

Por qué la cocina mexicana siempre ha sido sustentable

Adriana María González Reza

RESUMEN

Al discurso de la declaratoria de la Comida Mexicana como Patrimonio de la Humanidad por parte de la UNESCO, faltaría añadir el término –muy en boga– sustentabilidad o sostenibilidad. En un afán por cambiar la mentalidad de los pueblos hacia un trato más amable con nuestro planeta, se pretende adecuar el concepto a muchos de los quehaceres del hombre contemporáneo. A esta nueva visión, muy necesaria en los albores del siglo XXI, le hace falta resaltar aquellas actividades que ya eran sustentables desde su origen.

Éste es el caso de la cocina mexicana, orgullo de un pueblo y casi un manual de historia y cultura patria. Al revisar los últimos siglos de vida de nuestra nación, notamos que la milpa siempre ha permanecido cerca de los hombres como una identidad de producción de alimentos. Modesta y silenciosa, provee a sus cuidadores con los alimentos más básicos y representativos de nuestra gastronomía.

Podríamos decir que el proceso culinario en México comienza desde el cultivo de los productos. En muchas zonas

de tradición indígena, cuando la gente se refiere a los frutos maduros, y en estado óptimo para su consumo, los describe como que están “cocidos” o en “sazón”.

Palabras clave: comida mexicana, sustentabilidad, milpa, identidad, tradición indígena.

WHY MEXICAN CUISINE HAS ALWAYS BEEN SUSTAINABLE

ABSTRACT

There is something lacking in the official speech at the declaration of Mexican Cuisine as a Human Cultural Heritage by UNESCO, a new and very fashionable term: Sustainability. In the intent of changing people's mentality towards a more friendly treatment for our planet, many have tried to adequate this term to contemporary man's actions. However, this new vision, so very necessary at the beginning of this XXI Century, forgets to highlight all those activities which were already sustainable from the very beginning.

This is the particular case of Mexican Cuisine, a whole nation's pride and practically a National History manual. Looking over the last centuries of our nation's life, we may notice that the maize patch has always been near the people as a food production identity. Modest and silent, it has supplied its farmers with the most basic as well as the most representative food in Mexican Food Culture.

We could state that the culinary process in Mexico began at the same moment people started farming. It is only until now that we understand why in many indigenous regions whenever one refers to the ripening of fruits and vegetables, they are always described as “well cooked” or “seasoned”.

Keywords: Mexican food, sustainability, cornfield, identity, indigenous tradition.

*Una civilización que ignora
sus sabores no puede ser
una civilización completa*

José Vasconcelos

LA COCINA: VÍNCULO DEL HOMBRE CON LA NATURALEZA

Tan mágica y espontánea es nuestra comida mexicana que cuando los expertos nos invitan a adecuarla en un producto sustentable, no podemos más que poner cara de asombro. Nos piden que elaboremos una cocina que vincule al hombre con la naturaleza, promueva una relación entre el productor y el consumidor, respete temporadas de cosecha y se limite al consumo de ingredientes disponibles en cada región. “Nada más sensato”, podríamos responder.

¿Que la eco-gastronomía es lo de hoy? ¿Que prestemos atención a los alimentos bio-dinámicos y los llevemos a la mesa? De acuerdo. Necedad y falta de modestia sería rehusarnos a escuchar razones. Consultemos a historiadores, antropólogos, arqueólogos y por supuesto, cocineros. Con los libros en la mano adentrémonos en los remotos orígenes de nuestro tema en cuestión. Veamos si ellos pueden esclarecer nuestro entendimiento.

Según arrojan las principales consultas, nuestra cocina nació a la par de los primeros hombres que habitaron estas tierras. Confirmamos que, como todos los cazadores exper-

tos, ellos ya eran dados a los refinamientos del paladar, así que muy pronto comprendieron la conveniencia de crear una culinaria a partir de productos locales y de primera calidad para satisfacer una de las más básicas necesidades de su condición de mortales: comer como la divinidad mandaba. Lo que no era otra cosa que gozar de gustosos platillos en festines de alabanza y en agradable compañía. Era indispensable nutrir al cuerpo y al espíritu para rendir culto a los dioses.

Así pues, estos beneméritos fundadores de nuestra culinaria se dispusieron a domesticar a todas las especies imprescindibles para lograr lo que su imaginación concebía en cuanto a sabores y texturas, y que sus paladares ansiaban con entusiasmo. Hombres y mujeres ofrecieron todo su talento en la consecución de esta laboriosa e impostergable tarea.

El maíz, frijol, tomate, chile y la calabaza fueron los primeros productos elegidos. Resultado de muchas disertaciones, debió haber sido la creación de la primera milpa, uno de los grandes avances de la civilización. Aportación de Mesoamérica para el mundo, modestia aparte. En un mediano espacio de tierra fértil había que hacer surgir un ecosistema de producción de alimentos que se sustentara a sí mismo. Pródigo en frutos, en cuanto se vio iluminado por los primeros rayos de sol y las primeras lluvias de primavera, rindió generoso los excelsos alimentos que habían de nutrir a los hombres. Sapiéntísima decisión. El portento de la gastronomía había sido creado.

Y pasaron muchos, muchos años. Ante los satisfechos ojos de los primeros hombres, la milpa sencilla, humilde y generosa continúa alimentándolos por muchas generaciones. Vaya que si sabían ya desde antiguo, que los mejores sabores de la coquinaría se logran a partir de productos naturales, sin fertilizantes ni pesticidas que estropeen esos elíxires dignos de seres que han sido creados para saborear las infinitas posibilidades que la tierra ofrece.

Así las cosas, en la milpa germinaron y crecieron alimentos vegetales y animales. Al abrigo del maíz se ampararon el frijol, la calabaza, el chile, los quelites y sus inflorescencias. Variedad de insectos pulularon en torno a este universo vegetal, así también era visitada por roedores, reptiles, aves y hongos que ahí hallaban su alimento. Un cosmos que encontraba su sustento, crecía y se reproducía, moría y renacía en cada ciclo bajo la luz del Sol, la Luna y las estrellas. Era evidente entonces, que las divinidades custodiaban complacidas esta creación fruto del trabajo y el esfuerzo de los hombres.

LAS DEIDADES AGRÍCOLAS DEL MUNDO PREHISPÁNICO

Para dar mayor sustento a nuestras afirmaciones mencionaremos tan solo a las principales deidades agrícolas del mundo prehispánico. En el panteón mexica tenemos a Chicomecóatl, la diosa de los mantenimientos; Cintéotl, la deidad de la mazorca y Xilonen, del maíz tierno que pro-

viene del nahualismo *jilote* y da nombre a la planta que muestra sus primeras espigas. En el mundo maya figura el dios del maíz Nal, quien aparentemente obra desde el inframundo para favorecer a la cosecha.¹

Cuando se dio el encuentro de los ‘Dos mundos’, los migrantes de allende el mar miraban con extrañeza semejante prodigio. Por primera vez fueron testigos de un original sistema de producción de alimentos que se bastaba a sí mismo. De sobra estaban las bestias de carga, ya que eran los mismos naturales quienes, con sus propias manos, entregaban las semillas y con la coa abrían la tierra para permitir el surgimiento de todo un cúmulo de alimentos: granos, legumbres, frutos, yerbas, recursos de vitaminas, minerales y proteínas animales. Nada le faltaba y nada le sobraba. Terminada la cosecha era sólo cuestión de esperar la consecuente degradación de la materia orgánica para volver a requerir sus frutos.

La milpa siguió así marcando las horas, los meses y los días. Imperecedera a cambios económicos y sociales. Generosa y alegre, rebozante de vida aún después de la cosecha, puesto que aún a pesar de haberlo dado todo, ofrecía sus restos como alimento para las bestias traídas por el europeo. Humilde y maternal, miraba cómo los hombres podían

¹ Entre las deidades del maíz existieron, en el mundo mexica, Cintéotl, el “dios mazorca”. Las diosas del maíz se agrupaban según las etapas del crecimiento del cereal: Xilonen, diosa del maíz tierno o jilote; por su parte, Chicomecóatl, la “diosa de los mantenimientos”, representaba el crecimiento del maíz. En la mitología maya el dios favorecedor de la cosecha del maíz, como se comenta en el texto, era llamado Nal.

dedicar las horas de ocio a la creación artística, a la risa y al sueño confiando el sembradío a los pixquimilpan, los nuevos seres encargados de cuidar la milpa.²

No hay mejor testigo de la permanencia de una cosmovisión en el tiempo y en el espacio. Cuentan los otomíes sobre el famoso conejo que desde nuestro país se ve en la luna llena, no es más que un conejo maicero y retozón, castigado por los dioses a devorar al astro para calmar allí su ánimo inquieto. A él se debe que el astro disminuya de tamaño en cada ciclo —pues el roedor no para de devorarla— y que ocurran los diferentes estadios de nuestro satélite y el ciclo de las lluvias.

La milpa es, sin duda alguna, la muestra más clara de un ecosistema perfecto que ha trascendido en la historia de un pueblo. Seres que nos dan alimento, encuentran también su propio alimento. Acaso comenzó la combinación de ingredientes desde que eran simiente. No es casual que en la zona central del país los indígenas se refieran a un fruto maduro como “cocido” o “sazonado” y estén dispuestos a esperar a que llegue ese momento para poder consumirlo.

² Pixquimilpan es un personaje fantástico, propio de la mitología náhuatl, con aspecto de niño de 6 años. Cuando la milpa está enferma y el maíz se nota exánime, es necesario salir muy temprano por la mañana a llamarlo por los cuatro rumbos del Universo. Entonces aparece uno solo con aspecto enfermo y con erupciones en la tez. Se le debe llevar a la casa y cuidarlo hasta que sane. Conforme se restablece el pixquimilpan, la milpa se fortalece. Una vez realizada la cosecha, desaparece tan misteriosamente como vino.

COCINA ECOLÓGICA Y SUSTENTABLE

Sin grandes figuras ni protagonistas, nuestra cocina fue emergiendo poderosa en la humildad de los íntimos fogones. ¡Qué dulces manos fueron las creadoras de platillos dignos de rituales, ceremonias y festejos! Cocina surgida en la modestia del anonimato y que hace de cualquier elemento comestible un ingrediente más, sea ya de origen vegetal, animal o mineral. Protagonista imprescindible en todas las comidas comunitarias, nacida de la devoción a la familia, ha ido de la mano con el devenir de los acontecimientos.

La culinaria mexicana está estructurada sobre un sistema de creencias, tradiciones y sabiduría ancestral con respecto a preceptos de medicina indígena y a fórmulas mágicas que muestran que nuestra cocina es bio-diversa, ecológica, sustentable y con un número infinito de posibilidades. Con el paso del tiempo, nuestra gastronomía fue adquiriendo profundos significados antropológicos y religiosos que la hicieron aún más entrañable para quienes la consumían.

Una cocina con responsabilidad social desde su origen, puesto que involucra a muchas personas en su creación y elaboración. Que surge del corazón mismo del pueblo, de las manos que trabajan la tierra y se enfrentan a los fogones. Una cocina que convoca en torno a la tradición y la cultura. Retorna una y otra vez al origen, y una y otra vez nueva y transformada, con un nuevo rostro, como un rehilete de colores, o una tornasolada serpentina.

Cocina que actualiza el pasado, y lo prolonga en un festivo presente. Cocina que admite el uso de ingredientes sin desperdicio alguno, respetando su naturaleza, frescor, color y sabor. Creada para ceremonias y comidas comunales, para cerrar lazos, integradora de valores familiares, sociales, económicos y ambientales. Sempiterna y civilizadora. Promotora del desarrollo económico de regiones agrícolas específicas. Sangre de un pueblo. Sistema alimentario, estructura que sostiene la identidad de todos los mexicanos. Visión de un mundo y de un futuro.

FUENTES DE CONSULTA

- Ávila Serratos, Mauricio Antonio (2012). *Recetario Tradicional del Distrito Federal. Cocina Indígena y Popular*. México, DF, CONACULTA.
- Bonilla Cazarín, Luis Ricardo (2009). “La tendencia de lo evidente”. *Gastronómica. Cocina Sustentable*, 10.
- Cervantes, Mayán (2006). “El pasado prehispánico en la alimentación y el pensamiento de hoy”. *Arqueología Mexicana. Las flores en el México prehispánico*, 18-25.
- De Orellana, Margarita (editora) (2012). *Elogio de la Cocina Mexicana. Patrimonio Cultural de la Humanidad*. México, DF, Artes de México.
- Echeverría, María Esther y Arroyo, Luna Elena (coordinadoras) (2012). *Recetario del Maíz. Cocina Indígena y Popular*. México, DF, CONACULTA.
- Muñoz Ledo Norma (2011). *Supernaturalia*. México Prisa Ediciones-Altea-Santillana.
- Muñoz Zurita Ricardo (2012). *Diccionario de la Gastronomía Mexicana*. Larousse.
- Ramos Galicia, Yolanda (1993). *Así se come en Tlaxcala*. Tlaxcala. INAH-Gobierno del Estado de Tlaxcala.
- Rojas Rabiela, Teresa (2013) “Agricultura Colonial”, en *Arqueología Mexicana. La Agricultura en Mesoamérica*, 62-67.
- Vela, Enrique (2012). “Breve historia (del maíz)”, en *Arqueología Mexicana. El Maíz: Edición especial número 38*, 10-24.

Copyright of Hospitalidad ESDAI is the property of Universidad Panamericana and its content may not be copied or emailed to multiple sites or posted to a listserv without the copyright holder's express written permission. However, users may print, download, or email articles for individual use.