA, C., DURÁN, C., RAMÍREZ, M., FLORIDA, L.A.P., INDÍGENA, G. y BAÑUELOS, D.J., 2017. Zoques de chiapas » tierras. ,
- BRAVO, Javier. “El valor del turismo gastronómico en el contexto mundial” I congreso Europeo de Turismo y la Gastronomía. 2010
- CABALLERO, Ana Laura. Recetas tradicionales zoques de Berriozabal, Tuxtla Gutierrez, San Fernando y Ocozocuaula. Trabajo de titulación (Licenciado en Gastronomía) Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas, Facultad de ciencias de la nutricion y alimentos, 2018.
- CASTRO, Jose Luis. Historia del Jobo [en línea]. 2013 Disponible en: <https://es.scribd.com/document/311664266/Historia-Del-Jobo>
- CARDENAS, Fabio. Proyectos turísticos: localización e inversión. 2008. México DF. Ed. Trillas
- CHIAPAS, S. de T. del E. de C., 2014. *Chiapas viaje culinario*. S.l.: s.n. ISBN 978 607 7528 35 7.
- CRUZ, Jhohana. Guía de turismo gastronómico de la ciudad de Teopisca, Chiapas. Trabajo de titulación (Licenciado en gastronomía) Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas, facultad en ciencias de la nutrición y alimentos, 2014. 93p
- CASTAÑON, Nayeli Gutiérrez. 2018. Los zoques de Berriozabal. Berriozabal, Enero 26, 2018.
- DEGUSTIS. 2016. El gran libro de los ingredientes. China :Gribaudo , 2016. 978-607-618-735-7.
- ENCICLOPEDIA DE CONCEPTOS. (2017). Obtenido de Equipo de Redacción de Concepto:

- <https://concepto.de/que-es-tradicion/>
- GARCÍA, Pelayo Ramón. 1964. Pequeño Larousse ilustrado. París : Larousse, 1964. 2-03-0205419.
- GISPERT, Carlos. 2002. Oceano Uno Color. Diccionario enciclopédico. Barcelona, España : MMII Oceano Grupo Editorial. S.A, 2002. 84-494-1548-9.
- HERNÁNDEZ, Ovando Ana Lucía. 2014. La gastronomía zoque en el folklore del carnaval Coiteco. Licenciatura en Gastronomía. Tuxtla Gutiérrez, Chiapas. : s.n., 2014.
- HERREJON, Carlos. Esbozo de algunos conceptos [en línea] 1994. Disponible en: <https://colmich.repositorioinstitucional.mx/jspui/bitstream/1016/291/1/HerrejonPeredoCarlosArt1994.pdf>
- HERNÁNDEZ, D. N. Sabores y Aromas de Chiapas. Recetario de Gastronomía Chiapaneca. (2011). Cuautitlán Izcalli: Logística Integral Empresarial S.A de C.V.
- HUARTE, Cuéllar Renato. 2012. NÓESIS.Revista de Ciencias Sociales y Humanidades. El concepto de "Tradicición" en la Filosofía de las Ciencias Sociales y Humanas. Ciudad Juárez : s.n., 2012. 0188-9834.
- INAFED, Enciclopedia de municipios y delegaciones de Mexico [en línea] 2000. Disponible en:<http://www.inafed.gob.mx/work/enciclopedia/EMM07chiapas/municipios/07101a.html>
- INAFED, Division Municipal de Chiapas [en línea] 2010. Disponible en: <http://www.inafed.gob.mx/work/enciclopedia/EMM07chiapas/municipios/municipios.html>.
- INEGI División municipal, Chiapas [en línea] 2015. Disponible en: http://cuentame.inegi.org.mx/monografias/informacion/chis/territorio/div_municipal.aspx?tema=me&e=07
- INPI. Atlas de los pueblos indígenas de México [en línea] 2018. Disponible en: http://atlas.cdi.gob.mx/?page_id=5413
- INAH. Mercados y tianguis de mesoamerica [en línea] 2017. Disponible en : <https://inah.gob.mx/boletines/591-los-mercados-y-tianguis-vigencia-mesoamericana>
- LOPEZ, Fabiola. Técnicas para la comercialización de la gastronomía zoque del municipio de Ocozocuaula, Chiapas. Trabajo de titulación (Licenciado en Turismo) Universidad Autónoma de Chiapas, facultad de contaduría y administración, 2018. 185 p.

MAYORGA, Francisco. M. (2000). Recetario Zoque de Chiapas . Ciudad de Mexico : Consejo Nacional para la Cultura y las Artes CONACULTA.

MAYORGA, F. M. Las cocinas de la tierra chiapaneca. (2016). Revista de la Universidad Autónoma de Chiapas. , 73-80

MUNICIPIOS DE MEXICO. [en línea] (2019). disponible en:<https://www.municipios.mx/chiapas/rayon/>

MUÑOZ, Zurita Ricardo (2000). Diccionario Enciclopédico de la Cocina Mexicana [en línea] disponible en: laroussecocina.mx/palabra/mercado/

RECINOS, A., 2003. *Popol Vub. Las antiguas historias del Quiché* [en línea]. S.l.: s.n. ISBN 9681603273. Disponible en:

<http://scholar.google.com/scholar?hl=en&btnG=Search&q=intitle:Las+antiguas+historias+de+Quiché+Traducción+,+introducción+y+notas+de+Adrián+Recinos#1>.

REPOSITORIO UNIVERSITARIO DIGITAL DEL INSTITUTO DE INVESTIGACIONES SOCIALES DE LA UNAM, Archivo fotográfico México indígena (zoques).(2016) Disponible en: <http://ru.iis.sociales.unam.mx:8080/jspui/handle/IIS/3883>

SANCHEZ, Silvia. LAZOS, Elena. 2010. Desde dónde y cómo se construye la identidad zoque: la visión presente en dos comunidades de Chiapas. Facultad de ciencias e instituto de investigaciones sociales UNAM.

SAMPIERI, H. R. (2003). Metodología de la Investigacion. México: Mcgraw-hill Interamericana.

SECRETARIA DE TURISMO .*Rutas zoques* . Tuxtla Gutierrez, Chiapas : Gobierno de Chiapas , 2004. ISBN: 9687299185.

SECRETARIA DE TURISMO. Copoya, Chiapas Ciudad Mural 2017. [en línea]. Disponible en: <https://turismo.tuxtla.gob.mx/Ciudad-mural-copoya>

SECRETARIA DE TURISMO. Glosario (sin fecha) [en línea]. Disponible en : <https://www.datatur.sectur.gob.mx/SitePages/Glosario.aspx>

SERRANO, Wendi. Chicoasen y su gastronomía adaptada a las nuevas tendencias. Trabajo de titulación.(Licenciado en gastronomía). Univerdad de Ciencias y Artes de Chiapas, facultad de ciencias de la nutrición y alimentos, 2017. 66p.

SEMINARIO, Mara; “Apuesta por la gastronomía como producto turístico”. Monasterio de Comercio Exterior y Turismo. 2011. Disponible en: <http://www.perumuchogusto.com>

SCIM, Unidad de microrregiones cédulas de información municipal (2013). [en línea] Disponible en:

<http://www.microrregiones.gob.mx/zap/datGenerales.aspx?entra=nacion&ent=07&mun=021>

TOLEDO, Nanguelú Alejandro de Jesús. 2010. La aplicación de Técnicas gastronómicas en platillos típicos zoqueselaborados con maíz en Tuxtla Gutierrez, Chiapas. Tuxtla Gutierrez Chiapas : s.n., 2010.

UNICH (Universidad intercultural de Chiapas) [en línea] 2011. Disponible en: www.unich.edu.mx/wp-content/uploads/2013/06/COPAINALA-2010.pdf

VILLATORO, H.M., [sin fecha]. del pacífico y el lado oeste del territorio chiapaneco , hasta el extremo. , pp. 75-98.

VILLATORO, H.M., [sin fecha]. del pacífico y el lado oeste del territorio chiapaneco , hasta el extremo. , pp. 75-98.

VILLA, Rojas, José M. Velasco Toro, Félix Báez Jore, Francisco Córdoba, Norman Dwight Thomas. Los zoques de Chiapas. México : Libros de México, S.A., 1975.

