



CONABIO

Citar como:

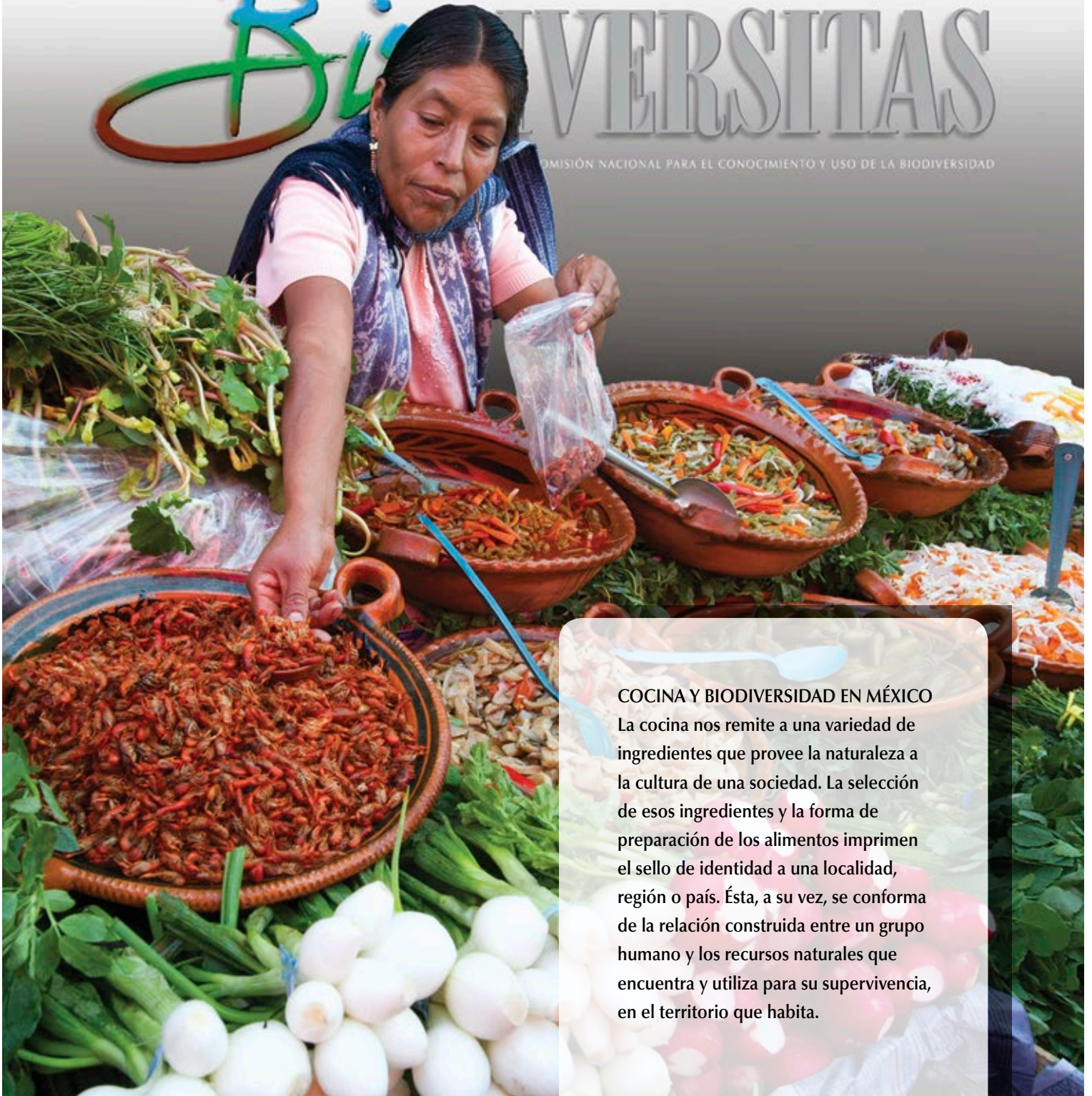
Silva, E., M. Lascurain, A. Peralta de Legarreta. 2016. Cocina y biodiversidad en México. CONABIO. Biodiversitas, 124:1-7

NÚM. 124 ENERO-FEBRERO DE 2016

ISSN: 1870-1760

Biodiversitas

COMISIÓN NACIONAL PARA EL CONOCIMIENTO Y USO DE LA BIODIVERSIDAD



COCINA Y BIODIVERSIDAD EN MÉXICO

La cocina nos remite a una variedad de ingredientes que provee la naturaleza a la cultura de una sociedad. La selección de esos ingredientes y la forma de preparación de los alimentos imprimen el sello de identidad a una localidad, región o país. Ésta, a su vez, se conforma de la relación construida entre un grupo humano y los recursos naturales que encuentra y utiliza para su supervivencia, en el territorio que habita.

COCINA Y BIODIVERSIDAD EN MÉXICO

EVODIA SILVA¹, MAITE LASCURAIN² Y ALBERTO PERALTA DE LEGARRETA³

En portada:
Tianguis en Temoaya,
en la región otomí
del Estado de México.

Foto: © Fulvio Eccardi



Cocina tradicional
en Taxco, Guerrero.

Foto: © Fulvio Eccardi

La megabiodiversidad de nuestro país ha permitido la evolución de una cocina excepcional, que por su riqueza y complejidad ha sido internacionalmente apreciada y reconocida. Por sus importantes aportes a la sociedad y a la cultura, en 2009 la UNESCO nombró a una parte de las cocinas populares mexicanas Patrimonio Inmaterial de la Humanidad. Sin embargo, no se debe dejar de mencionar el notable papel que ha desempeñado Diana Kennedy, incansable investigadora nativa de Essex, Reino Unido, quien llegó a México en 1957 y ha pasado los últimos 45 años de su vida difundiendo el origen de los ingredientes y formas de cocinar en todo el territorio nacional, dentro y fuera del país.¹

La cultura gastronómica incorpora las dimensiones social, temporal y cultural, es decir, la vinculación entre los grupos humanos y la tierra, así como la transmisión de conocimientos: es sazón e identidad a través de las generaciones. Asimismo, la cultura culinaria describe el proceso mediante el cual los alimentos son preparados y la forma como son estéticamente presentados en la mesa. Dicho evento ocurre en el sitio quizá más importante de una casa: la cocina. Ahí se reproducen las emociones y los conocimientos, es decir, la cultura.²

Entonces, ¿cuáles son los elementos que hacen a la cocina mexicana tan particular? La cocina mexicana contemporánea es el producto de un pasado de gran riqueza. Es incluso uno de los elementos más audaces e innovadores que han contribuido a la construcción de la idea de *mexicanidad*,³ como lo refieren los primeros recetarios mexicanos publicados (1830-1890). Encontramos guisos, postres, aguas frescas y tamales, en fin, una lista formidable de platillos con aromas, sabores, texturas, colores y orígenes que remiten a comportamientos sociales como las celebraciones, el ocio, el deporte, el trabajo, etcétera.⁴ Tan sólo cabe recordar que “el mexicano es uno de los pueblos que más botanea”.⁵

Biodiversidad: desde el bosque hasta la mesa

Los muy variados ecosistemas de México, con sus sistemas hídricos, orográficos y forestales, proporcionan salud, servicios, recreo y bienes básicos para la vida. Soportan la estratégica biodiversidad que conforma el gran depósito de los recursos alimentarios (fauna, vegetales, algas, hongos). También albergan a los habitantes que administran, producen, mantienen, distribuyen y guardan esos recursos, tanto en sus va-

En México se domesticaron cultivos de importancia económica, cultural, social y ecológica, tales como el maíz, chile, calabaza, frijol, jitomate, tomate y camote.

riedades locales como a sus parientes. Si se hace un recuento de toda la diversidad geográfica y cultural del país, desde el mar, ríos, lagos, bosques, selvas, hasta huertos, criaderos, cultivos agrícolas, sistemas agroforestales, infraestructuras para el cautiverio y plantaciones, se podrá apreciar que en la cocina mexicana está claramente presente esa diversidad, aunada a la complejidad de formas de cultivo, recolección, cosecha, procesamiento, distribución y consumo de los alimentos.

En México se domesticaron cultivos de importancia económica, cultural, social y ecológica, tales como el maíz, chile, calabaza, frijol, jitomate, tomate, camote, entre otros. Actualmente estas plantas, ya sea producidas como monocultivos o cultivadas en asociación con sistemas agroecológicos, son empleadas con diversos fines y representan la base alimentaria de diversas culturas americanas. Individualmente y en conjunto, dichos cultivos aportan sabores que se han incorporado exitosamente a la gastronomía de casi todos los continentes. La base de datos del Instituto de Biología de la Universidad Nacional Autónoma de México⁶ tiene registradas 4 000 especies de plantas comestibles. Otro elemento particularmente relevante en la cultura gastronómica mexicana es el consumo de insectos. Han sido documentadas alrededor de 300 especies cuyo valor es una combinación muy apropiada para nuestros tiempos, ya que los insectos poseen propiedades altamente nutritivas además de un elevado potencial para su producción.



Elotes, huitlacoques, chiles, calabacitas y verdolagas.

Foto: © Sergio Avendaño

Requieren espacios pequeños para su desarrollo, lo que reduce considerablemente los costos en términos económicos y ambientales, comparados con, por ejemplo, la ganadería. Así, en la comida mexicana cada platillo es una fusión de diversas especies de peces, mariscos, plantas, aves, ganado, insectos y hongos. La peculiaridad culinaria de la cocina mexicana es el reflejo del amplio mosaico ecológico, cultural, social y económico que se encuentra en nuestro país.

En la cocina confluyen la biodiversidad, la cultura y el territorio

Para resaltar el papel central que la comida desempeña en la vida social, política, religiosa y económica de una sociedad, Armelagos⁴ señala que “uno es lo que come”; aunque también afirma que “uno come lo que es”, indicando con ello cómo la cultura es de-

La calabaza de castilla fue domesticada en el suroeste, sureste de Estados Unidos, México y Guatemala.

Foto: © Fulvio Eccardi



terminante pues los alimentos que se consumen en la vida cotidiana, e incluso ceremonialmente, están prescritos por la cultura y ésta conforma el menú. En un espacio geográfico tan diverso cultural y biológicamente, los recursos que cada cocina regional posee se convierten en la radiografía de ese territorio y remiten a lo tradicional, al paisaje y, de manera importante, a la forma de producción, desde la recolección o captura hasta los sistemas agroforestales o aquellos eminentemente agrícolas: todo se conjuga.

En la cultura gastronómica y culinaria para diferenciarse de otras sociedades inciden visiones religiosas, rituales y ceremoniales en todo aquello que se relacione con los alimentos. La creatividad culinaria hace que en cada comunidad se reproduzcan platillos únicos que se convierten en partes esenciales de la comunidad y conforman su identidad.

En México existen 364 variantes lingüísticas. Si a esta diversidad le agregamos el componente culinario, el dato nos referirá, en principio, a que existe el mismo número de formas de alimentación, las cuales se han mantenido a lo largo del tiempo. Incluso, aun sin tomar en cuenta el aspecto lingüístico, la diversidad de platillos ya es abrumadora.

Sin duda, en el México tradicional son las mujeres quienes realizan un manejo complejo de los recursos nativos aplicados a la elaboración de alimentos, y en ellas recaen las decisiones sobre qué alimentos preparar. Cada familia tiene una forma única de confec-

cionar un platillo, y éste a su vez tendrá similitud con los preparados en otras casas de la misma comunidad y de los parientes de generaciones anteriores.⁷

Las recetas de una comunidad junto con otras características compartidas, como las tradiciones, la producción de cultivos, así como los ambientes ecológicos y las lenguas, contribuyen a la conformación de su identidad y forman parte de lo que bien podría llamarse *genética cultural*. La elección de algo digno y comestible se hace de acuerdo con las reglas y cosmovisión de una comunidad, aspecto determinante para su producción y los procesos de selección disponibles en su entorno.

Además, existen valores espirituales y ceremoniales que guían las actividades cotidianas y están relacionadas con actividades como el cultivo, la recolección y la pesca. Un ejemplo de ello es el mantenimiento y resguardo de las semillas criollas por parte de los agricultores indígenas o mestizos, lo que ha dado como resultado una forma de conservar la biodiversidad en México.

Cambios globales y locales

Actualmente se registran impactos ecológicos, sociales, políticos y culturales negativos por el uso inadecuado o pérdida de la biodiversidad, que ocasionan cambios en la producción y calidad de la comida. La pérdida de la capacidad de decisión sobre el uso de la tierra y sus productos fragmenta la cultura tradicio-

Preparación de una
tetela de maíz, hoja
santa y frijoles.
Foto: © Fulvio Eccardi





El mestizaje en un puesto: nopales, rábanos, habas y sopa de verduras.

Foto: © Fulvio Eccardi

nal culinaria y el modo de vida de una sociedad, alterando su vinculación con el entorno. La percepción de lo comestible se transforma, así como el significado ancestral de los alimentos y las posibilidades de diferenciarse de otros grupos.

Cuando las especies vegetales o animales de uso comestible desaparecen o se convierten en raras o escasas sobreviene una reacción en cadena: se pierden las formas de consumo y preparación, hay bajos niveles de subsistencia y de nutrientes en la dieta y se debilitan los sistemas productivos que las soportan. La pérdida de esos recursos es multifactorial y en parte se debe a la introducción de variedades exóticas que presentan nuevos marcos económicos y nuevas formas de producción e intercambio. Sin embargo, también se debe a los cambios drásticos en el uso

del suelo, a la contaminación y a la migración, entre otros factores que afectan la pérdida de recursos.

De continuar esa situación no sólo se desvanecería una cultura gastronómica y culinaria importante, sino también una parte del patrimonio biocultural que comprende las lenguas, los conocimientos ancestrales sobre la base de los recursos y los ciclos naturales, la cosmovisión y la historia natural de un territorio. Es por ello fundamental reorientar los esfuerzos desde diversos frentes para revitalizar nuestra relación con el territorio que habitamos y que nos sustenta. Con lo anterior nos referimos a la importancia de fomentar el respeto y apreciación por el conocimiento ancestral sobre la tierra y los recursos nativos, incluyendo los usos y costumbres alimentarios de las comunidades. Proteger los sistemas locales de producción y las

Acociles, chilacayotes y tlapiques mexicanos.

Foto: © Fulvio Eccardi



La flor de calabaza y la hoja santa pueden servir de excelentes acompañantes a un pescado blanco.

Foto: © Fulvio Eccardi



Según datos de 2012, México ocupa el 10° lugar en producción de chiles secos, con 60 mil toneladas, lo que representa 2.6% del total mundial.

Foto: © Fulvio Eccardi

poblaciones de plantas y animales es fundamental. Todos estos elementos en conjunto son la esencia de la cultura y la supervivencia de los grupos humanos.

En las últimas tres décadas se ha acentuado la tendencia entre los consumidores de clase media a preferir en su alimentación productos orgánicos y tradicionales. Hay una fascinación por lo exótico y un interés renovado por conocer de dónde provienen esos productos, incluso cómo los elaboran. Por otro lado, en las regiones productoras la tendencia es atender las demandas de los consumidores y, en particular, maximizar sus ingresos al vender todo lo producido a la primera oportunidad.

Sin duda, la presencia en los medios de comunicación de fuertes denuncias de contaminación, patógenesis y empobrecimiento, relacionado con las grandes industrias, ha provocado la aparición de una nueva conciencia social a través de productos “con causa”. Se busca regresar a lo básico, a lo natural, al comercio justo y de cercanías, a los productos “orgánicos”, es decir, libres de químicos y producidos de manera natural. Las nuevas exigencias de los consumidores tienen vertientes relacionadas con la salud y con el regreso a los sabores y conocimientos originales de los alimentos, es decir, volver a nuestra identidad.

En la práctica, ¿qué podemos hacer?

La diversidad plasmada en los platillos tiene su origen en un entorno cultural particular y en las complejas prácticas de aprovechamiento del suelo y de los recursos. En consecuencia, para que las poblaciones





La cultura de las sabias cocinas callejeras mexicanas.

Foto: © Fulvio Eccardi

humanas sigan disfrutando diferentes sabores, combinaciones y nutrientes en su dieta es inaplazable realizar acciones para la conservación y gestión adecuada de los sistemas agrícolas que las soportan, así como salvaguardar los saberes populares que los sustentan. Por ello, al consumir productos derivados de estos sistemas contribuimos a preservar la diversidad de especies, fortalecemos la economía campesina y pesquera a pequeña escala y apoyamos la perpetuación de las especies nativas en huertos y ranchos familiares.

Hay múltiples fuerzas que provocan el uso de nuevos ingredientes, adaptaciones y hasta reinventiones de nuestras cocinas y los sistemas de producción que los sustentan, pero en la práctica podemos contribuir adquiriendo productos locales de temporada en los mercados o tianguis tradicionales, cultivados a una distancia mínima. De esta manera se evita el consumo de combustibles en el traslado, la imposición de productos ajenos y los abusos comerciales. Los mercados o tianguis mexicanos son los pilares de la economía local y regional, y con ellos se alienta a los productores a seguir manteniendo la gran diversidad de recursos alimentarios de nuestro territorio.

Otra forma de reforzar la identidad gastronómica local es cocinar en familia, compartiendo saberes con los niños y jóvenes, llevándolos a conocer el origen de los ingredientes y la variedad de los platillos de acuerdo con la sazón, los insumos locales y los conocimientos tradicionales.⁷ Debemos partir de la premisa de que promover y revalorar una producción diversificada y fomentar el intercambio de productos se traducirá en una alimentación nutritiva y sustentable.

Bibliografía

- ¹ http://www.biodiversidad.gob.mx/ usos/dk/qs_dk.php.
- ² Peralta de Legarreta, A. 2009. "Identidad en construcción", *Gastronómica de México* 27: 12.
- ³ Bak-Geller, C. S. 2013. "Narrativas deleitosas de la nación. Los primeros libros de cocina en México (1830-1890)", *Desacatos* 43:31-44.
- ⁴ Armelagos, G. 2003. "La cultura y contacto: el choque de dos cocinas mundiales", en J. Long (coord.), *Conquista y comida. Consecuencias del encuentro de dos mundos*. México, Universidad Nacional Autónoma de México, pp. 105-129.
- ⁵ Kennedy, D. 2012. *Cocina esencial de México*. México, Océano.
- ⁶ Caballero, J., A. Casas, L. Cortés y , C. Mapes. 1998. "Patrones en el conocimiento, uso y manejo de plantas en pueblos indígenas de México", *Estudios Atacameños* 16:181-195.
- ⁷ Silva Rivera, E., A. Aguilar Meléndez y A. Peralta de Legarreta. [En prensa.] "Diversidad biocultural, alimentación e identidad gastronómica en México. Una propuesta para mantener la soberanía", en: E. Silva Rivera, V. Martínez, E. Rodríguez Luna y M. Lascurain (eds.), *De la recolección a los agroecosistemas: soberanía alimentaria y conservación de la biodiversidad*. Xalapa, Universidad Veracruzana.

¹ Centro de Investigaciones Tropicales/Universidad Veracruzana. esilva.rivera@gmail.com

² Red Ambiente y Sustentabilidad, Instituto de Ecología, A. C. maite.lascurain@inecol.mx

³ Facultad de Turismo y Gastronomía de la Universidad Anáhuac México Norte. alberto@alberto-peralta.com