

Bebidas tradicionales de los pueblos indígenas de México





**GOBIERNO DE
MÉXICO**



Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas

Lic. Adelfo Regino Montes

Director General del Instituto
Nacional de los Pueblos Indígenas

Dr. Juan Carlos Martínez Martínez

Coordinador General de Planeación,
Investigación y Evaluación

Mtra. Bertha Dimas Huacuz

Coordinadora General de Patrimonio
Cultural y Educación Indígena

José Luis Sarmiento Gutiérrez

Director de Comunicación Social

Bebidas tradicionales de los pueblos indígenas de México

Antrop. Víctor Manuel Rojo Leyva
Director de Investigación

Antrop. José Luis Reyes Utrera
Jefe de Departamento de Investigación

Lic. Silvia Luz González Márquez

ILUSTRACIONES

Ariadna Lisset Montes López

DISEÑO EDITORIAL

Fernanda Isabel Martínez González

COORDINACIÓN

Norberto Zamora Pérez

MÉXICO, 2022

Índice

Introducción	1
Atole	3
Balché	7
Bapu o atole espumoso	11
Charanda	16
Chocolate	21
Licores de frutas	30
Mezcal	35
Posh	42
Pozol	47
Pulque	51
Puzunque	60
Sende	65
Sotol	70
Tejate	75
Tepache	80
Tesguino	85
Vino del sahuaro	90

Introducción

En México existen más de sesenta pueblos indígenas diferentes entre sí, cada uno heredero y poseedor de una gran riqueza cultural, en los que es posible encontrar una peculiar organización social y religiosa, además de diversas prácticas productivas, conocimientos, fiestas y ceremonias, entre muchas otras tradiciones; pero, sin duda, entre las más notorias tenemos a la comida y las bebidas, ya que muestran la sabia utilización de los elementos que les proporciona su entorno.

Un aspecto para resaltar, es que las bebidas tradicionales no se limitan a acompañar una comida, sino que también desempeñan una determinada función en contextos ceremoniales. Sin embargo, a pesar de la importancia cultural de las bebidas tradicionales, son escasos los estudios publicados sobre el tema.

En la institución, a lo largo de sus diferentes etapas de trabajo, la recopilación, conocimiento, apoyo y difusión de la diversidad cultural han sido una de las tareas permanentes.

En el año 2011, desde la Dirección de Investigación, de la entonces Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas (CDI), se emprendió un trabajo de investigación documental y después la grabación de 20 cápsulas radiofónicas, que transmitió el Instituto Mexicano de la Radio (IMER), como una muestra de las bebidas tradicionales preparadas y consumidas entre diferentes pueblos y regiones indígenas del país.

El objetivo de este espacio es reproducir algunos escritos que se derivaron de ese trabajo de investigación, en los que se describen, a grandes rasgos, las características de los pueblos que las consumen, el significado que para ellos tienen y las formas de preparación.

En este sentido, la relevancia de las bebidas tradicionales que se reseñan se encuentra, no sólo en su valor nutricional en muchos de los casos, sino en aspectos como su significación histórica por sus raíces prehispánicas, también en su importancia en el marco de las celebraciones religiosas tradicionales y su relación con formas de organización locales, como en las redes de intercambio ceremonial.

Un caso es el del tesgüino, que entre los tarahumaras tiene simbolismo en su preparación y consumo, y guarda una relación con el patrimonio biocultural que implica el conocimiento de las plantas y frutos del entorno natural; asimismo sucede con el vino del sahuaro que los pápagos, vinculan con lo sagrado.

En cada una de estas bebidas tradicionales resalta el cúmulo de conocimientos tanto de los ingredientes como de la preparación y también de su propagación, ya que incluso, actualmente, se comercializan en mercados y tianguis de centros urbanos, como el tejate en Oaxaca o el pozol en Tabasco, que son ampliamente consumidos por población indígena y no indígena; en cambio, no es suficientemente conocido el hecho de que el cacao, base para preparar el tejate, fue utilizado desde la época prehispánica y luego en la Colonia llevado y adoptado en Europa en su forma de chocolate, y en nuestro tiempo es conocido y utilizado globalmente; o el mezcal, producido por diferentes pueblos indígenas y que es una bebida que se encuentra en el mercado mundial.

Con la difusión de este material se cumple con uno de los objetivos del Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas (INPI), que es el de “adoptar las medidas para preservar, difundir, investigar, documentar y revitalizar las culturas, lenguas, valores, saberes, tecnologías y demás expresiones que conforman el patrimonio cultural tangible e intangible y biocultural [...]”, como se expresa en el Programa Nacional de los Pueblos Indígenas 2018-2024.

Finalmente, por tratarse de un tema que nos permite apreciar la diversidad de los pueblos indígenas de México, para el INPI es de gran importancia difundirlo, para contribuir a su valoración y conservación, tomando en cuenta que en algunos casos se trata de saberes que están en riesgo de desaparición, puesto que se encuentran en manos de algunas personas de mayor edad y, en general, por los vínculos que se encuentran entre las bebidas tradicionales con diversos aspectos de la cultura de los pueblos indígenas y que forman parte de su identidad.

Atole

“Con la que entienda de atole, escoba y metate, con ella, cástate”.

El atole, nos remonta a nuestra infancia como parte del desayuno, acompañante de los tamales en las fiestas, alivio al cuerpo en las noches frías de invierno, en fin. Pretextos para consumir el atole no hacen falta, porque además de riquísimo, es muy nutritivo. Sin embargo, hay cosas de esta bebida que le dan un significado peculiar.

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

Tradicionalmente, el atole, se endulza con piloncillo, azúcar o miel. Aunque originalmente se elaboraba sólo a base de maíz, ahora también se preparan deliciosos atoles con harina de arroz o harina de trigo e igualmente puede prepararse con leche en lugar de agua.

El sabor depende de la región pues según las frutas y semillas de la zona será lo que se le agregue para darle variedad y volverlo más nutritivo. Por ejemplo, en el norte del país los indígenas pai pai preparan un atole de avellana; en Michoacán, entre sus variedades, hay una que hacen con zarzamora silvestre, en la Ciudad de México conocemos, el atole de chocolate, el atole blanco, que es la base de todos, hecho con nixtamal, sin azúcar u otros saborizantes.



En Tarécuato, Michoacán; se celebra la Feria del Atole, la noche del sábado anterior al Domingo de Ramos, al inicio de las festividades de Semana Santa. La feria tiene lugar cada año, permitiendo la difusión de costumbres de la región. Así, en la plaza central del pueblo se instalan señoras con sus ollas de barro y ofrecen a los visitantes una gran variedad de atoles, que van desde los sabores clásicos hasta los exóticos, y de los dulces a los salados. De esta forma, se puede degustar el atole “tokeri”, con granos de elote y salsa de chile; el picosito de “nurite”, una planta que los indígenas recomiendan para la fertilidad de la pareja, con su chilacayote cocido, el “xarikata” de maíz fermentado y salsa de chile guajillo, entre muchos otros.

El pueblo indígena que se asienta, tanto en Tarécuato, como en esta zona de Michoacán, son los P’urhépechas, quienes han dado diversos usos al atole, considerando su preparación como un elemento fundamental que las mujeres deben saber para garantizar la estabilidad del matrimonio; e inclusive, se dice, para no ser regresadas a la casa de sus padres. De este modo, el atole, está presente como alimento para la mujer que acaba de dar a luz, en los velorios, bautizos, y en las bodas.

Para prepararlo se necesitan:

- 2 litros de aguamiel
- 2 rajitas de canela
- 250 gramos de moras
- ½ kilo de masa de maíz
- 150 gramos de piloncillo.

En una olla de barro se hierve el aguamiel con canela. Las moras se muelen y se cuelan antes de vaciarlas a la olla. Una vez que suelte el hervor, se disuelve la masa en un poco de agua caliente y se cuele para echarla a la olla, dejando hervir 5 minutos. Se agrega el piloncillo y se deja hervir 30 minutos más, sin dejar de mover hasta que el atole tome su consistencia espesa.



Balché

Bebida del sur del país, de la cultura maya. El balché es un árbol que llega a crecer hasta unos 10 metros de altura y que se encuentra en las selvas del sureste mexicano. Del éste se obtiene la bebida que lleva el mismo nombre y que ha sido indispensable en la vida ritual de diferentes pueblos mayenses entre los que se encuentran los propios mayas y los lacandones.

Balché significa, en maya, “árbol oculto”, parece indicar que es parte de un conocimiento esotérico y que solo en una época relativamente reciente, fue conocido por los no indígenas. Hay quienes consideran al balché una bebida con características mágicas, es decir, que tiene los atributos de un componente esencial y poderoso en prácticas rituales propiciatorias de estos pueblos.

Los lacandones son otro grupo que consume el balché, el término “lacandones” alude a todos los indígenas rebeldes que habitaban la selva durante el periodo colonial. Los miembros de este pueblo, que es más conocido como lacandón, se autodenominan hach winik, que significa “verdaderos hombres”, y son hablantes de una variante del maya yucateco.

El pueblo hach winik se distingue por su indumentaria vestimenta que consiste en una túnica que les cae hasta la altura de los tobillos, así como por el uso del cabello largo, tanto por hombres como por mujeres, que simplemente les cae hacia los lados.

Se organizan en grupos familiares donde la autoridad es el varón y, algunos de ellos, practican la poligamia como un fundamento adicional de prestigio y estatus. Para los hach winik vi-



vir en la selva representa la necesidad de mantenerse en alerta constante, para vigilar la seguridad de sí mismos y de sus animales, alimentando constantemente con leña el fogón de la casa, e incluso, practicando rezos consagrados a sus dioses.

La selva representa para este pueblo, un vasto cúmulo de recursos naturales que han sabido aprovechar de manera íntegra y equilibrada, encontrando medios para satisfacer cada una de sus necesidades materiales, por lo que le tienen gran respeto.

Para elaborar el balché se utilizan cuatro trozos de corteza de árbol balché de unos 33 centímetros de largo cada uno, que son machacados y puestos en una jarra con dos tazas de agua y una de miel. La mezcla se deja en reposo tres días, entonces se prueba para comprobar su calidad y se agrega más miel, si es necesario esperándose hasta que adquiriera el color amarillo, a este paso se le llama el “maduramiento”.

El balché ceremonial, se prepara con la miel pura de una abeja especial, sólo cuando la bebida tiene fines no rituales, se puede usar cualquier miel o jugo de caña. La miel se mezcla con el agua “virgen” de cenotes o pozos, que es extraída en la madrugada; se añaden los trozos de corteza y se deja reposar cubierto con hojas de plátano. Una vez que se considera ha tomado la apariencia deseada, se puede beber.

El balché ritual debe consumirse, todo, en el mismo día, porque se cree que de lo contrario, produce náuseas, vómito y dolores de cabeza. Los lacandones hacen ofrendas de pozol, copal y balché en sus ceremonias y tienen plegarias que acompañan la fermentación, ofrenda y consumo de la bebida.



Bupu o atole espumoso

Bupu o atole espumoso es preparado y consumido por los zapotecos de Juchitán de Zaragoza Oaxaca. La palabra bupu es de origen zapoteca; en español significa “espuma” y es una bebida tradicional indígena de este pueblo.

Zapotecos del Istmo de Tehuantepec

Los zapotecos del Istmo se autodenominan binnizá que significa “gente que provino de las nubes”. De acuerdo a la leyenda de su origen, los antepasados o padres de la raza fueron elegidos por los dioses y eran unos hombres gigantes que nacieron de las nubes o surgieron de las raíces de los árboles, eran guerreros y sabios.

Se dice que no fueron derrotados por los españoles, pues, al son de la música y al ritmo de la danza, se dispersaron y se llevaron con ellos sus tradiciones, sus dioses y emperadores bebían el bupu.

Los zapotecos del Istmo, son un subgrupo de los cuatro que conforman al pueblo zapoteco. Los de esta zona hablan una variante conocida como “palabra de las nubes” en referencia a su origen mítico.

Actualmente, varios centros de población zapotecos concentran actividades comerciales, servicios e infraestructura, siendo Juchitán el centro comercial más importante del istmo oaxaqueño. Los zapotecos se constituye como el Pueblo domi-



nante en la región, cuya mejor calidad de vida, contrasta con las condiciones de mayor marginación de integrantes de otros pueblos como los mixes, huaves y chontales.

Parte de las tradiciones que los zapotecos aún conservan, se respiran en los mercados y se saborea en la mesa; se encuentran encarnadas en los espacios festivos. En las fiestas “la palabra de las nubes” se vuelve canto y poesía, se escucha La Llorona y La Petenera y no falta la Sandunga: “el himno de los Zapotecos.”

El bupu, tiene como base para su preparación el atole blanco, hecho a base de maíz y otros ingredientes entre los que se destacan el cacao y las flores. Esta bebida se prepara en una olla de barro llamada ‘lincha’, que se manda a hacer especialmente para este fin, utilizándose sólo por seis meses.

Ingredientes:

- Cacao.
- Piloncillo.
- Canela.
- Flor de mayo, una de las flores de mayor tradición en esta región zapoteca.
- Flores de jazmín silvestre o jazmín del Istmo.
- Atole blanco de maíz.

Preparación:

Un día antes se tuesta el cacao en un comal y se muelen todos los ingredientes hasta formar una pasta, que se dejará reposar. Al día siguiente, en una olla de barro, se agrega un poco de la pasta y agua caliente; se bate, enérgicamente, con un molinillo largo, hasta obtener una espuma abundante de color café y sabor sofisticado y delicioso.

Para consumir la bebida se sirve primero el atole blanco caliente en tazones grandes. Posteriormente, encima del atole se agrega el bupu o espuma, de manera que al sorber se mezclen.

Aunque cada vez con menos frecuencia, esta bebida es acostumbrada en las fiestas religiosas conocidas como Velas, donde participa casi toda la comunidad, cooperando con dinero o con trabajo físico; principalmente en las actividades que anteceden al baile principal. Los festejos terminan con una misa en la casa de los mayordomos, de donde saldrá un desfile de carros alegóricos, acompañados de una banda de música durante los que se lanzan juguetes de barro y hojalata y frutas.

Son pocas las familias que preparan esta bebida, los zapotecos se han encargado de difundir la receta de generación en generación con sus familias para que no se pierda.



Charanda

Originaria de Michoacán, de la zona de Uruapan, lugar donde la presencia de actividad volcánica enriqueció la tierra formando valles y mesetas como parte del bello paisaje. La Charanda se extrae de la caña de azúcar y es una de las bebidas de nuestro país con Denominación de Origen.

La Denominación de Origen es un certificado y importante porque designa a un producto como perteneciente a una región en específico, protegiéndolo de adulteraciones e imitaciones que pudieran desprestigiarlo.

En Uruapan, Michoacán, el pueblo indígena que se asienta es el p'urhépecha, cuando llegaron los españoles, introdujeron el cultivo de la caña de azúcar en esta región; los esclavos negros y los p'urhépechas eran los encargados de cultivarla.

Habitantes de las regiones lacustre y montañosa, del centro de Michoacán, se autodenominan P'urhépecha, que significa "gente" o "persona". También se les conoce con el nombre de tarascos, pero esta es una denominación que les fue impuesta por los conquistadores españoles.

La lengua que hablan es el purhé, la cual se ha ido perdiendo a lo largo de los años por lo que en 1980, para fortalecer el uso de esta lengua, inició un movimiento de apoyo a través de la Academia de la Lengua Purhé y el trabajo del Centro de Investigaciones de la Cultura p'urhépecha, con los que logró establecer su propio abecedario.

Poseen amplios conocimientos de medicina tradicional, para este pueblo estar sano es resultado de estar en armonía con

la naturaleza y de haber cumplido con las normas comunitarias y familiares. Tienen una amplia gama de especialistas para atender diversos males, entre ellos, curanderos y parteras.

En su concepción del mundo, Kuerájpíri es el creador, el Dios primario, de él son hijos Tatá Jurhiáta, el padre Sol, y Naná Kutsi, la madre Luna. Las deidades p'urhépechas están relacionadas con elementos de la naturaleza: el señor Rayo, el señor de la Lluvia, el señor de la Tierra y el señor del Cielo o firmamento.

En las comunidades p'urhépechas, la migración de los varones es alta, hacia el norte del país y E.U. por lo que las mujeres se ven en la necesidad de viajar a los centros urbanos a emplearse. Sus principales actividades económicas son: pesca, agricultura, producción de artesanías y la explotación de la caña de azúcar, de la que se extrae la charanda.

En la región de Uruapan desde 1550 se cultiva la caña de azúcar, en el siglo XVII los padres agustinos de Tingambato fundaron la Hacienda de Taretán donde se instaló un trapiche para favorecer la producción de la caña de azúcar.

Aunque existen otro tipo de bebidas que se extraen de esta planta, como el aguardiente o el ron; el tipo de suelo mineralizado por las erupciones volcánicas, es el que se dice da su peculiaridad a las propiedades fisicoquímicas de la caña de azúcar que se cultiva en esta zona de Michoacán, por lo que la charanda posee ese sabor al que los expertos asemejan con el de la vainilla.

El nombre de la bebida es en honor al Cerro de la Charanda. La mezcla de minerales específicos y materia orgánica humificada dan al suelo una apariencia rojiza por lo que no es extraño que el significado de charanda en lengua purépecha sea “tierra colorada”.



La charanda es una bebida destilada, de la molienda de la caña de azúcar en combinación con cepas de levaduras seleccionadas del mismo jugo, se lleva a cabo una fermentación de la que se obtiene esta bebida.

Primero la caña de azúcar se muele en un molino para extraerle el jugo, después es enviado a un contenedor para fermentarlo por unos días y finalmente, se envía a un tanque receptor en donde el jugo será calentado con fuego.

Los productores de la charanda, se han preocupado por decorar las botellas con elementos de la cultura purépecha dependiendo de la marca, en la boca de la botella podrá ver alguna figurilla artesanal de Michoacán.

Otro estilo, es la botella de charanda artesanal que decoran envolviéndola con madera que asemeja al tronco del árbol de aguacate que se da en la zona donde se produce la bebida. También están, las botellas que visten con la ropa típica de los purépechas (hombre y mujer), a primera vista pareciera que se trata de dos muñecos en vez de dos botellas.

Aun con toda esta historia, ingenio y dificultad por posicionarse en el mercado, la charanda es un licor muy barato, por lo que se sigue considerando que su consumo es para los estratos sociales más pobres y no se le da mucho prestigio el adquirirla, sin embargo, los que la prueban llegan a reconocer su sabor. La manera en la que se sugiere beber la charanda es con agua mineral, para apreciar más su sabor; pero algunas personas la beben con agua de horchata.



Chocolate

El cacao es de origen mesoamericano, hace cientos de años fue usado de manera importante por los olmecas y mayas en lo que hoy son los estados mexicanos desde Colima hasta Yucatán y por el sur Chiapas, Tabasco y Veracruz.

La palabra chocolate proviene del náhuatl xocolatl, que significa “agua ácida” y es la bebida que se obtiene de la semilla del árbol del cacao, también llamada “almendra” del cacao. Esta semilla fue tan importante en la época prehispánica, que el monarca de Texcoco, Nezahualcoyotl lo mencionó en su poesía:

*“Tú eres mi hijo,
Tú eres Yoyontzin.
Toma ya tu cacao,
La flor del cacao,
¡que sea ya bebida!
¡Hágase el baile!”*

Cuenta una leyenda que Quetzalcóatl regaló a los toltecas un cacau-cuahuitl (árbol del cacao) que había robado a otros dioses, por lo que fue castigado ya que en éste venía la sabiduría. Él pidió a Tlaloc (Dios de la lluvia) que alimentara al árbol, y a Xochiquetzal (diosa del amor, de las flores y las artes) que lo adornara con flores, surgiendo así, el árbol del cacao.

Dada la importancia económica del cacao en la época prehispánica, el chocolate lo bebían principalmente los sacerdotes, los guerreros y las familias con elevada posición social. Se creía que las almendras del cacao eran de origen divino y esto les dio un valor superior al del oro. Los mayas y mexicas las usaban como monedas de cambio, por ejemplo, un esclavo de

buena salud y joven se podía adquirir aproximadamente por 1000 semillas.

Bernal Díaz del Castillo (conquistador español) cuenta que Moctezuma bebía el chocolate disuelto en agua, con chile, endulzado con miel de abeja y servido en copas de oro labrado. Cuando el tlatoani recibió a Cortés y a sus oficiales les ofreció esta bebida, pero no la disfrutaron porque les pareció muy amarga y picante.

Sin embargo, los españoles, una vez conscientes del valor económico y simbólico del cacao, trataron de controlar su producción: saquearon la provisión de Moctezuma y eventualmente dominaron las más importantes zonas productoras del Soco-nusco, al pie de la sierra de Chiapas. Había también plantaciones de cacao en Guatemala y el Salvador, y en la provincia de Chontalapa, en el estado de Tabasco.

Entre los mayas de la época prehispánica, el chocolate era parte medular durante los actos sociales, como la celebración de victorias militares, bodas, el ascenso al trono o durante los banquetes ofrecidos a distintos personajes de élite en los que se realizaban acuerdos políticos y comerciales. De acuerdo con Fray Diego de Landa, el agua usada en las ceremonias mayas referentes a la pubertad, se elaboraba con cacao y flores disueltas en agua de lluvia.

Han pasado más 500 años desde la Conquista y varias de las costumbres han cambiado, sin embargo, el uso ritual del chocolate se mantiene entre varios grupos indígenas uno de ellos la cultura maya.

Los mayas son un pueblo con una identidad fuerte, muy arraigada. Luego de la conquista española, en el año de 1847, los

mayas iniciaron lo que se conoció como la Guerra de Castas en la que los mayas lucharon por la recuperación de sus tierras y de sus ancestrales derechos culturales. No fue sino hasta 1936, que se pacificaron tras haber llegado a varios acuerdos con el gobierno quien dio un ejido a los pueblos reconocidos como zona maya.

El maya posee un desarrollo literario que se enriqueció en este periodo de guerra, en el que incluso los documentos oficiales eran escritos en maya.

La península de Yucatán desde tiempos antiguos ha sufrido la escasez de agua, por lo que no es extraño que una de las deidades que varios mayas aun veneran, sea Cháak, dios de la lluvia. Según los mayas, el plano espiritual es tan real como el plano material, para ellos la naturaleza influye directamente en la vida de las personas, por eso le ruegan a las deidades del viento o el trueno (entre otras) por medio de ceremonias y rituales.

El chocolate, es usado en la celebración llamada Hanal Pixán o “comida de ánimas” en la que se reciben a las almas de los difuntos en las casas durante varios días y se les ofrecen los platillos, dulces y bebidas más deliciosos, para que, de acuerdo a sus creencias, “descansen del largo viaje que han hecho”.

Cuando una pareja quiere casarse, los padres del novio visitan la casa de la prometida llevando diversos regalos, en la última visita si se aprueba la boda se celebra comiendo pan y bebiendo chocolate.

Los mayas se enfrentan a la escasez de oportunidades y falta de recursos como muchos pueblos de México. Además de la agricultura, para sobrevivir, actualmente se emplean en actividades turísticas y migran a sitios como Cancún.



En algunas descripciones del chocolate hay menciones de sus propiedades como afrodisíaco, lo cual no está comprobado, pero hay estudios que corroboran que las personas que se deprimen suelen consumir esta bebida en mayores cantidades, porque hacerlo les da un sentimiento de alivio.

En la época prehispánica el chocolate no se bebía como lo consumimos ahora, los indígenas solían realzar su sabor agregando cordoncillo, chile y granos del árbol del póchtli, lo endulzaban con miel, con axiote lo teñían de rojo y ocasionalmente le agregaban pulque, frutos y flores como la vainilla.

De la variedad de mezclas se obtenían chocolates de distinto color y sabor. Cuando fue introducido a Europa por los españoles, los monjes fueron los primeros en producirlo en esas tierras e inventaron nuevas recetas en las que al chocolate se le agregaban ingredientes que lo hacían más agradable para los paladares europeos tales como anís, miel, pétalos de flores, canela, almendra, y sustituyeron su disolución, en leche, en vez de agua como se acostumbraba en Mesoamérica.

Para producir el chocolate, primero los granos del cacao de la planta de nombre científico *Theobroma cacao*, deben pasar por diversos procesos. Regularmente, las semillas se secan al sol, se tuestan, se les quita la cáscara y posteriormente se muelen en metate. Actualmente los productores industriales de chocolate usan máquinas con rodillos y molinos.

Lo que se obtiene después de esto se llama “pasta del cacao” la que al pulverizarse se convierte en cocoa, materia prima del chocolate.

•Primero, la pasta del cacao se mezcla con azúcar. Para lograr un sabor a cacao más acentuado es importante que la proporción de la pasta sea de dos partes de cacao por una de azúcar,

aunque algunos prefieren la relación uno a uno, llamada también “kilo a kilo” (uno de azúcar, uno de cacao).

- Después de que se hacen las bolas o tablillas, para que se sequen y endurezcan, se colocan en una charola con papel de estraza o sobre hojas de totomoxtle (hojas secas de la mazorca de maíz) para que se puedan despegar cuando estén listas, no debe tardarse mucho al hacer las tablillas porque si la pasta se seca ya no se puede moldear.

- El batido requiere de una azarosa técnica: se ponen “tres bolas de flores” (o más, según el gusto de los consumidores) en un litro de agua caliente (o leche, según lo prefieran) y se incorporan con el uso del molinillo, suave y uniformemente hasta levantar la espuma.

Un chocolate bien preparado tiene por lo menos uno o dos centímetros de espuma, si no es así es porque el cacao no es de buena calidad o la proporción de azúcar y cacao no fue la más adecuada.

Actualmente en diferentes regiones el uso que se le da al chocolate, es doméstico, hay pueblos indígenas que preservan el uso ritual del cacao. Uno de ellos es el mazateco, que habita en el noroeste del Estado de Oaxaca, cuyo nombre proviene de la palabra mazatecatl, que significa “gente del venado”.

La lengua que hablan es el mazateco y es tonal, esto significa que al escucharla da la impresión de que es silbada o cantada, otra acción que tienen es cuando algún mazateco enferma, regularmente asiste primero con el curandero llamado shinahé él atiende al paciente a nivel físico y psicológico y relaciona la enfermedad con la acción que la naturaleza y los espíritus ejercen en quien la padece.

Para los mazatecos el mundo sagrado se expresa en el entorno, la tierra es un elemento importante porque es el lugar donde se unen los seres del cielo y la tierra. En 1957 la construcción de la presa Miguel Alemán, desplazó a un importante número de mazatecos; al ser separados de sus tierras de origen muchas de sus prácticas ancestrales se perdieron o transformaron.

Las familias mazatecas viven principalmente de la agricultura de autosubsistencia, cultivan en sus campos: mamey, frijol, chile, café y cacao, con el que se prepara el chocolate. Un uso ritual del cacao es durante el alumbramiento, cuando las parteras detectan que el niño viene en “mala posición” para nacer aplican masajes en el vientre de la madre, y posteriormente una “limpia” contra los malos espíritus que pudieran estar causando el problema. Para ello, utilizan huevo, plumas de guacamaya, una veladora y semillas de cacao.

Otro de los usos en los que los mazatecos reflejan la importancia del cacao en sus costumbres, es que entierran a los difuntos con una jícara llena de cacao, según sus creencias “... para que no les falte dinero en el viaje que han emprendido.” Esta creencia remite al uso del cacao en la época prehispánica, donde se llegó a usar la semilla como moneda.

Es enorme la diversidad de bebidas en México que tienen como ingrediente principal el cacao y se beben frías o calientes.

Algunas de las más famosas son:

- Pozol: maíz, cal, cacao y agua.
- Tascalate: tortillas, cacao, canela, achiote (un tipo de chile), agua y azúcar
- Xichistle: cacao, azúcar y achiote.
- Champurrado: elaborado con cacao, maíz tostado y molido.

- Chocolate con leche perfumado: se llama así porque contiene flores comestibles.
- Chocolate con canela, almendras, pan blanco molido y huevo. De consistencia espesa.

A pesar de ser tan importante en nuestro país, los países que dominan en la comercialización del cacao son Costa de Marfil, Nigeria, Brasil, Trinidad y Tobago, y Papúa Nueva Guinea.



Licores de frutas

En muchas comunidades indígenas elaboran sus propios licores de frutas que se producen y venden sólo localmente. Los licores de frutas tienen importante presencia en las festividades de los pueblos indígenas. Por ejemplo, los nahuas de la Sierra Norte de Puebla poseen destilerías en sus comunidades y producen importantes cantidades de “vino de frutas”, como se les llama coloquialmente.

Los nahuas de esta región se denominan “serranos” por vivir en la Sierra de Puebla. Entre ellos la tradición oral predomina para transmitir las costumbres e historia de generación en generación. Algunos jóvenes se preparan en el Taller de Tradición Oral de la Sociedad Agropecuaria para aprender cuentos, mitos e historias en náhuatl y español y así, enseñárselos a sus hijos y con ello reivindicar su identidad y preservar su lengua.

Para los nahuas de la parte occidental de la Sierra poseen una cosmovisión muy elaborada, el mundo está dividido en tres plano: La superficie terrestre, donde habita el hombre con los animales y plantas; el plano celeste; y el inframundo o “lugar de los muertos”.

Para ellos existen: las divinidades y los seres sobrenaturales, creen que estos seres pueden ayudarlos a resolver problemas de la vida diaria y les atribuyen también el poder de mantener nivelado el mundo por lo que les profesan gran respeto por medio de las ofrendas y en las festividades patronales de cada comunidad.

Estas fiestas son importantes porque la gente convive, comparte y fortalece su identidad y relaciones sociales, hay canto,

baile, fuegos artificiales, comida y por supuesto: licores de frutas. Los licores de frutas suelen tener nombres muy especiales. Por ejemplo, en Puebla, se consume una bebida llamada:

- Chamuco. Que está elaborada con ciruelas fermentadas con agua y endulzadas con piloncillo.
- También el llamado Huikimo, que es aguardiente de caña de azúcar con fruta del capulín. En Campeche y Yucatán a esta combinación le llaman Holcatzin.

En otras partes de México, se preparan licores de frutas que tienen sus nombres característicos, por ejemplo:

- Jobito- elaborado a base de ciruelas agrias del árbol del Jobo, aguardiente y piloncillo. Se acostumbra beber en San Luis Potosí, Veracruz e Hidalgo.
- Sangre de pichón, se consume en Veracruz y es elaborada con uvas, mezcal y azúcar.
- Nanche, se consume, entre otros lugares, en el Estado de México, Veracruz y Campeche. Es elaborado con nanche, que es un tipo de fruta muy olorosa, aguardiente de caña, chile ancho y epazote.
- Ponche de membrillo que es preparado entre otros lugares, en Concepción de Buenos Aires en el estado de Jalisco, para lo que se utiliza fruta de membrillo, azúcar y alcohol.

El proceso para la elaboración de los licores de frutas es básicamente el mismo, la receta de un licor de frutas que se consume en Colima se llama Ponche de granada.



Chamuco

HuiKimo

Jobito

Sangre de Pichón

Nanche

Ponche de membrillo

CAÑIA

MEZCAL

CAÑA

CAÑA

Ingredientes:

- 4 litros de agua
- 2 kg de azúcar
- 8 granadas grandes
- 3 pedazos de canela
- Varios litros de aguardiente
- 7 guayabas o almendras bien picadas.

Procedimiento:

El agua se pone a hervir junto con el azúcar y se deja enfriar por un día. Aparte, las granadas se desgranar y se aplastan muy bien, se ponen en un recipiente y se les agrega la bebida alcohólica hasta que los cubra. Esta mezcla se pone en el refrigerador por un día.

La canela se muele, se le agregan el agua endulzada y los granos de granada que se deja enfriar, la canela y la guayaba o almendras. Luego se le añade 1/2 litro más de la bebida alcohólica que haya elegido. Una vez hecho esto, ya está listo para envasarse y se puede beber de inmediato o dejarlo reposar algunos días para que el sabor a fruta sea más concentrado.



Mezcal

“Para todo mal, mezcal, para todo bien, también.”

El mezcal es una de las bebidas representativas de México. Se elabora a partir del agave, y se le puede agregar otros ingredientes como el gusano del propio maguey, pechuga de pollo o guajolote, entre otros ingredientes.

El maguey fue utilizado como alimento entre los pueblos prehispánicos y, al parecer en el siglo XVI, con la llegada del alambique como sistema de destilación, inicia la elaboración del mezcal con técnicas rústicas europeas. Uno de los pueblos indígenas que tienen una gran tradición en el uso ritual y cotidiano del mezcal es el pueblo mixe.

Comúnmente llamados mixes, los ayuuk, como se denominan a sí mismos, son un pueblo indígena que se encuentra al Oriente de la Sierra Norte de Oaxaca. La madre tierra es un elemento importante de su identidad y a la que, a través de lugares sagrados le realizan ceremonias y ritos diversos, de los que el mezcal forma parte.

Durante el inicio del ciclo agrícola, realizan una ceremonia a la madre tierra para pedir su bendición en la siembra del maíz, el frijol o la calabaza, en esta ceremonia rocían unas gotitas de mezcal a la tierra y lo reparten entre las personas que van a sembrar.

Al inicio del año, los ayuuk o mixes, realizan el cambio de sus autoridades tradicionales con una ceremonia en la que visitan sus montañas sagradas, el panteón y por último el Palacio Municipal. La visita a sus montañas tiene como fin ofrendar el

trabajo que realizarán para la comunidad y pedir la bendición de la madre tierra para desempeñar bien su trabajo. Se rocían unas gotitas de mezcal a la tierra. En el panteón, piden la bendición de sus ancestros, a quienes también les llevan mezcal.

Durante el día de muertos, rocían mezcal en las tumbas o dejan un cuartito de mezcal para la llegada de los abuelitos. En el altar que colocan en las casas no debe faltar el mezcal.

En la medicina tradicional, el mezcal es utilizado para calmar dolores del cuerpo, por ejemplo, para el resfriado de pies se le agrega ruda y se frota hasta las rodillas, de esta manera alivia el dolor y cansancio. También se recomienda tomar una copita de mezcal después de una comida pesada.

La elaboración tradicional del mezcal inicia cuando el jimador corta las hojas del maguey hasta dejar limpias las piñas o parte central del agave. Después, las piñas se parten y se cuecen en el horno tradicional, que es construido con piedras y calentado con leña, bajo la tierra. Las piñas partidas, se cubren con bagazo de maguey mojado, hojas de maguey, hules y/o petate y por último se tapa con tierra: este proceso de cocimiento puede durar hasta tres o cuatro días.

Posteriormente, las piñas se trituran en un molino tradicional de piedra, el producto obtenido se coloca en tinajas de madera, a la que se les agrega agua caliente y se dejan fermentar de 15 a 30 días máximo. Al terminar la fermentación, se procede a la primera destilación en los alambiques u ollas de destilación, que son alimentados con fuego. De este proceso se obtiene el mezcal, del que se distinguen tres momentos, el primero o las puntas, el “cuerpo” del mezcal y las colas.

Para la segunda destilación se utilizan las puntas y el cuerpo y se



obtiene una bebida más pura y refinada. Desde 1994, el mezcal es una bebida que cuenta con la denominación de origen que protege a sus productores, de los estados de Oaxaca, Guerrero, San Luis Potosí, Zacatecas, Durango, Guanajuato y Tamaulipas.

El nombre del mezcal varía en diferentes lugares, sin embargo, es el término genérico con el que se identifican todos los aguardientes que se obtienen de diversos agaves. Así, se le da el nombre de bacanora y sotol en el norte de México; o se le designa el nombre del lugar donde se produce, como Huitzila, por su origen en Huitzila, Zacatecas. Otros tipos de mezcal se identifican con el nombre del agave del que se obtiene como el lechuguilla, también conocido como raicilla.

La comunidad Cora que se encuentra en Nayarit también es consumidora del mezcal para los rituales. La cora Habita en la porción noreste del estado de Nayarit principalmente en los municipios de Acaponeta, El Nayar, Rosamorada y Ruiz. Para este pueblo, las deidades se encuentran en varios elementos de la naturaleza: En manantiales, cuevas, ríos y peñas. Consideran a la enfermedad de índole sobrenatural, por lo que si una persona enferma es debido a que no ha cumplido con las costumbres heredadas de sus antepasados.

Entre los coras de Mesa del Nayar, el mezcal tiene un uso ritual durante los mitotes, que son ceremonias relacionadas con los ciclos vitales del individuo, del grupo social y de la naturaleza. Cada mitote, posee características particulares.

La ceremonia se realiza en un patio circular, en cuyo centro se prepara el fuego sagrado. En el oriente se instala un altar que representa el cielo nocturno. Su organización gira en torno a diversos cargos: el anciano, el cantador, un encargado de las flores, ramas y hojas, el encargado del fuego, el encargado de

la danza, la Malinche, la encargada de la Malinche “Nuestra Madre”, Nuestro hermano Mayor, la molendera y encargada de la cocina, el mayordomo y una tenanche.

El mitote se realiza por grupos de parentesco y a nivel comunitario, su duración es de seis días. Los primeros cuatro son para preparar los elementos que se ocuparán en la ceremonia entre los que se encuentra la comida y el dulce del mezcal, que se elabora tatemando la piña del maguey en un horno, la cual combinan después con piloncillo disuelto en agua.

El quinto día, al anochecer, las autoridades se colocan frente al altar para bendecir a los presentes quienes se arrodillan delante a cada autoridad para ser bendecidos con humo de macuche (que es como los pueblos de esta zona llaman al tabaco), agua sagrada y recibir dulce de mezcal: este último una vez masticado es arrojado por todos abajo del altar, pues si lo tira en otro lugar le traerá mala suerte.

En la mañana del sexto día inician las danzas y se bendice nuevamente a los presentes. Al anochecer, el cantador inicia sus cantos míticos que son acompañados con la percusión de un arco musical y con las danzas de los asistentes, que terminan al amanecer, momento en el que se simboliza la lucha entre el lucero de la mañana contra la obscuridad.

Al mediodía después de un ritual de purificación mediante el agua sagrada que asperja el anciano a los asistentes, se comparte una comida grupal. Finalmente, los principales bendicen todo nuevamente y los mayordomos desmontan los altares, apagan la hoguera con agua sagrada y riegan las cenizas por el lugar. Al día siguiente, la vida seguirá su curso normal puesto que ya han cumplido con “el costumbre”.

En la comunidad de Santa Teresa el proceso de elaboración del mezcal se asocia simbólicamente la petición de las lluvias. Su elaboración se realiza en un sitio sagrado y se ofrece en jícaras rituales que se colocan en el altar junto al agua sagrada.

Las piñas se cosen en un horno tradicional, al finalizar el cocimiento la carne del maguey se coloca en un recipiente cubierto de madera y decorado con flores, para su fermentación. Este proceso simboliza a las nubes y a las almas de sus ancestros que emergen como vapor que al elevarse pueden hacer llover.

Por último, proceden a la destilación, en este proceso el producto obtenido en la fermentación se calienta al fuego y, al condensarse se forman gotas de licor, a las que les encuentran semejanza con la lluvia.



Posh

El posh, es como algunos grupos indígenas llaman a un tipo de aguardiente o bebida destilada de la caña de azúcar.

El consumo y preparación de esta bebida inició a partir de la llegada de los españoles a nuestro país, ya que fueron ellos quienes trajeron la caña de azúcar de las Islas Canarias para explotarla en la Nueva España.

La historia que se encuentra detrás de esta bebida es la de la explotación de los indígenas en los ingenios azucareros. Fray Bartolomé de las Casas, el gran defensor de los indígenas, demandó en varias de sus cartas, el maltrato que se le daba porque entre otras cosas, se les hacía trabajar incluso durante las noches.

Cuando se empezó a restringir la explotación de la caña de azúcar en la Nueva España, se hizo difícil la venta de aguardiente en las grandes ciudades, por lo que su venta clandestina se hizo mayormente en las comunidades indígenas.

Al principio los indígenas se negaban a consumir esta bebida por ser de origen ladino y asociarse al conflicto y dominación del que habían sido víctimas, pero los años y la insistencia de los comerciantes novohispanos, en complicidad con las autoridades, promovieron el consumo del aguardiente o posh hasta que fue aceptada e integrada a las costumbres de diferentes pueblos. Los españoles aseguraban que al enviciar con el alcohol a sus trabajadores les aseguraba la fuerza necesaria para la reproducción de sus haciendas.

A mediados de 1830, aun después de la Independencia de México, la explotación de la mano de obra indígena siguió en ma-



nos de finqueros y hacendados. Los indígenas recibían como pago de su trabajo unos cuantos reales y aguardiente, de modo que el posh (aguardiente) se fue configurando en este contexto del intercambio: trabajo a cambio de trago.

Es así como el consumo de posh de ser una forma de pago se vuelve, paradójicamente, parte de las tradiciones de los pueblos de Chiapas, uno de ellos el cakchiquel.

Cakchiquel significa “nosotros somos los que nos quedamos solos, nos quedamos aquí”, esto debido a que hubo un fuerte despoblamiento de la zona donde vivía este grupo, quedando muy pocos donde originalmente se habían asentado.

La población cakchiquel, se encuentra principalmente en Chiapas. Un número importante se encuentra en Guatemala pero lingüísticamente, el cakchiquel que hablan en Guatemala y el cakchiquel de Chiapas, México son diferentes. En México, el número de hablantes de cakchiquel, es aproximadamente de 300 personas adultas con más de 40 años. El cakchiquel es una lengua en peligro de extinción debido a que los niños y la gente joven de las comunidades y pueblos sólo hablan castellano.

El posh, es una bebida elaborada entre las familias cakchiquel por personas que conocen este trabajo y que cuentan con terrenos para el cultivo de la caña de azúcar, así como con el famoso molino de trapiche, mismo que funciona jalado por una yunta que al dar vueltas en círculos, posibilita que otra persona inserte la caña en la prensa del trapiche para extraerle el jugo.

Posteriormente, el jugo es enviado a un contenedor para su fermentación de 4 a 6 días. Después, para terminar su preparación, se pasa a un tanque receptor que cuenta por la parte de abajo con un rampa en donde el jugo es calentado con fuego a base de leña.

Entre los cakchiquel, existe un sistema de cargos para la celebración de las fiestas religiosas, los llamados pristes son los responsables de la organización de las festividades de carácter religioso, así como de coordinar la preparación de la comida y la provisión de las bebidas ceremoniales. El posh se consume en ceremonias religiosas, como es la fiesta de San Martín que se celebra el 11 de noviembre.

Esta bebida es muy importante ya que ha sido parte de las prácticas rituales y religiosas que han permitido a las familias cakchiquel y otros pueblos de Chiapas conservar su cultura tradicional en las celebraciones cívico - religiosas que se practican en las comunidades.



Pozol

El pozol es una bebida tradicional acostumbrada entre los pueblos chontales de Tabasco, choles, mayas, lacandones, tzotziles, tzeltales, zoques, mames y zapotecos, habitantes del Sureste Mexicano, aunque actualmente su consumo se encuentra ampliamente extendido entre la población no indígena.

La palabra pozol proviene del náhuatl: pozolli, que significa espumoso, sin embargo cada pueblo tiene una forma de nombrarlo. Esta bebida se compone básicamente de maíz y cacao. Desde la época prehispánica era una bebida muy apreciada por su valioso contenido nutritivo y su alto grado de conservación, aún en esas zonas selváticas y calurosas de la región, por lo que los viajeros indígenas acostumbraban llevarlo consigo en sus travesías.

Hay referencias del pozol que vienen de la época colonial en diarios de viaje, en relaciones histórico-geográficas y aún en las descripciones de los piratas que asediaron los litorales del Golfo de México. Desde tiempos prehispánicos, el pozol ha tenido un uso medicinal y ritual. Por ejemplo, en el caso de los mayas era usado como cataplasma para prevenir o curar infecciones en las heridas; por otra parte, ha formado parte de las ofrendas acostumbradas en las ceremonias para pedir salud, lluvia y buena cosecha.

Actualmente, Los Lacandones lo toman combinado con miel para bajar la fiebre y controlar la diarrea. Entre los chontales de Tabasco, aunque cada vez en menor medida, es dado como ofrenda a los dueños de la naturaleza como parte de su sistema de creencias —lagunas y ríos, bosques, tierra y milpa, entre otros—.



Esta bebida es preparada en forma doméstica para el consumo de la familia o a escala semicomercial para ser vendido en el mercado. Su uso es tan extendido que se acostumbra tomar en las oficinas en ciudades como Villahermosa y Tabasco.

Para su preparación, se pone a cocer el maíz en agua con cal, después de dejarlo hervir unos minutos, se saca un grano y se frota con los dedos para saber si ya se le quita con facilidad el hollejo —que es la piel del grano—; cuando esto sucede, se retira de la lumbre y se lava varias veces hasta que los granos queden completamente limpios. Se le vuelve a agregar agua al maíz y se pone nuevamente al fuego hasta que los granos se ablandan.

El cacao se tuesta y posteriormente se pela y se muele muy fino. A continuación se mezcla con el maíz cocido hasta que quede de un color uniforme. De la masa que resulta, se toma una porción y se bate a mano o se licúa con agua. En su forma tradicional, antes de mezclarse con agua, la masa se deja fermentar en hojas de plátano por un tiempo que puede ser de tres días, hasta un mes, volviéndose así, embriagante y de sabor más agrio, algunas personas le agregan azúcar, piloncillo, miel y leche. Se sirve preferentemente en jícaras, donde la bebida conservará su frescura.

El consumo del pozol es tan popular que su mención se ha extendido hasta historias populares y canciones como la del autor Tilo Ledesma.



Pulque

Existen diferentes leyendas sobre el descubrimiento del pulque, una de éstas, narra que durante el reinado de Tecpancaltzin, un noble tolteca de nombre Papantzin, envió con el rey a su hermosa hija llamada Xochitl, para que le llevara la bebida que había inventado con la miel del maguey. El rey se enamoró de Xochitl y la hizo su esposa; de esta unión nació Meconántin, que significa “hijo del maguey”, quien después fue nombrado rey de los toltecas, recibiendo el nombre de Topiltin.

Entre los mexicas, el pulque se bebía en diversas ceremonias, desde bodas hasta sacrificios de guerreros. Sin embargo a pesar de que su consumo era común, la embriaguez era sancionada en el imperio mexica. Si se sorprendía a alguien de la clase trabajadora borracho, se le humillaba rapando su cabeza en público. Si el que se embriagaba era de la clase alta, se le destituía del cargo público que ocupaba y, si reincidía, se le condenaba a muerte.

Las sanciones a la clase alta eran más severas porque se consideraba que tenían una responsabilidad moral mayor con el pueblo y los dioses. Solo los ancianos podían beberlo sin limitantes. En el México prehispánico, el pulque también se ocupaba para reanimar a quienes habían recaído de alguna enfermedad, mezclándolo con chile y semillas de calabaza.

El nombre pulque es una derivación de la palabra poliuhqui, que significa “descompuesto” o “echado a perder”; este término fue adoptado por los españoles debido a que cuando oían expresar a los indígenas octli poliuhqui, que significaba “pulque malo”, atribuyeron que la segunda palabra era la correcta y castellanizaron su pronunciación llamándolo pulque, pero

en náhuatl se le sigue llamando octli, tal como se hacía en la época prehispánica. Son diversos los pueblos indígenas que lo consumen actualmente, uno de ellos es el nahua, que como podemos recordar, fue la lengua del imperio mexica, que se distribuyó a lo largo del territorio nacional, por lo que actualmente es el grupo indígena mayoritario, pudiéndosele encontrar en distintos estados como Morelos, Veracruz, Michoacán, Puebla, Tlaxcala y Guerrero.

En una zona de vasta vegetación y fauna los pueblos de Milpa Alta están distribuidos en barrios. Estos tienen su propia organización que funciona a nivel comunitario, principalmente en la solicitud de servicios al gobierno para infraestructura, organización de fiestas patronales, y eventualmente en la administración de justicia.

El pulque lo usan para autoconsumo. En la zona existen varias clases de terapeutas tradicionales: hueseros, sobadores, parteras y yerberos. Estos dos últimos especialistas son los que gozan de mayor prestigio en la zona. El yerbero, también conocido como hechicero, es heredero de los conocimientos de la religión prehispánica. Los nahuas recurren a él cuando consideran que su enfermedad es un castigo de Dios por alguna mala acción, o desean curarse “el mal de ojo”.

Tipos de curados hay para todos los gustos.

El pulque es el producto de la fermentación del aguamiel, para extraer el aguamiel (savia fresca del maguey), el agave se “castra” removiendo el brote con un instrumento de metal para facilitar el acceso al centro de la planta, cortando algunas pencas, además de quitarles las espinas a otras con un cuchillo o machete.



Para que el maguey produzca aguamiel de buena calidad y en volúmenes adecuados, se deja transcurrir de un mes a un año con la finalidad de que se pudra el centro de la planta, para después realizar el raspado, con un instrumento de metal, de la zona donde se encontraba el meloyote, produciéndose así una horadación (o cajete) en el tronco, donde se acumula la savia de las pencas.

Dos o tres semanas después se inicia la recolecta de la savia mediante succión con el acocote (calabaza larga agujereada de ambos lados y extraída su pulpa), limpiando cotidianamente el cajete para permitir el flujo del aguamiel, que mana durante un periodo de tres a cuatro meses en volúmenes variables.

Empezando por producir medio litro y llegando a producir hasta 6 litros diarios. Una vez extraído el aguamiel, se deja fermentar por un tiempo que puede ser de tres a seis horas, convirtiéndose así en pulque.

En el Valle del Mezquital del Estado de Hidalgo el maguey pulquero es tan importante en su vida que no solo ocupan la bebida que se extrae de la planta, también sus demás componentes, por ejemplo, las hojas son utilizadas en el techado de sus hogares.

Otomíes

En la época prehispánica los tecpanecas y los mexicas propiciaron la guerra a los otomíes por lo que se tuvieron que asentar en zonas climáticamente desfavorable. La región del valle del Mezquital se considera semidesértica, es decir en varias zonas carece de condiciones que favorezcan las actividades económicas, siendo esta una de las causas que han ocasionado la emigración.

Los otomíes desarrollaron toda una industria alrededor del maguey: obtenían aguamiel y pulque de su savia, sacaban el ixtle para elaborar cuerdas, mecapales y se alimentaban del quiote.

En la parte oriental del Valle del Mezquital se desarrollaron grandes haciendas pulqueras que crearon la “aristocracia pulquera” conformada por gente que se hizo rica mediante la comercialización de esta bebida. Ante su creciente demanda entre la población mexicana, hoy las actividades económicas se han diversificado, encontrándose áreas con amplios plantíos de legumbres que son comercializadas, así como numerosos balnearios para el turismo; pero que contrastan con zonas con menores recursos naturales, manteniendo actividades económicas de agricultura y pastoreo de auto-subsistencia.

Entre los otomíes existe la celebración de diversas fiestas patronales en las que la población se organiza y fortalece los lazos de comunidad, estableciendo días de mercado donde la gente puede comprar y vender sus productos: ropa, víveres, comida y por supuesto el pulque.

La consistencia del pulque es relativamente espesa y algo viscosa, dependiendo del grado de fermentación varía de lo ligeramente dulce a lo ácido características por las que algunos lo rechazan y otros lo aman.

Actualmente se atribuye principalmente el consumo del pulque a los sectores más pobres de la población, así como a las comunidades indígenas. Entre otras cosas, esta milenaria bebida compensa las deficiencias presentes en las dietas que contienen proteínas de valor biológico pobre, sin embargo, su consumo es mucho más amplio de lo que se cree.

Al pulque se le puede encontrar en varios estados del país y es consumido en mayor medida como parte de su dieta diaria, varios pueblos indígenas entre los que se encuentran los mazahuas y los otomíes de los estados de México e Hidalgo, es utilizado incluso como parte de la alimentación de los recién nacidos.

Mazahuas

Los mazahuas, fueron conquistados por distintos grupos, por lo que su organización social actual es la asimilación y adaptación a las imposiciones, primero de los mexicas, luego de los españoles y después de los hacendados y comerciantes industriales que han influido en la región donde habitan. Los mazahuas viven y sobreviven a partir de su comunidad, lo que les ha permitido mantener su identidad étnica.

Muchos mazahuas migran al Valle de México, ya que han encontrado fuentes de empleo, sin embargo ha conllevado una lucha entre la tradición y la modernidad. Fuera de la comunidad checan tarjetas en sus empleos, usan el metro para desplazarse al trabajo, etc., dentro de sus comunidades rige un calendario agrícola y poseen fuertes obligaciones rituales.

La preservación de la lengua materna y la indumentaria de las mujeres por utilizar faldas, blusas bordadas y rebozo, son de las tradiciones más fuertes aún existentes en parte de la población mazahua. Otra de las tradiciones relevantes son las mayordomías en las fiestas patronales las cuales implican preparación por lo menos un año antes y es el mayordomo el que patrocina y encabeza dichos festejos.

En las comunidades mazahuas el desempeño de una mayordomía no es una tarea de un solo día o únicamente del jefe de

familia, sino de todos los miembros de una unidad familia, en estas festividades el consumo y ofrecimiento del pulque a los convidados es muy importante.

El pulque tiene uso medicinal por su alto contenido de proteínas y nutrientes del complejo B, hierro, fósforo y calcio. Del pulque, se obtienen distintas recetas al mezclarse con azúcar, frutas, semillas diversas y demás elementos lo que le da un sabor distinto, una vez que el pulque es mezclado con otros ingredientes se le denomina “curado”.

Una de las recetas más populares es el curado de avena.

Ingredientes:

- ¾ de taza de avena
- 1 litro de pulque
- 2 clavos de olor
- 2 pimientas negras
- 1 raja de canela
- 1 lata de leche condensada, y
- Azúcar

Preparación:

- Remojar la avena en un cuarto de litro del pulque durante una hora.
- Agregar el pulque restante y las especias molidas.
- Colarlo con una manta de cielo.
- Añadir la leche condensada junto con el azúcar y dejarlo reposar durante una hora antes de tomarlo.

Las recetas pueden variar, en algunos lugares no le ponen especias, excepto canela. Un tipo de curado famoso y regional es

el llamado charape que consumen los otomíes y que consiste en agregarle al pulque, anís, cacahuete y canela.

Una forma de probar distintos tipos de curados, dulces y salados es en las ferias del pulque que se realizan en distintos estados de nuestro país. Entre las más famosas se encuentra la del municipio de Tepetlaoxtoc, del Estado de México que se realiza el último jueves de enero; en el Distrito Federal este año se realizó el 14 de mayo en Santa Cruz Xochitepec la Feria del Pulque y Festival de Blues, donde los asistentes además de escuchar piezas de este género y pudieron disfrutar del consumo de esta milenaria bebida.



urados

Puzunque

El puzunque, es una bebida ritual preparada a base de masa de maíz cocido y otros condimentos, es elaborada por algunos pueblos del estado de Chiapas quienes lo preparan de distintas maneras.

Los mochó, llamados también motozintlecos, viven en los barrios de Chelajú Chico, Reforma, Guadalupe, San Lucas y Canoas, que circundan la ciudad de Motozintla, ubicada en la Sierra Madre de Chiapas; actualmente solo unas 200 personas mayores de cuarenta años hablan la lengua materna. Algunos hablantes de mochó que habitan en otras comunidades hablan el tuzanteco, que es una variante dialectal de esta lengua.

Los mochó practican la agricultura con fines de autoconsumo siembran maíz y frijol, los integrantes de este pueblo se han distinguido de los demás grupos de la región por su trabajo como copaleros y petateros. Anteriormente los mochó cambiaban estos productos por telas y alimentos con gente de la región y de Guatemala, sin embargo, actualmente los hombres se emplean en la albañilería, y las mujeres, en el servicio doméstico.

La principal fiesta de los mochó, es la dedicada a San Francisco de Asís, que se celebra a principios de octubre durando tres días. El puzunque, es preparado únicamente para ser consumido en esta celebración. Entre los mochó existen formas de cooperación que se sustentan en una organización jerárquica, para preparar la comida y bebida que será consumida en la fiesta, que una mujer sea elegida para preparar el puzunque es considerado un honor y privilegio, ya que esta tarea será un cargo vitalicio.



La preparación de esta bebida está a cargo de dos mujeres ancianas de gran prestigio, conocidas como: “las que tornean”, ellas tienen bajo su responsabilidad vigilar que el puzunque y la comida queden adecuadamente preparados, también son las responsables de coordinar el trabajo de un grupo de mujeres encargadas de cocer el maíz; moler los condimentos, preparar y servir la bebida, ellas a su vez son asistidas por personas de menor rango llamados “mayordomos” quienes las ayudarán a repartir el puzunque entre las autoridades tradicionales. Se dice que el puzunque es preparado hasta con 17 ingredientes; sin embargo los más comunes para su preparación son:

- Maíz
- Sintule o santuli, un vegetal de la región
- Harina de trigo
- Jengibre
- Pimienta
- Anís
- Pericón
- Chile [entre los mame, vecinos de los mochó, se usa el chile miracielo]

Días antes de la fiesta, las mujeres preparan lo que se conoce como “el sabor del puzunque”, que es una mezcla de harina de trigo con jengibre, sintule, anís, pimienta, pericón y chile, su forma de preparación es la siguiente:

La harina se tuesta sobre el comal y cuando aún está caliente se vierte en una olla de barro, donde se agregan y mezclan los demás ingredientes. Luego se sacan de la olla y se muele en el metate, finalmente la harina que se obtiene se cierne hasta obtener un polvo fino que es utilizado posteriormente para la preparación del puzunque.

El primero de octubre el maíz se pone a cocer con ceniza colada previamente, después de cocer el maíz se muele hasta obtener una masa que más tarde se disuelve y se deposita en ollas de barro, donde se cuece hasta obtener un atole. Una vez listo el atole, se cuela y se vierte en jícaras.

Las dos mujeres ancianas, responsables de su preparación, colocan en el fondo de las jícaras un puñado de la mezcla preparada previamente que disuelven en agua batiéndola con un molinillo. Al agregar el atole, los sabores suben produciendo una espuma oscura sobre la superficie, cuando esto ocurre, todos los ingredientes han sido bien disueltos y la consistencia del puzunque es suave y liviana, entonces significa que ha sido bien preparado. Los mochos creen que si no se produce espuma es porque la envidia de alguien lo “dañó”.



Sende

Durante el siglo XVIII, se conoció como “cerveza india”, En la actualidad se le llama sende o “pulque de maíz” o “pulque rojo”, debido al color rojizo que adquiere al fermentarse. El Pueblo indígena que prepara esta bebida es el mazahua.

Mazahuas

El nombre de este pueblo deriva del náhuatl mazatl que significa “venado”. Los mazahuas, habitan en regiones colindantes del estado de México y Michoacán y se caracterizan por la migración con fines laborales a grandes ciudades e incluso a Estados Unidos.

Los poblados mazahuas se organizan en barrios. Por lo general, las familias habitan en casas separadas por patios y solares en los que cultivan maíz, frijol y otros productos alimenticios. Algunas familias practican el pastoreo, en el que participan niños y mujeres. Otra actividad que forma parte de la economía familiar es la producción y venta de artesanías, en la que destacan los textiles bordados.

Una de las celebraciones de los mazahuas, es el lavado de ropa de las imágenes religiosas del templo católico; al finalizar el lavado, se realiza una comida en la que circulan grandes cántaros de sende que son pasados de mano en mano para beberlo por los presentes.

La elaboración de esta bebida se asocia con ciertas creencias. Por ejemplo, se dice que para que el sende esté bien preparado, debe ser elaborado por una sola persona que tenga buena mano o de lo contrario se cortará.



El consumo de esta bebida posee normas, sólo las personas adultas pueden consumirlo y su uso tiene fines festivos, medicinales y rituales. Se considera que ayuda a las personas enfermas y a las mujeres en labor de parto, por hacer un efecto “caliente” en el cuerpo.

El tiempo que se necesita para su preparación es de aproximadamente un mes. El principal ingrediente es el maíz que debe ser de color rojo, este tipo de maíz es blando lo que hace fácil su molienda, además el color rojo le da una apariencia achocolatada que lo hace ver muy apetitoso.

La técnica de preparación varía de una región a otra. Las comunidades de las zonas montañosas de Villa Victoria, Villa de Allende y Donato Guerra, en el estado de México, usan el ocoxal, que son hojas de pino colocadas a manera de cama al interior de grandes ollas de barro. Ahí se depositan las semillas de maíz para que germinen. Durante una semana debe rociarse con agua fría.

Una vez que el maíz ha germinado, se pone a secar al sol sobre un ayate o petate, durante un periodo que va de tres días a una semana, para facilitar su molienda.

Las mujeres se encargan de moler este maíz seco en metate; la masa no debe quedar muy fina porque ya no serviría para elaborar el sende. La masa obtenida se remoja en agua y se pone a cocer en una olla de barro. Después de hervida se forma en la superficie una nata que se separa.

El resto de la masa se cuela, se exprime y se vuelve a moler para agregarse nuevamente al recipiente. Luego, la masa se vuelve a colar, hasta que sólo queda el líquido la esencia del maíz al cual se le agrega más agua y se deja hervir de 8 a 10

horas. Posteriormente se mezclan dos tipos de chile; pasilla y chilaca con semilla de calabaza, formando una pasta de mole, esta pasta se agrega al líquido que ya se hirvió y se revuelve constantemente, para evitar que se pegue a la olla.

Una vez cocido, se procede a la fermentación de la bebida, que consiste en dejar el líquido obtenido, durante tres o cuatro días en la olla en que se efectuó el hervor y se le agrega una pequeña cantidad de pulque para que fermente, con lo que obtendrá un sabor agridulce.



Sotol

Rarámuri, significa hombre ligero o de pies ligeros. Los integrantes de este pueblo viven en la Sierra Tarahumara, en el estado de Chihuahua, para ellos el mundo se divide en tres planos: el Sol, considerado el padre o Tata Dios; la Luna, la madre que protege durante la noche; y la Tierra. Adoran a la tierra porque da de comer; al Sol, porque calienta y a la Luna, porque guía a los hombres en sus actividades primordiales.

Según la tradición de sus antepasados, Tata Dios creó a un rarámuri con barro y le dio vida por medio de un espíritu., de igual manera creó al mestizo o chabochi, después los metió a cocer, primero al rarámuri y después al chabochi, que quedó más blanco por estar menos tiempo en el horno.

Apesar de la sequía frecuente en su territorio, los rarámuri logran producir algo de maíz, frijol, papa, calabaza, naranja, manzana, durazno y el sotol. Todos estos forman parte de su subsistencia.

El sotol es una planta nativa de los desiertos de Coahuila, Chihuahua, Durango, Zacatecas, Nuevo León y el Sur de Estados Unidos, de hojas largas y fibrosas, de color verde. Para la elaboración del sotol se utiliza la piña o cabeza de esta planta. Existen vestigios de que el sotol fue utilizado desde la época prehispánica por los pobladores de Paquimé, al norte del estado de Chihuahua. Lugar donde se encontraron grandes hornos para la producción de esta bebida.

El sotol ha tenido usos muy variados, antiguamente se utilizaba con fines alimenticios, religiosos, medicinales y para elaborar cestería. Por ejemplo, algunos pueblos como los kikapús de Coahuila, los indios conocidos como mezcaleros y los apa-



ches, del Sur de Estados Unidos, lo utilizaban como alimento. Actualmente esta planta es utilizada como remedio medicinal en el tratamiento de padecimientos como el reumatismo y la diabetes; con fines religiosos y en la elaboración de la bebida que lleva el mismo nombre.

En el estado de Chihuahua el sotol se sigue preparando de manera artesanal bajo el siguiente procedimiento ancestral:

Después de seleccionar y cortar, o jimar, las piñas se colocan en un hoyo en la tierra. Este horno se prepara, acomodando una capa de leña, seguida de una capa de piedra volcánica y posteriormente las piñas que se cubren con una manta o con las hojas de la planta. Al prender el fuego se tapa con tierra y se dejan cocinar al rojo vivo durante cinco o seis horas.

Una vez que las piñas están en su punto, se apaga el fuego con agua y se dejan reposando por tres días, de esta manera empiezan a fermentar y se impregnan del sabor a humo, leña y tierra, dando el rasgo distintivo de la bebida.

Posteriormente sacan las piñas del horno y las machacan en trozos pequeños, depositándolas en tinas de madera enterradas en el suelo, donde se remojan con agua y se dejan fermentar. Al término de esta fermentación, el bagazo se cuele y el agua fermentada se destila en un alambique, obteniendo lo que los sotoleros llaman vino o aguavino. Finalmente, el aguavino pasa por una segunda destilación purificándose, gota a gota.

De acuerdo a las características adquiridas en los procesos de destilación el sotol se clasifica en cuatro tipos: blanco, joven, reposado y añejo. El 8 de agosto del 2002, se otorgó la Denominación de Origen al Sotol en los estados de Durango, Coahuila y Chihuahua, su principal productor.



La importancia del Sotol ha trascendido a la música popular como lo mencionan estas líneas del conocido “Corrido de Chihuahua” de Felipe Bermejo: “¡Qué bonito es Chihuahua! Lindas las noches de luna alegradas con sotol Que por allá por Las Juntas me paseaba con mi amor”.

Tejate

Esta bebida tradicional se considera muy importante en la cocina, historia, nutrición, y agricultura relacionadas con el maíz en los Valles Centrales de Oaxaca. Es sabrosa, vigorizante por sus nutrientes y refrescante.

Su consumo, era acostumbrado, desde épocas prehispánicas, por los reyes zapotecas, Tejate, es una palabra que proviene del náhuatl y que significa agua harinada. Se considera que el tejate tuvo valor ceremonial, pues se bebía el día que se iniciaba la siembra o la cosecha del maíz. Hoy en día, esta bebida aún se acostumbra entre los campesinos de los Valles Centrales de Oaxaca.

Los zapotecos de los Valles centrales de Oaxaca

El término zapoteco proviene de un vocablo náhuatl que significa “pueblo del zapote”. La denominación les fue impuesta por los mexicas debido a la profusión de árboles de zapote en el territorio de los Ben’Zaa o “gentes de las nubes”, término con que se autoidentifican.

Los zapotecos se localizan en Oaxaca, entidad que se caracteriza por su diversidad cultural y lingüística, siendo la lengua zapoteca la que cuenta con mayor número de hablantes. Los zapotecos, se asentaron en los Valles Centrales, desde donde se expandieron hacia la Sierra Norte, Sierra Sur y el Istmo.

Son un pueblo que posee una gran cultura y que ha mostrado tener capacidad para reconstruir y reafirmar su identidad a partir de sus prácticas y habilidades tradicionales. Para el pueblo zapoteco el sistema de cargos que integra la vida festiva y



social; el tequio o trabajo colectivo; y, la Guelaguetza, sistema tradicional de ayuda mutua, son instituciones tradicionales que organizan la vida interna comunitaria; expresándose de manera muy variada entre una comunidad y otra, destacando las mayordomías y la celebración del aniversario del santo patrón de cada comunidad.

En la actualidad, es posible conseguir el tejate en las calles de la ciudad de Oaxaca. Sin duda, esta bebida constituye un ícono cultural perdurable, de gran antigüedad, que da muestra clara de la relación existente entre los alimentos tradicionales y la biodiversidad regional.

Preparación:

La versión más común del tejate se hace con masa de maíz del grano procesado con cenizas, semillas de cacao y la semilla del mamey, y los principales ingredientes son: harina de maíz tostado, semillas de cacao fermentadas, semilla de mamey y la rosita o flor de cacao (flor blanca y perfumada del árbol llamado rosital), utilizada como saborizante y aromatizante; y, azúcar de caña para endulzar.

El tejate, es preparado en dos partes: la masa de pizle y la masa blanca. Para la realización de la primera, se tuesta la semilla del mamey, los granos de cacao y la rosita de cacao; el tostado permite a los ingredientes conservar su sabor. Después los ingredientes son molidos en metate para darle una fina consistencia a la masa.

Para la realización de la masa blanca, se pone a hervir el maíz en agua con cenizas; el producto obtenido es lavado con agua y finamente molido en el metate, hasta obtener una masa suave, posteriormente se mezclan, volviendo a molerlas.

Por último, se agrega agua fría, este paso es crucial. Se puede ver a las mujeres amasando y agregando agua, hundiendo los brazos en las ollas hasta los codos, y removiendo con energía y paciencia la masa. Cuando la mezcla requiere añadir más agua, alzan los brazos y dejan caer el agua de una jícara, procedimiento que permite incorporar aire en la mezcla y la generación de espuma, signo de un buen tejate. Todo el proceso lleva de 2 a 2 ½ horas.

El tejate es una bebida extraordinariamente refrescante, de la que se asegura, que su elaboración tiene que ser escrupulosamente limpia, ya que de otra forma se corta.

Los sabores del maíz tostado y el cacao son fácilmente detectables, mientras que los sabores del hueso de mamey y la rosita de cacao, se dice, no son tan fáciles de distinguir la primera vez que se prueba.

En San Andrés Huayapam, en los Valles Centrales de Oaxaca, en el mes de abril, se realiza la Feria del Tejate. Desde temprano se colocan más de 100 mujeres tejateras que ofrecen la deliciosa bebida milenaria a los visitantes.

De igual forma, desde 2008, se lleva a cabo la Feria del Tejate en la ciudad de Los Ángeles, California, donde un grupo de zapotecos difunde la bebida. Dicha feria tiene lugar acompañada de espectáculos llenos de color, con danzas regionales. Esta bebida tradicional ha cruzado la frontera, siendo incorporada en el menú de algunos restaurantes de Los Ángeles, especializados en platillos mexicanos.



Tepache

El tepache es de consumo general en México aunque su origen se remonta a la época prehispánica, se cree que su significado proviene del náhuatl tepachoa, que significa moler o prensar algo con una piedra, es de sabor dulce, algo ácido y muy refrescante. En general se le llama de esta manera a la bebida que se obtiene de la fermentación de alguna fruta.

Algunos de los pueblos indígenas que beben y elaboran el Tepache son: Amuzgos, Chatinos, Chinantecos, Chontales, Huaves, Mazatecas, Mixes y triquis, en el estado de Oaxaca.

Triquis

Los triquis son un pueblo guerrero que desde sus orígenes ha combatido para defender su autonomía y derechos. De vitalidad ideológica y organización social fuerte, actualmente se encuentran en lucha constante contra la discriminación y en defensa de sus derechos humanos. Luchas en las que las mujeres participan como representantes orgullosas de su pueblo.

En la época prehispánica, huyeron del dominio de los zapotecos. Luego fueron cambiando su residencia a varios sitios de los que fueron expulsados por las enfermedades y los caciques, hasta que finalmente se establecieron en Chichahuxtla.

El nombre “triqui” proviene de la palabra “driqui” en lengua indígena y significa “padre superior”. Anteriormente triqui se le llamaba solo al jefe del clan pero al llegar los españoles se les dio este nombre de manera general a todos los que pertenecían a este pueblo. La mayoría de los triquis habla español y triqui.



Su actividad económica principal es el comercio de productos agrícolas que se cultivan en parcelas mancomunadas que trabajan en grupo. En los mercados de la región realizan el trueque con otros pueblos: ej. Un peso de frijol por un peso de maíz.

En su religión, se manifiestan elementos de la religión católica con los del pasado prehispánico. En estos los triquis tienen varios dioses, unos que son del bien, relacionados con la naturaleza como el fuego, la luna o el rayo; otros que son los del mal como la muerte y el infierno.

Los triquis llevan a cabo fiestas y rituales que significan estar más cerca de Dios. En los bautizos y las bodas, se ofrecen a los invitados al convite, enchiladas con caldo de res, mole con pollo, y bebidas como aguardiente y tepache, que se consumen en grandes cantidades.

En la fiesta del día de muertos, se colocan en la ofrenda (como lo hacen otros pueblos) platillos que al fallecido le gustaban, además de frutas, pan, cigarros, bebidas como el tepache y copal. El copal es importante en las ofrendas pues es con el que “llaman al muerto a hacerse presente” para convivir con los vivos y regresar así “borracho y contento”.

El tepache que consumen los triquis se elabora con piloncillo y chile de árbol ocasionalmente le agregan pulque. Se consume de manera tan usual como la cerveza o el refresco.

Comúnmente, los ingredientes que se requieren para la preparación del tepache, son: la cáscara, la pulpa y el jugo de la fruta se ponen a fermentar a temperatura ambiente (20 a 30° C) de uno a tres días en agua con el piloncillo en barriles muy grandes de madera sin tapa llamados “tepacheras”, y se cubren con manta de cielo para evitar que entren los insectos.,

tras uno o dos días de fermentación la bebida es dulce y refrescante. Con el paso del tiempo su sabor se agria y se torna embriagante hasta convertirse en vinagre.

Tipos de tepache:

- Tepache de timbiriche.- Se elabora con las vainas y las pepitas de la fruta timbiriche.
- Tepache de tibicos.- O granillo, como se le conoce en Oaxaca.
- Tepache de maíz.- Se prepara al mezclar granos de maíz con pulque.
- El más común es el Tepache de Jalisco.- Se hace mediante la fermentación del jugo de distintas frutas como la piña, aunque también se le llega a agregar manzana, naranja, guayaba u otras.



Tesgüino

La palabra tesgüino es de origen náhuatl. Viene de tecuin, que significa, latir el corazón. Y esto debido no a que enamora, sino a que es embriagante y como ocurre con las bebidas alcohólicas, acelera el ritmo cardiaco. Esta bebida es de suma importancia para los rarámuri (mejor conocidos como tarahumaras; pueblo wixárika del Occidente del país, mejor conocido como huichol; ódami (o Tepehuanos del Norte) y guarijíos de Sonora y Chihuahua. A partir de las cartas y diarios de los misioneros durante la colonia, sabemos que los tarahumaras tenían sus propias fiestas y que usaban el maíz en ellas.

El nombre que recibe, su sabor y las plantas utilizadas como catalizadores para que se fermente, varían en cada región. Por ejemplo, la diferencia entre el tesgüino de los huicholes y el de los tarahumaras, es que el de los huicholes es más espeso y dulce.

El tesgüino es ofrecido también como regalo en diferentes fiestas, en calidad de remuneración de las tareas llevadas a cabo por la comunidad o servido en las tesgüinadas; igualmente sirve de compañía al difunto, envuelto en su cobija “para que su espíritu suba al cielo”. El acto de beber tesgüino posee un enorme valor cultural los rarámuri, ya que muchas de las acciones más trascendentes en su vida están matizadas por la imprescindible bebida.

Los rarámuri de la Sierra Tarahumara por lo general viven dispersos en numerosas rancherías; sin embargo, todos ellos se encuentran juntos en las tesgüinadas, importantes fiestas de los rarámuri en las que se toman decisiones sociales y políticas de las comunidades, las tesgüinadas pueden realizarse en cualquier ranchería rarámuri.



La fiesta forma parte de la estrategia agrícola, es decir, se le concibe como un eslabón más en el proceso productivo, y es tan importante como el barbecho, la siembra o la pizca. Entre los rarámuri, se dice que fue Dios quien dio el maíz a los hombres y les enseñó a preparar tesgüino y a bailar, para así darle gracias y ser recíprocos con su creador.

Uno de los acontecimientos más significativos para los jóvenes es cuando se les invita por primera vez a una tesgüinada, sin embargo, previo a que asistan, se les debe dar “mucho consejo”; sólo a partir de entonces, los jóvenes pueden recibir invitaciones para beber, trabajar u organizar las celebraciones religiosas, sabiéndose ya parte plena del mundo de los adultos.

El tesgüino también es consumido en diferentes fiestas religiosas como la semana santa y el 12 de diciembre, en reuniones de trabajo colectivo o faenas en beneficio de la comunidad, y en ocasiones coyunturales como los rituales para combatir la sequía o alguna enfermedad.

Para elaborar el tesgüino se necesitan:

- Maíz
- Agua
- Catalizadores o fortificantes (frijolillo, flor de manzanilla, yerba seréke, semillas de madroño, u otras.)
- En algunas ocasiones, se le añade caña de maíz, siendo así más embriagante.

Se remojan en agua los granos de maíz y se ponen en canastas o en u hoyo que se cava en el suelo en condiciones de oscuridad para su germinación. Al germinar el maíz, se hierve en unas ollas especiales y se muele con agua. Estas ollas son cuidadosamente guardadas y nunca son lavadas o usadas para

cocinar. Los indígenas dicen que estas ollas han “aprendido como hervir”.

Después de enfriarse, se añaden las diversas plantas, que se consideran como catalizadores o fortificantes, y la mezcla se deja fermentar por un tiempo variable (de uno a diez días o más) según el gusto de los consumidores. Mientras más tiempo se deje fermentar la bebida, será más fuerte de sabor.



Vino del sahuaro

El vino del sahuaro, es una bebida consumida por el pueblo tohono o'odham, habitantes del norte del desierto de Sonora. El nombre de esta bebida procede de la cactácea que produce la pitahaya, a partir de la cual se prepara. El sahuaro crece con lentitud, tardando hasta 150 años para llegar a su altura máxima que puede ser de 15 metros.

Los tohono o'odham viven distribuidos, una parte en el estado de Sonora, México, y otra en Arizona, Estados Unidos, después de que se hiciera la división del territorio por la pérdida de la guerra contra los americanos en 1847 y por la firma del Tratado de la Mesilla. A pesar de que la línea fronteriza los separa, los tohono o'odham han logrado mantener, no sin dificultades, algunas de sus prácticas ceremoniales y sus relaciones sociales).

Entre sus celebraciones, acostumbran la fiesta de San Francisco, en la comunidad de San Francisquito, a la que asisten sus parientes de Arizona y miembros de otros grupos indígenas como los seris y los yaquis. En esta fiesta se realizan velaciones, procesiones y baile de pascola.

El baile de pascola, existía desde antes de la conquista y de ser dedicado al culto de la naturaleza, se adaptó para efectuarlo durante algunas fiestas católicas. Los tohono o'odham, dividen el tiempo en dos temporadas, en torno a las cuales desarrollan sus actividades económicas, la primera durante el verano, dedicada a las actividades concernientes a la agricultura, y la segunda, el invierno, relacionada con actividades de caza-recolección. Es así que para este pueblo son tan importantes los diferentes elementos de la naturaleza, como la lluvia y la luna.



De tal forma, que las prácticas rituales de este pueblo han girado en torno a la necesidad de contar con las lluvias para nutrir los cultivos y madurar los frutos del desierto, por ello, entre otras ceremonias, practican el ritual de tomar el vino fermentado del jugo del sahuaro con el fin de traer las lluvias de verano, que tiene lugar en la primera luna llena entre julio y agosto.

La costumbre para preparar el vino ha sido que cuando el fruto madura, las mujeres, acompañadas de los niños, recolectan la pitahaya, para convertir su jugo y pulpa en jarabe. Para que el vino fermente y atraiga las nubes, los cantores bailan y entonan cantos mágicos acompañados con el sonido de sonajas adornadas con plumas de águila, alrededor de una fogata; mientras que los curanderos bendicen el vino.

Las mujeres no están autorizadas para participar en su elaboración. Cuando el vino está listo, un hombre recorre el pueblo para invitar a los demás a la ceremonia de beber, que ha significado también una manera de mantener los lazos sociales.

El vino de sahuaro, es una de las bebidas que se obtienen por la fermentación de su fruto.

Ingredientes:

- Pitahaya
 - Agua
- *No se le agrega azúcar.

Para elaborarlo:

- Los frutos se colocan en un recipiente de cerámica y se remojan en agua para limpiarlos.
- Una vez limpia la fruta, se coloca en un recipiente en el fuego

para que hierva.

- Después de hervir, el jarabe se filtra con un trozo de tela, separando la pulpa para otros usos.
- El jarabe se vierte en otro recipiente de cerámica, se cubre y se deja fermentar por unos días, dando como resultado el vino que será bebido durante la ceremonia.





**GOBIERNO DE
MÉXICO**



México, 2022

