



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL

ESCUELA SUPERIOR DE TURISMO

SECCIÓN DE ESTUDIOS DE POSGRADO E INVESTIGACIÓN

**“Atlas de la diversidad gastronómica que ofrecen los pueblos mágicos de
Tepotzotlán, Valle de Bravo, Malinalco, El Oro y Metepec en el Estado de
México”**

Tesis

Que para obtener el grado de

Maestra en Administración e Innovación del Turismo

Presenta

Lic. en G. Osorno Herrera Wendy Diblit

Dirigida por:

Dra. Rocío Isabel Caballero Alvarado

Dr. Víctor Ramón Oliva Aguilar

Comité tutorial:

Dr. Jerónimo Ramos Sáenz Pardo

Dr. Napoleón Rosario Conde Gaxiola

Mtro. José Alberto Reyes Ramírez



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
SECRETARÍA DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO

SIP-13
REP 2017

*ACTA DE REGISTRO DE TEMA DE TESIS
Y DESIGNACIÓN DE DIRECTOR DE TESIS*

Ciudad de México, a de del

El Colegio de Profesores de Posgrado de en su Sesión
(Unidad Académica)

No. celebrada el día del mes de conoció la solicitud presentada por el (la) alumno (a):

Apellido Paterno:	Osorno	Apellido Materno:	Herrera	Nombre (s):	Wendy Diblit
-------------------	---------------	-------------------	----------------	-------------	---------------------

Número de registro:

del Programa Académico de Posgrado:

Referente al registro de su tema de tesis; acordando lo siguiente:

1.- Se designa al aspirante el tema de tesis titulado:

"Atlas de la diversidad gastronómica que ofrecen los pueblos mágicos de Tepotzotlán, Valle de Bravo, Malinalco, El Oro y Metepec en el Estado de México"

Objetivo general del trabajo de tesis:

Proponer un atlas de diversidad gastronómica de los primeros cinco pueblos con denominación de Pueblo Mágico en el Estado de México con el fin de ayudar al fortalecimiento de la identidad de la gastronomía mexicana como recurso o atractivo cultural inmaterial para impulsar el turismo.

2.- Se designa como Directores de Tesis a los profesores:

Director: 2° Director:
No aplica:

3.- El Trabajo de investigación base para el desarrollo de la tesis será elaborado por el alumno en:

que cuenta con los recursos e infraestructura necesarios.

4.- El interesado deberá asistir a los seminarios desarrollados en el área de adscripción del trabajo desde la fecha en que se suscribe la presente, hasta la aprobación de la versión completa de la tesis por parte de la Comisión Revisora correspondiente.

Director(a) de Tesis

[Firma]
Dra. Rocío Isabel Caballero Alvarado.

2° Director de Tesis (en su caso)

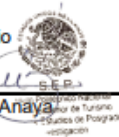
[Firma]
Dr. Víctor Ramón Oliva Aguilar.

Aspirante

[Firma]
Osorno Herrera Wendy Diblit.

Presidenta del Colegio

[Firma]
Mtra. Marcela Hernández Anaya





INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
SECRETARÍA DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO

SIP-14
REP 2017

ACTA DE REVISIÓN DE TESIS

En la Ciudad de siendo las horas del día del mes de del se reunieron los miembros de la Comisión Revisora de la Tesis, designada por el Colegio de Profesores de Posgrado de: para examinar la tesis titulada:

del (la) alumno (a):

Apellido Paterno:	Osonoro	Apellido Materno:	Herrera	Nombre (s):	Wendy Diblit
--------------------------	----------------	--------------------------	----------------	--------------------	---------------------

Número de registro:

Aspirante del Programa Académico de Posgrado:

Una vez que se realizó un análisis de similitud de texto, utilizando el software antiplagio, se encontró que el trabajo de tesis tiene 15 % de similitud. **Se adjunta reporte de software utilizado.**

Después que esta Comisión revisó exhaustivamente el contenido, estructura, intención y ubicación de los textos de la tesis identificados como coincidentes con otros documentos, concluyó que en el presente trabajo SI NO **SE CONSTITUYE UN POSIBLE PLAGIO.**

JUSTIFICACIÓN DE LA CONCLUSIÓN: *(Por ejemplo, el % de similitud se localiza en metodologías adecuadamente referidas a fuente original)*

El documento presente el mayor % de similitud en las fuentes y citas bibliográficas consultadas con respecto al marco relacionado con la gastronomía y que están referidas de acuerdo a los lineamientos establecidos

****Es responsabilidad del alumno como autor de la tesis la verificación antiplagio, y del Director o Directores de tesis el análisis del % de similitud para establecer el riesgo o la existencia de un posible plagio.**

Finalmente y posterior a la lectura, revisión individual, así como el análisis e intercambio de opiniones, los miembros de la Comisión manifestaron **APROBAR** **SUSPENDER** **NO APROBAR** la tesis por **UNANIMIDAD** o **MAYORÍA** en virtud de los motivos siguientes:

*El trabajo de investigación está completo al concluir cada uno de los apartados y capítulos que conforman la estructura del mismo *Las conclusiones reflejan el propósito de la investigación, y por ello las aportaciones al campo de estudio que se hace con el trabajo.

COMISIÓN REVISORA DE TESIS



Dra. Rocio Isabel Caballero Alvarado
Director de Tesis




Dr. Jerónimo Ramos-Spérez Pardo



Dr. Napoleón Rosario Conde Gauquía



Dr. Victor Ramón Oliva Aguilar
2º Director de Tesis



MG TIC. José Alberto Reyes Ramirez



Mtra. Marcela Hernández Anaya
PRÉSIDENTE DEL COLEGIO DE PROFESORES

INSTITUTO POLITECNICO NACIONAL
SECRETARIA DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO

CARTA CESIÓN DE DERECHOS

En la Ciudad de México el día **17** del mes de **junio** del año **2021**, la que suscribe **Osorno Herrera Wendy Diblit**, alumna del Programa de Maestría en Administración e Innovación del Turismo con número de registro **B190795**, adscrito a la Escuela Superior de Turismo, manifiesta que es autora intelectual del presente trabajo de Tesis bajo la dirección de la **Dra. Rocío Isabel Caballero Alvarado** y el **Dr. Víctor Ramón Oliva Aguilar**, y cede los derechos del trabajo titulado **"Atlas de la diversidad gastronómica que ofrecen los pueblos mágicos de Tepotzotlán, Valle de Bravo, Malinalco, El Oro y Metepec en el Estado de México"**, al Instituto Politécnico Nacional para su difusión, con fines académicos y de investigación.

Los usuarios de la información no deben reproducir el contenido textual, graficas o datos del trabajo sin el permiso expreso del autor y/o directores del trabajo. Esta puede ser obtenida escribiendo a la siguiente dirección **wendydiblit@gmail.com**. Si el permiso se otorga, el usuario deberá dar el agradecimiento correspondiente y citar la fuente de este.



Osorno Herrera Wendy Diblit

Agradecimientos

Al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT) por la beca obtenida para el estudio de esta maestría durante el periodo del 1 de agosto del 2019 al 31 de julio del 2021.

A mis directores de tesis y mi comité tutorial. Los doctores Víctor Ramón Oliva Aguilar, Rocío Isabel Caballero Alvarado, Jerónimo Ramos Sáenz Pardo, Napoleón Rosario Conde Gaxiola y el Maestro José Alberto Reyes Ramírez por la enseñanza adquirida a lo largo de estos dos años, por guiarme, corregirme, apoyarme y darme consejos para la realización de esta investigación.

A la Escuela Superior de Turismo (EST) del Instituto Politécnico Nacional (IPN) por la enseñanza y el apoyo otorgado durante este tiempo.

A mis padres María Elena Herrera Rangel y Mario Jesús Osorno García y mis hermanos Jessica e Iván por su apoyo a lo largo de mi vida, por creer en mi y apoyarme en las decisiones que tomo.

A Gustavo por motivarme a seguir mis sueños, apoyarme en todo momento y no dejar que me rinda a pesar de las circunstancias.

Índice general

Índice general.....	6
Índice de tablas	8
Índice de fichas.....	9
Índice de mapas	15
Resumen.....	18
Abstract	19
Introducción	20
Antecedentes	22
Planteamiento del problema	27
Pregunta de investigación.....	31
Objetivo General:	32
Objetivos Específicos:.....	32
Justificación	32
Matriz de Congruencia	36
CAPÍTULO I: Marco Conceptual.....	37
1.1- Conceptualización de un atlas.....	37
1.2- La alimentación y la cocina tradicional mexicana	39
1.2.1- La importancia de la gastronomía en el turismo	41
1.2.2- Diversidad gastronómica en México.....	43
1.2.3- ¿Cómo se conforma la identidad gastronómica?	45
1.3- Elaboración de un atlas de diversidad gastronómica.	47
1.4.- La gastronomía como patrimonio cultural inmaterial	49
1.5- Programa Pueblos Mágicos.....	52
1.5.1- El papel de la gastronomía en Pueblos Mágicos.....	56
CAPITULO II: Marco contextual	58
2.1- Regiones gastronómicas de México.....	58
2.2- Localización de los Pueblos Mágicos que forman parte del estudio	60
2.2.1- Características sociales y económicas de Tepotzotlán	62
2.2.2- Características sociales y económicas de Valle de Bravo	63
2.2.3- Características sociales y económicas de Malinalco	63
2.2.4- Características sociales y económicas de El Oro.....	64

2.2.5- Características sociales y económicas de Metepec	65
2.3- Oferta turística	66
CAPITULO III: Marco metodológico.....	71
3.1- Método etnográfico y de sistematización	71
3.2 Ejemplificación del atlas de diversidad gastronómica	76
CAPITULO IV: Resultado y su discusión	78
4.1- Tepetzotlán	80
4.2- Valle de Bravo	123
4.3- Malinalco.....	162
4.4- El Oro.....	203
4.5- Metepec.....	234
Conclusiones	268
Recomendaciones	272
Bibliografía	273
Anexos.....	281

Índice de tablas

Tabla 1: Atlas que sirven de apoyo	25
Tabla 2: Pueblos Mágicos del Estado de México	31
Tabla 3: Regiones gastronómicas.....	58
Tabla 4: Tepetzotlán.....	66
Tabla 5: Valle de Bravo.....	67
Tabla 6: Malinalco	68
Tabla 7: El Oro	68
Tabla 8: Metepec.....	69
Tabla 9: La alimentación a través del tiempo	281
Tabla 10: Turismo y gastronomía.....	281
Tabla 11: Identidad gastronómica.....	283
Tabla 12: Pueblos mágicos	283

Índice de fichas

Ficha 1: Festividades	72
Ficha 2: Platos tradicionales	74
Ficha 3: Alimentos endémicos	74
Ficha 4: Bebidas.....	75
Ficha 5: Información geográfica.....	75
Ficha 6: Información geográfica de Tepotzotlán.....	82
Ficha 7: Tepotzotlán carpa común	86
Ficha 8: Tepotzotlán maíz cacahuacintle	87
Ficha 9: Tepotzotlán acociles	88
Ficha 10: Tepotzotlán trucha arcoíris.....	90
Ficha 11: Tepotzotlán frijol negro perla	91
Ficha 12: Tepotzotlán chícharo	92
Ficha 13: Tepotzotlán alfalfa	93
Ficha 14: Tepotzotlán garbanzo	94
Ficha 15: Tepotzotlán betabel.....	95
Ficha 16: Tepotzotlán xoconostle	96
Ficha 17: Tepotzotlán escamoles	97
Ficha 18: Tepotzotlán chinicuiles	98
Ficha 19: Tepotzotlán chapulines.....	100
Ficha 20: Tepotzotlán caracol de campo.....	101
Ficha 21: Tepotzotlán miel	102
Ficha 22: Feria de las flores	104
Ficha 23: Fiesta de San Pedro Apóstol	105
Ficha 24: Fiesta del señor del nicho	105
Ficha 25: Festival de música antigua.....	106
Ficha 26: Feria de la magia y el encanto	107
Ficha 27: Feria regional de gastronomía	108
Ficha 28: Sopa de chapulines	112
Ficha 29: Sopa de caracol.....	113
Ficha 30: Chiles toluco.....	114
Ficha 31: Dulce de xoconostle.....	114
Ficha 32: Carnitas a la leña.....	115

Ficha 33: Conejo asado a la miel	116
Ficha 34: Guajolote en adobo	117
Ficha 35: Basura	118
Ficha 36: Mixiote de conejo	119
Ficha 37: Nieves.....	120
Ficha 38: Xocolátl	121
Ficha 39: Sangre de conejo	121
Ficha 40: Agua de xoconostle.....	122
Ficha 41: Pulque	123
Ficha 42: Información geográfica de Valle de Bravo.....	125
Ficha 43: Valle de Bravo maíz azul	129
Ficha 44: Valle de Bravo trucha arcoíris	130
Ficha 45: Valle de Bravo miel	131
Ficha 46: Valle de Bravo caña.....	132
Ficha 47: Valle de Bravo guayaba.....	133
Ficha 48: Valle de Bravo anís.....	134
Ficha 49: Valle de Bravo frijol negro perla	135
Ficha 50: Valle de Bravo charales.....	136
Ficha 51: Valle de Bravo cebada.....	137
Ficha 52: Valle de Bravo zarzamora	138
Ficha 53: Valle de Bravo membrillo.....	139
Ficha 54: Valle de Bravo capulín	140
Ficha 55: Valle de Bravo alcachofa.....	141
Ficha 56: Feria de Santa María.....	143
Ficha 57: Fiesta de San Francisco de Asís.....	144
Ficha 58: Semana santa.....	144
Ficha 59: Día de muertos.....	145
Ficha 60: Asunción de la virgen María	146
Ficha 61: Festival de las almas	146
Ficha 62: Aniversario de Valle de Bravo.....	147
Ficha 63: Feria del pulque	147
Ficha 64: Alcachofas	151
Ficha 65: Ate.....	152

Ficha 66: Carnitas de cerdo	153
Ficha 67: Mole rojo	154
Ficha 68: Cabeza al vapor	155
Ficha 69: Tamal de frijol	155
Ficha 70: Tamal de charal.....	156
Ficha 71: Tamal de capulín.....	157
Ficha 72: Tamal de ceniza Valle de Bravo	157
Ficha 73: Nieves.....	158
Ficha 74: Piloncillo.....	159
Ficha 75: Atole de fruta.....	159
Ficha 76: Sambumbia zende	160
Ficha 77: Sambumbia	160
Ficha 78: Pulque Valle de Bravo	161
Ficha 79: Licores	162
Ficha 80: Información geográfica de Malinalco	164
Ficha 81: Malinalco maíz azul.....	168
Ficha 82: Malinalco maíz cacahuacintle	169
Ficha 83: Malinalco miel.....	170
Ficha 84: Malinalco caña	171
Ficha 85: Malinalco trucha arcoíris	172
Ficha 86: Malinalco guayaba rosa	173
Ficha 87: Malinalco alverjón	174
Ficha 88: Malinalco jitomate.....	175
Ficha 89: Malinalco frijol flor de mayo.....	176
Ficha 90: Malinalco café.....	177
Ficha 91: Malinalco ciruela.....	178
Ficha 92: Malinalco lima.....	179
Ficha 93: Malinalco níspero	180
Ficha 94: Malinalco zapote negro	181
Ficha 95: Malinalco aguacate.....	182
Ficha 96: Celebración de los judíos	184
Ficha 97: Velorio de los angelitos.....	184
Ficha 98: Fiesta del pentecostés	185

Ficha 99: Día de muertos Malinalco.....	185
Ficha 100: Semana santa Malinalco.....	186
Ficha 101: Fiesta del divino salvador.....	186
Ficha 102: Festival cultural.....	187
Ficha 103: Fiesta de San Nicolás.....	187
Ficha 104: Fiesta de San Guillermo.....	188
Ficha 105: Señor de la escalera.....	188
Ficha 106: Fiesta de San Juan.....	189
Ficha 107: Fiesta de San Andrés.....	189
Ficha 108: Pan.....	192
Ficha 109: Tamal de capulín Malinalco.....	193
Ficha 110: Trucha estilo Malinalco.....	193
Ficha 111: Caldo de iguana.....	194
Ficha 112: Armadillo guisado.....	195
Ficha 113: Tamal de ceniza Malinalco.....	195
Ficha 114: Tlacoyos de comal.....	196
Ficha 115: Tamal de ajolote.....	197
Ficha 116: Sorbete.....	198
Ficha 117: Jabalí adobado.....	198
Ficha 118: Tamal de rana.....	199
Ficha 119: Pulque Malinalco.....	200
Ficha 120: Licor de fruta.....	201
Ficha 121: Mezcal.....	202
Ficha 122: Información geográfica de El Oro.....	205
Ficha 123: El Oro maíz rojo.....	208
Ficha 124: El Oro maíz azul.....	209
Ficha 125: El Oro caña.....	210
Ficha 126: El Oro guayaba.....	211
Ficha 127: El Oro anís.....	212
Ficha 128: El Oro alverjón.....	213
Ficha 129: El Oro trucha arcoíris.....	214
Ficha 130: El Oro acociles.....	215
Ficha 131: El Oro miel.....	216

Ficha 132: Carnaval	218
Ficha 133: Celebración de la virgen	218
Ficha 134: Fiesta de Santa Rosa de Lima.....	219
Ficha 135: Feria de San Miguel Arcángel	220
Ficha 136: Rollo de guayaba.....	224
Ficha 137: Jamoncillo	224
Ficha 138: Cola de macho	225
Ficha 139: Mole rojo	226
Ficha 140: Mole verde.....	227
Ficha 141: Barbacoa de borrego	228
Ficha 142: Tamales de judas	229
Ficha 143: Sende Choo	230
Ficha 144: Chiva	231
Ficha 145: Atole agrio.....	232
Ficha 146: Agua de sambumbia	233
Ficha 147: Información geográfica de Metepec.....	235
Ficha 148: Metepec maíz azul	238
Ficha 149: Metepec maíz cacahuacintle	239
Ficha 150: Metepec chilacayote.....	240
Ficha 151: Metepec jocoyol	241
Ficha 152: Metepec haba	242
Ficha 153: Metepec acociles	243
Ficha 154: Metepec charales.....	244
Ficha 155: Metepec miel	245
Ficha 156: Metepec café	246
Ficha 157: Ritual del fuego nuevo	248
Ficha 158: San Isidro Labrador	249
Ficha 159: Festival Quimera	250
Ficha 160: Día de muertos.....	251
Ficha 161: Feria del alfeñique	251
Ficha 162: Dulce de necuiztle.....	256
Ficha 163: Dulce de chilacayote	256
Ficha 164: Salsa de jocoyol.....	257

Ficha 165: Salsa apayonada	257
Ficha 166: Habas despizadas.....	258
Ficha 167: Ensalada de acociles	258
Ficha 168: Tamal de charal Metepec	259
Ficha 169: Alfeñique.....	260
Ficha 170: Ensalada de plaza.....	261
Ficha 171: Pinole de maíz azul	261
Ficha 172: Mixiote de conejo	262
Ficha 173: Pan de pulque	263
Ficha 174: Limón relleno de coco.....	264
Ficha 175: Chile atole	264
Ficha 176: Atole de pinole.....	265
Ficha 177: Garañoña	266
Ficha 178: Chiloctli	266
Ficha 179: Mosquito.....	267

Índice de mapas

Mapa 1: Regiones gastronómicas	59
Mapa 2: 5 primeros pueblos mágicos del estado de México.....	61
Mapa 3: Nivel nacional.....	78
Mapa 4: Nivel regional	79
Mapa 5: Atractivos turísticos	79
Mapa 6: Localidades de Tepotzotlán	81
Mapa 7: Etnias en Tepotzotlán	81
Mapa 8: Tepotzotlán carpa común	86
Mapa 9: Tepotzotlán maíz cacahuacintle	87
Mapa 10: Tepotzotlán acociles	88
Mapa 11: Tepotzotlán trucha arcoíris	89
Mapa 12: Tepotzotlán frijol negro perla	90
Mapa 13: Tepotzotlán chícharo	91
Mapa 14: Tepotzotlán alfalfa	92
Mapa 15: Tepotzotlán garbanzo	94
Mapa 16: Tepotzotlán betabel.....	95
Mapa 17: Tepotzotlán xoconostle.....	96
Mapa 18: Tepotzotlán escamoles	97
Mapa 19: Tepotzotlán chinicuiles	98
Mapa 20: Tepotzotlán chapulines.....	100
Mapa 21: Tepotzotlán caracol de campo.....	101
Mapa 22: Tepotzotlán miel	102
Mapa 23: Municipio de Tepotzotlán	112
Mapa 24: Localidades de Valle de Bravo.....	124
Mapa 25: Etnias en Valle de Bravo.....	125
Mapa 26: Valle de Bravo maíz azul	129
Mapa 27: Valle de Bravo trucha arcoíris	130
Mapa 28: Valle de Bravo miel	131
Mapa 29: Valle de Bravo caña.....	132
Mapa 30: Valle de Bravo guayaba.....	133
Mapa 31: Valle de Bravo anís	134
Mapa 32: Valle de Bravo frijol negro perla	135

Mapa 33: Valle de Bravo charales	136
Mapa 34: Valle de Bravo cebada.....	137
Mapa 35: Valle de Bravo zarzamora	138
Mapa 36: Valle de Bravo membrillo.....	139
Mapa 37: Valle de Bravo capulín.....	140
Mapa 38: Valle de Bravo alcachofa	141
Mapa 39: Municipio de Valle de Bravo	151
Mapa 40: Localidades de Malinalco	163
Mapa 41: Etnias en Malinalco	164
Mapa 42: Malinalco maíz azul.....	167
Mapa 43: Malinalco maíz cacahuacintle	168
Mapa 44: Malinalco miel.....	169
Mapa 45: Malinalco caña	170
Mapa 46: Malinalco trucha arcoíris	171
Mapa 47: Malinalco guayaba rosa	172
Mapa 48: Malinalco alverjón.....	174
Mapa 49: Malinalco jitomate	175
Mapa 50: Malinalco frijol flor de mayo.....	176
Mapa 51: Malinalco café	177
Mapa 52: Malinalco ciruela.....	178
Mapa 53: Malinalco lima.....	179
Mapa 54: Malinalco níspero.....	180
Mapa 55: Malinalco zapote negro	181
Mapa 56: Malinalco aguacate	182
Mapa 57: Municipio de Malinalco.....	192
Mapa 58: Localidades de El Oro.....	204
Mapa 59: Etnias en El Oro	204
Mapa 60: El Oro maíz rojo.....	208
Mapa 61: El Oro maíz azul.....	209
Mapa 62: El Oro caña	210
Mapa 63: El Oro guayaba	211
Mapa 64: El Oro anís	212
Mapa 65: El Oro alverjón.....	213

Mapa 66: El Oro trucha arcoíris	214
Mapa 67: El Oro acociles	215
Mapa 68: El Oro miel.....	216
Mapa 69: Municipio de El Oro	223
Mapa 70: Localidades de Metepec	234
Mapa 71: Etnias en Metepec	235
Mapa 72: Metepec maíz azul	238
Mapa 73: Metepec maíz cacahuacintle	239
Mapa 74: Metepec chilacayote.....	240
Mapa 75: Metepec jocoyol	241
Mapa 76: Metepec haba	242
Mapa 77: Metepec acociles	243
Mapa 78: Metepec charales.....	244
Mapa 79: Metepec miel	245
Mapa 80: Metepec café	246
Mapa 81: Municipio de Metepec.....	255

Resumen

Al hablar del Estado de México y ubicar un estado del arte gastronómico específico de la zona, se puede observar que son escasas las investigaciones que abordan la cocina en los pueblos mágicos, es por ello que la presente investigación se realiza con el fin de documentar los platillos tradicionales, alimentos endémicos y costumbres alimentarias que se tienen en los pueblos mágicos de Tepotzotlán, Valle de Bravo, Malinalco, El Oro y Metepec en el Estado de México tomando en cuenta las características geográficas (las cuales ayudan a conocer que alimentos se dan en cada zona ya que son estos los que dan pauta a los platillos que distinguen este estado) para la elaboración de productos turísticos como rutas, recorridos, circuitos o experiencias basadas en la gastronomía, así como también para la preservación del este patrimonio inmaterial y como base para futuras investigaciones de índole turística, gastronómica, social y ambiental.

El atlas de diversidad gastronómica propuesto está conformado por una serie de mapas donde se ubican las localidades en que se producen los alimentos con que se elaboran los platillos y bebidas documentados en el mismo y cuentan con información a detalle del cultivo de los ingredientes, elaboración de los platillos y bebidas, festividades que se realizan, etnias que conviven, entre otros datos que permiten generar un análisis más completo sobre las dinámicas sociales y culturales que se tienen en las zonas de estudio.

Este proyecto se elaboró por medio de un análisis documental, cuyos datos fueron recopilados de diversas fuentes citadas a lo largo del texto e información otorgada por el ayuntamiento de cada zona de estudio a quienes se les realizó también un cuestionario con el fin de complementar la información recopilada.

Abstract

Talking about the State of Mexico and locating a specific state of the art in the field of gastronomy in this specific zone, It can be observed that there is few research that deals with the cuisine in the magical towns, that is why this research is carried out with the purpose of documenting traditional cuisine, endemic food and dietary habits that are found in the magical towns of Tepotzotlán, Valle de Bravo, Malinalco, El Oro and Metepec in the State of Mexico taking into consideration the geographical features (those features help to know which food are found in each zone since they are the ones that give guidelines to the cuisine that distinguish this state) for the development of tourist products such as routes, tours, circuits or gastronomy based experiences, as well as for the preservation of intangible heritage and as a basis for future research of a tourist, gastronomic, social and environmental nature.

The proposed atlas of gastronomic diversity is made up of a series of maps showing the location where the foodstuffs from which the documented dishes and beverages are made, and have detailed information on the harvest of the ingredients, preparation of the dishes and drinks, festivities that take place, ethnic groups that coexist, among other data that allows to make a complete analysis of the social and cultural dynamics in the study áreas.

This project was elaborated through a documentary analysis, whose data were compiled from various sources cited throughout the text and information provided by the city councils of each of the studied localities to whom a questionnaire was sent in order to complement the data gathering for the proyect.

Introducción

La importancia de la gastronomía en los grupos sociales reside en el estudio de la cultura de cada pueblo al que pertenecen, sus costumbres, la historia y el aprovechamiento de los recursos locales. A través de ella se pueden observar aspectos como el mestizaje y la evolución, por ejemplo, en la gastronomía mexicana nos permite observar cómo pudieron unirse la cultura azteca con la española. Barros (2010) comenta que la cocina nacional es el resultado de la fusión de la tradición culinaria de origen mexicana (anterior al período colonial) y de las influencias de la cocina española, francesa y árabe; cada una de ellas aportó ingredientes, utensilios y procesos que enriquecieron la oferta culinaria de lugares como el Estado de México, la cual es considerada como una de las más representativas del país.

Para fines de este proyecto es conveniente mencionar la diferencia entre los conceptos “cocina” y “gastronomía” la cocina se define como el arte de preparar de manera creativa los alimentos utilizando diferentes técnicas, ingredientes y métodos, mientras que la gastronomía entiende el estudio de la relación del ser humano con su alimentación, su entorno y su cultura, va más allá del modo de elaborar los platillos, también toma en cuenta factores socioculturales que determinan la preparación de la comida y su forma de consumo (Rios, 2016).

Hablar de la gastronomía mexicana es emprender un viaje en el tiempo que ayuda a aprender acerca de los elementos culturales más importantes, con el nombramiento por parte de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) (2017) como Patrimonio Cultural Intangible de la Humanidad en 2010, esta cocina ha destacado en el mundo con el fin de reclamar su lugar en los tiempos modernos, pero esto sólo se puede lograr respetando sus tradiciones y honrando todos sus años de historia; esa misma historia es la que hace que cada platillo sea único y espectacular, no solo en términos de sabores y aromas, sino en espíritu e identidad, Rodríguez (2011) explica en su artículo que para hallar el arte culinario auténtico de México primero se debe entender de dónde viene y cómo ha cambiado y creado hasta leyendas e historias que se cuentan de generación en generación.

La gastronomía forma parte del patrimonio cultural de la humanidad, el cual está dividido en dos: material e inmaterial; el patrimonio cultural material se refiere a las obras tangibles que el ser humano ha creado a lo largo de la historia. A la par la UNESCO (2017) establece que el patrimonio cultural inmaterial se compone por el patrimonio intelectual como tradiciones orales, mitos, leyendas, música, artes de espectáculo, rituales y gastronomía, entre otras expresiones que son entendidas como un patrón cultural de comportamiento.

En cuanto a la zona de estudio, de acuerdo con el portal del gobierno del Estado de México EDOMÉX (2016) éste es uno de los 32 estados de la República Mexicana, está ubicado en el centro sur del país, cuenta con 125 municipios en los que se encuentran los 10 pueblos mágicos que lo componen. Como lo menciona el Consejo Estatal para el Desarrollo Integral de los Pueblos Indígenas (CEDIPIEM) (2012) el Estado de México tiene una composición pluricultural y pluriétnica sustentada en sus pueblos y comunidades indígenas, éstos existen desde antes de la formación del Estado y contribuyeron a su conformación política y territorial, son sus formas e instituciones sociales, económicas y culturales las que los identifican y distinguen del resto de la población.

Por su parte, un atlas de diversidad gastronómica es un instrumento para la documentación e identificación de las especies domésticas (variedades vegetales y poblaciones autóctonas), especies silvestres (en caso de estar relacionadas con técnicas de recolección, transformación y usos tradicionales) y productos terminados, así como también los productos que están o pueden estar en peligro de extinción, ayudando a futuras investigaciones gastronómicas o turísticas como en la creación de productos turísticos basados en la gastronomía autóctona de cada zona estudiada.

El propósito de este proyecto es ayudar al fortalecimiento de la identidad de la gastronomía mexicana como recurso o atractivo cultural inmaterial para impulsar el turismo mediante el desarrollo de un atlas de diversidad gastronómica, tomando este atlas como uno de los diferentes instrumentos que ayudan a la revalorización de aspectos culturales como lo es la gastronomía.

Antecedentes

La importancia de la gastronomía a nivel mundial radica en que se habla de la cultura de cada uno de los pueblos a los que pertenece; y es que la gastronomía, además de proporcionar sabores deliciosos y platos únicos, puede tratar de forma indirecta las costumbres y el estilo de vida; enuncia la antigüedad de cada pueblo, el aprovechamiento de los recursos locales y los avances que han experimentado en los últimos años; es así como a través de ella, se pueden observar aspectos como el mestizaje y la evolución.

En septiembre del 2015 se presentó oficialmente en la Asamblea General de la Organización Mundial del Turismo (OMT), la Red de Gastronomía (2016) y se definió el plan de acción de ésta para 2016, permitiendo así, poder darle la importancia necesaria a la gastronomía tradicional como fuente principal de turismo; “El patrimonio cultural único de las localidades se convierte en el factor diferenciador para atraer a los turistas” OMT (2016). La OMT tiene como misión en este plan hacer de la gastronomía un recurso clave para el desarrollo del turismo sostenible, basándose en los “17 objetivos del desarrollo sostenible” Organización de las Naciones Unidas (ONU, Agenda 2030, 2016), con esto se pretende acabar con la pobreza, proteger el planeta y garantizar la prosperidad de todos.

Esta expresión cultural gastronómica en México se da desde la alimentación, la cual ha sufrido una serie de cambios dados por diversos factores ya sean ambientales, sociales, entre otros; referente a este tema se pueden encontrar autores como (Oseguera, 2003; Arias, 2010; Barros C. , 2010; Flores, 2003) así como también el Instituto Nacional de Antropología e Historia (INAH) (1988), quienes han realizado diversas investigaciones en torno a la alimentación tradicional local, las modificaciones que han padecido a través del tiempo ya sea por los alimentos industrializados o por los mismos comportamientos sociales, la identificación de algunos ingredientes de la época prehispánica, la importancia del estudio de los alimentos y su significado; por su parte la Universidad Popular

Autónoma del Estado de Puebla (UPAEP) y la Universidad Autónoma de Querétaro (UAQ) (2018) presentan en el libro “El arca del gusto en México. Productos, saberes e historias del patrimonio gastronómico”, una serie de fichas generales sobre productos gastronómicos de México que incluyen temporalidad y los lugares donde suelen cultivarse con el propósito de mantener una conexión con el patrimonio cultural inmaterial.

La relación y la importancia que tiene la gastronomía en el turismo es un tema que también se ha abordado de diversas maneras; Sims (2009) habla en su artículo sobre la importancia de la autenticidad de la cocina local en el turismo, los investigadores gastronómicos De Gortari & Escamilla (2013) reflexionan sobre la importancia y el potencial que tiene la gastronomía en el turismo, en el libro Turismo Gastronómico Sostenible Montecinos (2016) crea un modelo de planificación gastronómica y turística regional con el objetivo de preservar, salvaguardar y rescatar el patrimonio cultural gastronómico en sus diferentes interpretaciones (material, inmaterial y mixto), ayudar a las comunidades receptoras a generar beneficios de manera complementaria y tener seguridad alimentaria. Autores como (Ramos, Guadalupe, & Rocha, 2017; Altamira & Trujillo, 2017; Merino, 2018) han realizado estudios donde identifican la importancia de la documentación y estudio del patrimonio cultural inmaterial para la creación de proyectos turísticos que tomen la gastronomía como uno de los principales motivadores de viaje, los elementos que deben ser tomados en cuenta para la documentación del patrimonio gastronómico y el uso de la gastrodiplomacia en el turismo para la promoción de la gastronomía nacional y sus productos, lo que podría ayudar a fomentar la inversión, el comercio y la participación cultural entre países.

Para poder comprender la importancia que tiene la gastronomía en cuestión de cultura y turismo es necesario conocer la historia de cómo surge y como se fue forjando esa identidad gastronómica nacional; Díaz (2014) autor de una de las crónicas más importantes de la Conquista de México llamada “Historia verdadera de la conquista de la nueva España”, relata que la gastronomía mexicana es resultado de aquellas influencias culinarias españolas, francesas y árabes; ya que

aportaron diferentes ingredientes, utensilios y procesos que enriquecieron la oferta culinaria de lugares como el Estado de México, que es considerada como una de las más representativas de México. La identidad de una localidad se forja mediante las tradiciones y expresiones culturales que han adquirido a través del tiempo, González (2018) aborda la importancia de la identidad gastronómica para el desarrollo de las comunidades en el caso específico de la meseta Purépecha, Blair (2019) realizó una investigación para su libro Breve relato de la historia de México donde traza una guía histórica que ayuda a entender la diversidad, riqueza e identidad que define a la cultura mexicana, por su parte la Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (CONABIO) (2018) a través de Cocina y Biodiversidad en México revela el sello de identidad de una localidad dado por la forma de preparación de los alimentos, su importancia y los cambios que han sufrido algunos de ellos con el paso del tiempo.

Hablando un poco sobre los pueblos mágicos en el país, se pueden encontrar varios artículos que hablan sobre el programa de Pueblos Mágicos de manera general como “Una revisión del programa Pueblos Mágicos” de Fernández (2015) donde se aborda que el programa tiene éxitos como el interés que ha demostrado la gente hacia el turismo cultural en ellos, sin embargo, también tiene muchos problemas como la poca contribución al desarrollo local, en el artículo “Los Pueblos Mágicos: una visión crítica sobre su impacto en el desarrollo sustentable del turismo” escrito por Ramírez (2015) se explica que el programa aporta mayores beneficios económicos, pero estos efectos deben ser duraderos y sólidos para poder ser sustentables; Ibarra & Velarde (2015) concluyen en su artículo que el programa tiene un impacto negativo para la conservación del patrimonio cultural, por lo que se deben tomar medidas para mejorar esta situación, López, Valverde & Figueroa (2018) fueron las coordinadoras del cuarto volumen del libro “Pueblos Mágicos. Una visión interdisciplinaria” donde se encuentran 18 artículos de diferentes autores que hablan de este programa, algunos de manera general, otros de casos específicos, pero todos analizando las dinámicas turismo- patrimonio- territorio a partir de la propuesta del programa por parte de SECTUR.

También se pueden encontrar algunos trabajos que abordan el tema de Pueblos Mágicos ubicados en el Estado de México como el de Hernández, Castillo, Vargas & Cruz (2017) que habla sobre la política turístico- cultural en Metepec; Rosas, Almeraya & Guajardo (2016) hablan sobre la participación de los comités de pueblos mágicos de Tepotzotlán y El Oro y la aportación que generan al desarrollo de las localidades; Bartolo (2015) aborda el tema a través de los impactos sociales que ha tenido el programa en El Oro; en el compendio de artículos realizado por López et al. (2018) mencionado anteriormente se incluyen dos artículos que hablan sobre pueblos mágicos en el Estado de México, específicamente Ixtapan de la Sal y Teotihuacán, en los que se expresa la importancia que tiene el turismo para ellos, Bartolo (2015) en su investigación identifica algunos problemas con el cumplimiento de objetivos en el Pueblo Mágico El Oro ubicado en el Estado de México.

Algunos trabajos citados en los párrafos anteriores se encuentran en el apartado de anexos, están divididos por categorías y aparecen en formato de tablas en ellas se incluye una descripción breve que explica el contenido general de cada artículo, libro o compendio junto con el nombre del trabajo, autores, lugar donde fue publicado y año.

Por otro lado, existen diferentes tipos de atlas que abordan diversas temáticas, se encontraron algunos que se enfocan en aspectos como la cultura, la biodiversidad y el patrimonio, donde se incluye la gastronomía, los cuales sirven de apoyo para identificar qué aspectos gastronómicos se deben tomar en cuenta para la realización de este proyecto; algunos de los autores de estos documentos son (Fumey & Etcheverría, 2008; Holland, 2014; Cárdenas, 2014; INAH, 1988; Ávila, Morales, & Ortega, 2016); en la tabla presentada a continuación, se puede observar la relevancia que cada uno de estos trabajos tiene para la elaboración del atlas de diversidad gastronómica.

Tabla 1: Atlas que sirven de apoyo

Autor	Título	Observaciones	Relevancia
-------	--------	---------------	------------

Fumey Gilles y Oliver Etcheverría.	El Atlas mundial de cocina y gastronomía.	Libro (2008).	Forma de cocinar y comer en los distintos continentes.
Mina Holland.	El Atlas comestible.	Libro (2014).	Recetas, ingredientes y anécdotas de 40 países.
Servicio de información agroalimentaria y pesquera (SIAP).	Atlas agroalimentario 2012- 2018.	SIAP. SAGARPA (2018).	En este atlas se muestra la evolución de los alimentos en México, visto desde las importaciones, exportaciones y la diversidad de los alimentos.
Cárdenas Zurita, Norma Lilí.	Atlas Turístico-Cultural de patrimonio inmaterial de la región sur.	Cuadernos de patrimonio Cultural y turismo (18).	Identifica festivales, fiestas populares, gastronomía artesanías, ente otros; ayuda a identificar que datos son importantes para el atlas de este proyecto y la importancia de un documento como éste en el turismo.
INAH.	Atlas cultural de México: gastronomía.	Libro (1988)	Alimentos que se usan desde la época prehispánica y son base de la gastronomía mexicana y su clasificación.
Ávila Bello Carlos H., Morales Zamora Jesús Alberto, Ortega Rafael.	Los maíces nativos de la sierra de Santa Marta: Guía para su identificación en campo.	Libro (2016).	No es un atlas propiamente, sin embargo, se compone de una serie de mapas de cada zona donde existen las diferentes especies de maíz y en ellos se muestran las características que se toman en cuenta para documentar la información de manera geográfica.

Fuente: elaboración propia mediante revisión de literatura sobre los diferentes atlas que abordan el tema del proyecto.

En la tabla se presentan atlas temáticos ya sean gastronómicos o no, que ayudan en la identificación de los elementos que debe llevar un atlas de diversidad gastronómica y su posible clasificación por épocas, también brindan un poco de historia para poder entender mejor cómo ha cambiado la forma de alimentarse en todo el mundo.

La revisión de la literatura anteriormente expuesta ayuda a conocer la evolución de la gastronomía, las tradiciones y el sentimiento de identidad ligadas a ella a través del tiempo, así como también la forma en que el turismo y la gastronomía se ligan y la importancia que tienen el uno para el otro. Asimismo, permite visualizar que la gastronomía no tiene mucha presencia en el programa Pueblos Mágicos, no se cuenta con inventarios hechos a profundidad acerca de los ingredientes endémicos de la zona, utensilios o representaciones de sus etnias en cuestión de gastronomía, por último, la revisión de los atlas contribuye con la identificación de los datos que se tuvieron que levantar para la elaboración del proyecto.

Planteamiento del problema

El presente trabajo de investigación aborda la debilitación de la identidad gastronómica del Estado de México como una problemática social, que se presenta a partir de la evolución de los Pueblos Mágicos y de los cambios en la alimentación de las localidades a través del tiempo.

La cocina mexicana fue declarada Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO en el 2010 (UNESCO, Portal de información sobre el patrimonio cultural de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. , 2017), fue considerada para este reconocimiento por su antigüedad, historia y el papel que juega en la identidad del pueblo mexicano. Esta cocina combina técnicas contemporáneas que le otorgan el carácter de innovación y adaptación constante por lo que ha logrado conservarse por varias generaciones, es de elaboración colectiva, se apoya en productos originarios de su tierra y presume una gran creatividad en sus cocineros (Padilla, 2003, págs. 85-91).

Por su parte, Pueblos Mágicos es un programa desarrollado e implementado en 2001 por la Secretaría de Turismo federal (SECTUR) de México en conjunto con diversas instancias gubernamentales, que reconoce a quienes habitan estas ciudades y el trabajo que han realizado para proteger y guardar su riqueza cultural. SECTUR (2014) establece la definición de pueblo mágico como “Un pueblo que a

través del tiempo y ante la modernidad, ha conservado, valorado y defendido, su herencia histórica, cultural y natural; y la manifiesta en diversas expresiones a través de su patrimonio tangible e intangible, un Pueblo Mágico es una localidad que tiene atributos únicos, simbólicos, historias auténticas, hechos trascendentes, cotidianidad, que significa una gran oportunidad para el aprovechamiento turístico atendiendo a las motivaciones y necesidades de los viajeros.”

En la Guía de Incorporación y Permanencia de Pueblos Mágicos publicada por SECTUR (2014) se establecen los elementos con los que deben cumplir para solicitar la incorporación al programa, que serán analizados para su validación, la gastronomía de las localidades está incluida en el punto 7, es decir, la evidencia del atractivo simbólico de la localidad aspirante, es ahí donde se debe explicar a detalle, si se cuenta con alguna gastronomía autóctona y en qué consiste, en el documento se recomienda acompañar la información con fotografías, también puede ser considerada por el comité que solicita la incorporación dentro del punto 10, que son los otros elementos que se cree puedan tener relevancia para la actividad turística.

Cada año se debe llevar a cabo una evaluación del impacto de la actividad, dentro de los elementos que se evalúan están el demostrar que se realizan capacitaciones para mejorar el servicio, el cumplimiento de los planes, programas y normatividad presentados en la etapa anterior, entre otros, sin embargo el que es de interés en este proyecto es el fortalecimiento e innovación del catálogo de productos turísticos, en el que también entra el ámbito gastronómico, si en el momento de incorporación no se tenía algún producto gastronómico, aquí es donde puede incluirse.

Si bien, dentro de los requisitos de ingreso al programa está el contar con gastronomía tradicional de la región, no es un punto al que se le de gran importancia, tan es así que en la oferta de gastronomía que tienen los pueblos mágicos en sus sitios web oficiales y en el portal de información del Estado de México (2016) solamente se encuentra un inventario de los alimentos y bebidas más conocidos, y que en algunos casos, no son propios de la localidad, por lo que surge la interrogante de saber de qué manera es posible fortalecer la identidad gastronómica

de esta zona y a su vez otorgarle un mayor valor cultural al programa anteriormente mencionado.

Desde la implementación de este programa en 2001, se tomó en cuenta como uno de sus atractivos la cocina tradicional, Munguía et al. (2014) la describen como un elemento fundamental para resaltar el carácter de identidad y el vínculo con el turismo cultural ya que se puede disfrutar en su contexto original, sin embargo, como comenta Bartolo (2015) algunos de los impactos culturales negativos de este programa son la banalización de la cultura local y de grupos minoritarios, que se transforman en simples atracciones, perdiendo su verdadera identidad y autenticidad, la destrucción de la cultura local por el proceso de aculturación y el mestizaje cultural; el problema se observa cuando los miembros de cada sociedad no saben valorar lo que tienen y no adquieren conciencia de que su patrimonio tanto arquitectónico como baile, música, vestimenta y costumbres alimentarias son elementos que dan un carácter único a su cultura y lo que los foráneos quieren percibir o aprender.

En México se han ido perdiendo las características culturales pertenecientes a los pueblos indígenas, tales como dialectos, gastronomía, costumbres y tradiciones, Linares (2010) menciona en el libro “Pueblos indígenas de México” que conocer México demanda conocer a sus pueblos originarios, entender su realidad y costumbres, apreciar su cultura y tradiciones, sin embargo, estos pueblos o comunidades sufren una alta discriminación, dando como consecuencia, la pérdida de algunas de las características de cada uno de ellos “Cada grupo indígena tiene formas particulares de trabajar, comer, vestir, celebrar fiestas y ceremonias” (Linares, 2010, pág. 5). México es uno de los pocos países que aun cuenta con culturas antiguas vivas y es de suma importancia conservarlas, son parte de la identidad mexicana y un símbolo de la historia de este país.

Anteriormente se mencionaron algunos artículos donde se aborda el tema de Pueblos Mágicos, sin embargo, en realidad son pocos los que se dedican al estudio de ellos en el Estado de México y los que se encuentran están más dirigidos a la parte económica o los impactos en la sociedad desde el punto de vista político, es

decir, niveles de analfabetismo, entre otros aspectos. En esta investigación no se han encontrado documentos que aborden el patrimonio gastronómico dentro de los Pueblos Mágicos del Estado de México, que analicen la autenticidad de los productos que ofertan, o que hablen sobre la naturaleza (flora y fauna) endémica de la localidad. Dentro de los artículos consultados se encuentra el de Bartolo (2015) donde se identificó que a partir del año 2014 durante el gobierno del presidente Felipe Calderón hubo un aumento del número de pueblos mágicos en el país llegando a tener el doble en un periodo no mayor a dos años; este aumento se debió a que las denominaciones para pertenecer al programa se otorgaban aún sin cumplir con todos los puntos que se pide en la guía de incorporación publicada por SECTUR, esto tuvo como consecuencia que los pueblos mágicos incorporados a partir del 2014 no cuenten con programas de turismo correctamente elaborados, a su vez también dejaron de realizarse las revisiones anuales que tenían como propósito complementar dichos planes de turismo e identificar el impacto que ha tenido el programa para las localidades con el paso de los años.

En el Estado de México existen 9 pueblos que cuentan con la denominación de “Pueblo mágico”, estos son: El Oro, Malinalco, Metepec, Tepotzotlán, Valle de bravo, Aculco, Ixtapan de la sal, San Juan y San Martín Teotihuacán y Villa del carbón (SECTUR, 2015); Sin embargo, para este estudio se tomaron únicamente los primeros 5 pueblos en obtener dicha denominación ya que su incorporación fue antes del año 2014 y cuentan con más tiempo creando planes de turismo donde se incluye la gastronomía, gracias a ello se puede realizar una revisión de los cambios que han surgido con el paso del tiempo la cual fue de ayuda en la documentación de los productos gastronómicos; otro elemento tomado en cuenta para la selección de estos pueblos mágicos es que pertenecen a la región gastronómica del Altiplano centro y están distribuidos de forma que abarcan la mayor parte del territorio del estado de México, así mismo estos lugares le dan cierta importancia a su gastronomía tradicional como elemento identitario; otra característica que comparten es la influencia de la cultura Otomí con excepción de Malinalco, sin embargo, este Pueblo Mágico cuenta con un gastro tour prehispánico que fue de

ayuda al momento de identificar qué elementos gastronómicos fueron tomados en cuenta para la realización de dicho producto turístico.

A continuación, la tabla 2 muestra el año de ingreso al programa de cada uno de los Pueblos Mágicos del Estado de México.

Tabla 2: Pueblos Mágicos del Estado de México

Pueblo Mágico.	Año de incorporación al programa.
Tepetzotlán.	2002.
Valle de Bravo.	2005.
Malinalco.	2010.
El Oro.	2011.
Metepec.	2012.
Aculco.	2015.
Ixtapan de la Sal.	2015.
San Juan Teotihuacán.	2015.
San Martín de las Pirámides.	2015.
Villa del Carbón.	2015.

Fuente: elaboración propia mediante datos tomados de SECTUR.

Como se puede observar en la tabla, las localidades que obtuvieron la denominación de pueblo mágico antes del año 2014 son Tepetzotlán, Valle de Bravo, Malinalco, El Oro y Metepec; por lo que éstas son las que forman parte del presente proyecto de investigación, esto sumado a las razones explicadas anteriormente.

Pregunta de investigación

Por lo anterior se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Cómo un atlas de diversidad gastronómica puede ayudar a revalorar y fortalecer la identidad gastronómica de cinco pueblos mágicos en el Estado de México como un recurso turístico cultural inmaterial?

Objetivo General:

- Proponer un atlas de diversidad gastronómica de los primeros cinco pueblos con denominación de Pueblo Mágico en el Estado de México con el fin de ayudar al fortalecimiento de la identidad de la gastronomía mexicana como recurso o atractivo cultural inmaterial para impulsar el turismo.

Objetivos Específicos:

- Identificar la estructura y elementos que conforman un atlas de diversidad gastronómica.
- Reconocer dentro del programa Pueblos Mágicos aquellos elementos que se relacionan directa o indirectamente con la gastronomía.
- Documentar los platillos representativos ofertados en los cinco primeros Pueblos Mágicos del Estado de México para su documentación.
- Elaborar y catalogar inventarios de alimentos, platillos y los elementos relacionados con la gastronomía de los cinco pueblos mágicos seleccionados.

Justificación

Un atlas es una combinación planificada de mapas, cada uno de ellos, es elaborado con el fin de mostrar la realidad desde un punto de vista específico o con el fin de resolver una tarea concreta; este trabajo requiere que los datos de los mapas sean procesados de manera específica con la finalidad de resolver estas tareas; en general, los mapas de un atlas se combinan en él con el fin de poder compararlos, permitiendo que los lectores puedan extraer conclusiones útiles y relevantes de tales comparaciones.

El objetivo de un atlas es transmitir una narración, muestran, por ejemplo, cual es la situación de los habitantes en una región, es decir, si tienen el mismo acceso a los recursos como la salud, educación, cultura, entre otros aspectos; también pueden elaborarse para ayudar en una sola actividad como, por ejemplo, la gastronomía. Autores como (Fumey & Etcheverría, 2008; Holland, 2014), quienes escribieron El Atlas mundial de cocina y gastronomía y El Atlas comestible respectivamente, abordan en sus obras algunos aspectos que se deben tener en cuenta al momento de realizar un atlas relacionado con la gastronomía como los orígenes de la cocina, la forma de cocinar y comer en los distintos lugares de estudio, los ingredientes que se utilizan para confeccionar los platos, los productos valiosos y las plantas emblemáticas de cada cultura, las especias que se prefieren en cada lugar, las técnicas de cocción de los ingredientes, así como también las diferentes recetas emblemáticas de la zona; esto permite que las recetas típicas de cada lugar sean más sencillas de comprender. En el Atlas turístico-cultural de patrimonio inmaterial de la región sur (Cárdenas, 2014) se da a conocer la importancia que tiene un documento como este en el cual se identifican festivales, fiestas populares, gastronomía, artesanías, entre otras cosas, para el turismo en el país; por otro lado se tiene el libro elaborado por Ávila et al. (2016) Los maíces nativos de la sierra de Santa Marta: Guía para su identificación en campo, no es un atlas, sin embargo, está compuesto por diferentes mapas de cada zona de la Sierra de Santa Marta donde se pueden encontrar diversas especies de maíz, cada mapa cuenta con información necesaria para conocer en qué condiciones climáticas se dan, las características para poder identificar cada especie, entre otros datos. Los documentos mencionados anteriormente y que se pueden consultar en el apartado de antecedentes muestran la importancia de la identificación y documentación del patrimonio cultural inmaterial y los productos que están o pueden estar en peligro de extinción, ayudando a futuras investigaciones gastronómicas, agroalimentarias, turísticas, antropológicas, entre otras.

El plan de acción 2016/ 2017 que plantea la red de gastronomía de la OMT (2016) atiende, entre otros temas, que cada país debe generar estrategias, planes, programas y proyectos para difundir su riqueza gastronómica y lograr hacer de ella

una forma de impulsar el turismo nacional e internacional. Altamira & Trujillo (2017) comentan que SECTUR dio a conocer en 2016 un decreto donde se establece el 16 de noviembre de cada año como el Día Nacional de la Gastronomía Mexicana, esto con el propósito de impulsar la riqueza cultural y natural del país, también se menciona que el programa sectorial de turismo 2013- 2018 “prevé como líneas de acción, entre otras, promover la difusión del valor del patrimonio natural, histórico, cultural y gastronómico del país” (Altamira & Trujillo, 2017).

Con la creación del atlas cultural elaborado por el INAH (1988) se realizaron diferentes investigaciones como la formación del patrimonio gastronómico del Valle de Toluca, México elaborado por Romero, González & Hernández (2010), diversos catálogos de recursos gastronómicos como los elaborados por la Comisión Nacional de la Cultura y las Artes CONACULTA (2016), entre otros; también es la base del lema que han llevado por muchos años el cocinero mexicano Yuri de Gortari (quien falleció en el año 2020) y el investigador Edmundo Escamilla (quien falleció en 2019) “Hagamos País”, que pretende difundir y conservar la tradición culinaria de nuestro país, esto mediante las investigaciones, conferencias y diplomados que se ofrecen en la escuela de gastronomía mexicana Esgamex. Como señalan De Gortari & Escamilla (2013) la gastronomía tradicional está tomando cada vez más fuerza como parte fundamental para el desarrollo turístico, conocer la cocina local es considerada una experiencia cultural y sensorial, siendo la gastronomía un vínculo de la identidad y la autenticidad de un territorio.

Por su parte, Arias (2010) sostiene que para poder realizar un análisis de los alimentos es necesario estudiarlos mediante las representaciones culturales construidos por un grupo social alrededor de éstos, dentro de sus marcos de espacio y tiempo, sus propias dinámicas internas y los valores que lo identifican ante otros grupos, el mismo autor considera que este análisis visto desde el lado cultural nos obliga a entender la gastronomía como un “imaginario social”, es decir, una expresión colectiva de los sujetos, para darle sentido al mundo en el que habitan, “El régimen alimentario puede estudiarse como un factor que cohesiona y refuerza una identidad sociocultural” (Arias, 2010). Sin embargo, Aguilar (2001) nos

expone que, dado que en México no existe una estrategia propia y sistemática para la investigación de los vínculos específicos entre la cultura, los sistemas y los procesos de alimentación, el análisis teórico de la cultura alimentaria es un problema difícil de abordar.

Si bien México cuenta con una identidad basada en las tradiciones de sus pueblos, a los pueblos también se les olvidan sus costumbres y tradiciones, como menciona Oseguera (2003) dejando poco a poco de lado la forma en que fueron educados y en que sus antepasados se alimentaban, esto último mediante modificaciones a sus recetas tradicionales encaminadas a la sustitución de éstas por la cocina moderna; México, al igual que otros países, ha realizado varios aportes en el ámbito gastronómico, los cuales han sido estudiados por diferentes especialistas, por lo que es fundamental preservar la gastronomía tradicional del país y los elementos que la componen. Cárdenas (2014) identifica que elementos culturales como las fiestas populares, artesanías, festivales, gastronomía, entre otros, representan un porcentaje menor entre los motivos considerados por el turista para viajar, sin embargo, esto no es por falta de interés sino de una falta de difusión y promoción de estas actividades.

De acuerdo con Altamira & Trujillo (2017) la salvaguarda de lo anteriormente mencionado requiere de diferentes medidas destinadas a garantizar su viabilidad como son: la identificación, documentación, investigación, promoción, y transmisión de los diferentes elementos que componen el patrimonio inmaterial. Estas medidas son convenientes para trabajar en estrategias que permitan la identificación y el rescate de la gastronomía mexicana, para ello, se aconseja elaborar inventarios de las localidades hablando de sus tradiciones y costumbres, en este caso específico: de su gastronomía, como primer paso para futuras investigaciones o proyectos basados en ellos.

Matriz de Congruencia								
Tema	Problemática	Pregunta de Investigación	Objetivo general	Objetivos específicos	Metodología	Variables	Técnicas	Instrumento
Atlas de la diversidad gastronómica a que ofrecen los pueblos mágicos de Tepotzotlán, Valle de Bravo, Malinalco, El Oro y Metepec en el Estado de México	Debilitación de la identidad gastronómica, incumplimiento de objetivos en el programa Pueblos Mágicos en el Estado de México y falta de documentación del patrimonio gastronómico en el estado	¿Cómo un atlas de diversidad gastronómica puede revalorar y fortalecer la identidad gastronómica de cinco pueblos mágicos en el Estado de México como un recurso turístico cultural inmaterial?	Proponer un atlas de diversidad gastronómica de los primeros cinco pueblos con denominación de Pueblo Mágico en el Estado de México con el fin de fortalecer la identidad de la gastronomía mexicana como recurso o atractivo cultural inmaterial para impulsar el turismo	<p>-Identificar la estructura y elementos que conforman un atlas de diversidad gastronómica.</p> <p>-Reconocer dentro del programa Pueblos Mágicos aquellos elementos que se relacionan directa o indirectamente con la gastronomía.</p> <p>-Documentar los platillos representativos ofertados en los cinco primeros Pueblos Mágicos del Estado de México.</p> <p>-Elaborar y catalogar inventarios de alimentos, platillos y los elementos relacionados con la gastronomía de los cinco Pueblos Mágicos seleccionados</p>	<p>Etapa 1</p> <p>Enfoque: cualitativo</p> <p>Método: etnográfico</p> <p>Etapa 2</p> <p>Enfoque: cuantitativo</p> <p>Método: sistematización</p>	<p>Dependientes</p> <p>-Diversidad gastronómica</p> <p>Independientes</p> <p>-Gastronomía tradicional</p> <p>-Atlas</p>	-Cuestionario. - Investigación documental	-Cuestionario. -Fichas de información

CAPÍTULO I: Marco Conceptual

1.1- Conceptualización de un atlas

La Real Academia Española (RAE) (2019) define un atlas como una “colección de mapas geográficos, históricos, entre otros, en un volumen”, sin embargo, este término puede ser entendido de diferentes maneras dependiendo del contexto en que se maneje, en este apartado se comparan las distintas definiciones de atlas encontradas con el fin de establecer un concepto con base en las necesidades del proyecto, así como también mostrar de manera general los pasos a seguir para la elaboración de un atlas y su clasificación.

Las diversas instituciones y autores que trabajan directa o indirectamente en la elaboración de mapas presentan diferentes definiciones sobre el término atlas, algunas son muy generales, otras un poco más específicas, a continuación se presentan algunas de ellas; el Sistema Nacional de Información Estadística y Geográfica (SNIEG) (2012) determina un atlas como una “colección ordenada de mapas proyectada como conjunto”, por su parte el Instituto Geográfico Agustín Codazzi (IGAC) (2018) ubicado en Bogotá describe al atlas como “el conjunto de mapas de diferentes regiones del planeta que han sido editados y publicados de manera conjunta en un libro o colección”, Holland (2014) explica en su libro, que un atlas es un documento que da un seguimiento científico del relieve, el clima, las ciudades, las poblaciones y la distribución de los recursos, y es visto como un documento que denota la identidad de un país como territorio; por otro lado, Guerrero (2011) establece que los atlas se caracterizan por ser una serie de mapas de diferente índole, los cuales están divididos por capítulos y que tratan diferentes temas de conocimientos. Se pueden clasificar dependiendo de sus características como:

- Extensión: Universales, nacionales, regionales, comarcales o locales.
- Información: Geográficos o temáticos.
- Soporte: Impreso o soportes electrónicos y en la red.

De acuerdo con (Toledo, Alarcón, Moguel, & Olivo, 2001; IGAC, 2018; SIAP, 2018; SEMARNAT, 2015) para elaborar un atlas actualmente se utilizan los Sistemas de Información Geográfica (SIG), es decir, un sistema donde se almacenan distintas capas de información de manera electrónica que se clasifican según su contenido, cada una de las capas contiene información cartográfica e información alfanumérica. Para elaborar un atlas lo primero que se debe establecer es la zona de estudio y la temática, se realiza una investigación bibliográfica sobre los temas relevantes para la conformación del atlas, también se elaboran fichas de información, inventarios y demás instrumentos que ayudan en la recolección de datos; posteriormente se elabora el SIG con diferentes componentes cartográficos, es decir, los mapas digitales (división municipal, biodiversidad, tipo de suelo, entre otros) que sean necesarios para que en su conjunto representen lo que se quiere dar a conocer en el atlas, también se pueden incluir metadatos, los cuales proporcionan información adicional y describen la información geográfica para facilitar la comprensión de los mapas.

El objetivo de un atlas es mostrar la realidad física, social y económica de un país según lo menciona el IGAC (2018), así como también comenta que sirve a modo de bitácora de lo que presenta determinado territorio y un registro de las modificaciones que la actividad humana ha realizado y una muy buena herramienta para la toma de decisiones.

De acuerdo con los autores mencionados anteriormente se puede decir que un atlas es una combinación planificada de mapas, cada uno de ellos es elaborado con el objetivo de mostrar la realidad desde un punto de vista específico o con el fin de resolver una tarea concreta, muestra las modificaciones que ha realizado la actividad humana y la realidad de un país, su tipología varía según los mapas que contenga al igual que su alcance; requiere que los datos de los mapas sean procesados de manera específica con la finalidad de resolver estas tareas; en general, los mapas de un atlas se combinan en él con el fin de poder compararlos, permitiendo que los lectores puedan extraer conclusiones útiles y relevantes de tales comparaciones.

1.2- La alimentación y la cocina tradicional mexicana

La alimentación más allá de un proceso fisiológico es un fenómeno sumamente complejo que depende de circuitos de distribución, abastecimiento, procesamiento y consumo, Douglas (citado en Arias, 2010) expresa que “la elección del alimento está ligada a la satisfacción de necesidades del cuerpo, pero también, por ser humana, es expresión indiscutible del orden cultural y social”; Arias (2010) comenta que la alimentación es una forma de comunicación social donde cada civilización tiene sus propias dinámicas y variables que los distinguen, es así como se construyen una serie de valores universales que los identifican frente a otras culturas; este mismo autor establece que el acto de alimentarse y el alimento en sí mismo forman parte de un imaginario-ideológico donde comienzan a establecerse las tradiciones y costumbres que giran en torno a sus cocinas.

En la cocina tradicional es donde se concretan aquellos saberes y prácticas alimentarias y culinarias que permanecen como parte de la herencia e identidad cultural, comprende los saberes culinarios, las costumbres y los rituales, así como también las formas de preparación de los alimentos reconocidas y transmitidas de generación en generación, para Flores (2003) es así como la cocina tradicional regional constituye un patrimonio construido social e históricamente; se trata de un bien que se ha ido enriqueciendo y modificando generacionalmente y que se ha recreado y transformado localmente. Padilla (citado en González, 2018) manifiesta que “Sin duda, dinámicas como la globalización y sus efectos de homogenización están presentes en las dinámicas culinarias, sin embargo, lejos de creer que hay que instalarnos en el plano de lo global, afirmamos que las cocinas regionales tradicionales y sus procesos, se gestan y se reproducen en el espacio de lo local, aquel que habitamos y conocemos.”

Para la UNESCO (2010) la cocina tradicional mexicana es “un modelo cultural completo que comprende actividades agrarias, prácticas rituales y conocimientos prácticos antiguos”; Meléndez & Cañez (2009) señalan que la cocina tradicional constituye un patrimonio construido social e históricamente que se ha ido

enriqueciendo y modificando generacionalmente y que se ha creado y transformado localmente. La CONABIO (2018) describe la cocina tradicional como una manifestación cultural viva, antigua con continuidad histórica y originalidad de productos, técnicas y procedimientos que tiene como base el maíz, el frijol y el chile, un elemento fundamental de la identidad cultural de las comunidades que la practican y transmiten de generación en generación; por otra parte, Altamira & Trujillo (2017) explican que la cocina tradicional “de acuerdo con el Conservatorio de la Cultura Gastronómica Mexicana (CCGM) consiste en los platillos representativos en una ubicación geográfica encontrada dentro de una región gastronómica”, los mismos autores mencionan la importancia de los productos locales utilizados para su elaboración así como también de las técnicas, utensilios, mitos, procesos, entre otros.

La cocina tradicional es aquella que hace recordar la infancia, el calor de hogar y la familia, está llena de matices y sabores, es muy común que en cada región se cocine un producto concreto y sepa diferente en función de la zona en que se deguste (Roriguez, 2011). Los alimentos que normalmente se emplean en la cocina tradicional son fáciles de conseguir, económicos y nutritivos. Meléndez & Cañez (2009) establecen que la cocina tradicional se diferencia del resto de las cocinas mediante algunas características fundamentales como son:

- Cocina de reflejo sociocultural: como consecuencia de los productos de la zona con base en las necesidades de las personas, estas han desarrollado diferentes formas de cocinar un mismo producto; así es como surgen los recetarios populares que van identificando distintos lugares dentro de un mismo país o región, y estas recetas van pasando de generación en generación.
- Cocina base: la cocina tradicional se entiende como una cocina sencilla que emplea técnicas y productos clásicos de toda la vida y constituye la base sobre la que emergen otros tipos de cocina.
- Cocina de aprovechamiento: en tiempos pasados no se disponía de la tecnología ni electrodomésticos que ayudaran a mantener los alimentos

frescos y por más tiempo, por lo que se preparaban diferentes recetas con un mismo producto para aprovechar las materias primas al máximo.

Domínguez (citado en Meléndez y Cañez, 2009) menciona que la cocina tradicional es un conjunto de conocimientos que crea un apego tan grande en los individuos que cuando la sociedad a la que pertenecen se desintegra, ya sea por la emigración de sus miembros u otros factores, los sabores culinarios permanecen en ellos incluso más que la misma lengua que articulan; la cocina comprende procesos materiales e inmateriales de la transformación cultural de los recursos alimentarios en diferentes tipos de comida.

1.2.1- La importancia de la gastronomía en el turismo

En la gastronomía se identifica un lazo de la identidad y la autenticidad de un territorio ya que cuando se habla de gastronomía no se entiende únicamente el conjunto de alimentos o platos típicos de una localidad, sino que se abarca un concepto más amplio, el cual incluye las costumbres alimentarias, las tradiciones, procesos, las personas y los estilos de vida que se definen alrededor de ella (Di Clemente, Hernández, & López, 2014); en este apartado se comparan diversos conceptos de gastronomía para crear una definición propia basada en ellos y se establece la importancia que esta tiene en el sector turístico.

En el diccionario gastronómico de Larousse (2020) se le define como “la disciplina que estudia la relación entre la cultura y la comida durante un periodo de tiempo determinado” y tiene como objeto de estudio el arte culinario que es la relación entre preparar, servir y consumir comida, según la RAE (2019) la gastronomía es “el arte de preparar una buena comida, la afición al buen comer y el conjunto de los platos y usos culinarios propios de un determinado lugar”; Holland (2014) comenta en su libro que “una gastronomía es el producto comestible tanto de la geografía como de la historia”, la misma autora explica que cada uno de los pueblos es influenciado por las invasiones, el imperialismo y demás sucesos históricos por los que han pasado y gracias a ellos se crean gastronomías que son exclusivas del lugar, pero también híbridas; Fusté (2016) en su artículo considera a

la gastronomía como “uno de los elementos fundacionales de cualquier cultura”, entendiéndola como el conjunto de componentes que conforman la identidad de un pueblo y que incluyen aspectos como el territorio, clima, historia, lengua, símbolos, valores y normas; González (2013) explica que “la gastronomía es el estudio de la relación entre la cultura y alimento, pero a menudo se piensa erróneamente que únicamente tiene esta relación cuando ésta es solo una pequeña parte del campo de estudios de esta disciplina” la autora expone que se debe entender la gastronomía como una actividad interdisciplinaria, en palabras propias de la autora:

“Es la parte de la cultura vinculada a los alimentos ya que alrededor de la comida hay danza, teatro, pintura, escultura, literatura, hay bellas artes, pero también hay física, matemáticas, química, biología, geología, agronomía, hay ciencias exactas, y además hay antropología, historia, letras, filosofía, lenguas, costumbres, tradiciones, fiestas, y miles de actividades humanas.”

Se puede decir entonces que el término gastronomía abarca todo el estudio de la alimentación, los ingredientes incluyendo las bebidas, las recetas, los utensilios, las preparaciones, la evolución histórica y todo el lado cultural que tiene relación con ella, también engloba todos los elementos ligados al acto de comer, maneras, costumbres y creencias comunes de una región y en qué se diferencia de otra.

La comida forma parte de cualquier desplazamiento y se estima que representa la tercera parte del gasto total del turista, esto incluye restaurantes, bares y cafeterías, pero también la gastronomía como souvenir, lo que permite que se siga disfrutando de las tradiciones culinarias y sus productos desde casa (Fusté, 2016). Para Pérez & Cisneros (2012) la gastronomía es una actividad que tiene como clientes a dos sectores: el local, que se refiere a la población originaria del lugar y la población flotante, siendo estos los visitantes de los destinos, que se alojan y consumen los productos durante su estancia; Hablando de gastronomía mexicana, De Gortari & Escamilla (2013) han identificado que ésta representa un gran número de posibilidades para el turista que quiere conocer las principales manifestaciones

de una cultura; “Las variantes van desde las simples visitas los restaurantes que ofertan comida mexicana, ya sea tradicional, regional o la llamada “cocina de creación”, hasta el estudio de la etno-gastronomía o los estudios históricos de la gastronomía”. En resumen, el vínculo que tienen la gastronomía y el turismo va más allá de representar un porcentaje en el gasto del turista, esta disciplina ofrece diferentes actividades, productos y experiencias para los visitantes mediante los cuales se pueden generar diversos nichos de mercado, sin embargo, hay que tener en cuenta que se debe mantener la autenticidad y cuidar el bienestar de las localidades receptoras.

1.2.2- Diversidad gastronómica en México

México es uno de los países que cuenta con mayor biodiversidad en el mundo ocupando el segundo lugar (CONABIO, 2018), si se suma a esto la influencia que han tenido diferentes culturas como la española y la árabe a lo largo del tiempo se puede entender cómo es que se tiene una gran variedad de ingredientes y utensilios usados desde la época prehispánica y que se han ido enriqueciendo con el paso de los años. Entre los ingredientes más destacados en la cocina tradicional se encuentran el chile, frijol y maíz, los cuales conforman la “trilogía nacional” siendo ésta la base de la cocina mexicana; con respecto a los utensilios, se opta por utilizar los tradicionales indígenas, predominan los elaborados en barro, piedra o madera ya que influyen en la sazón de la comida; si se habla de fauna se pueden encontrar diversas variedades de pescados, mariscos, mamíferos e insectos; se cocina en fogones de leña o carbón para evitar que el sabor de los condimentos se modifique (Hinojosa, 2009).

La RAE (2019) define diversidad como abundancia o una gran cantidad de cosas distintas; por otra parte, la UPAEP & UAQ (2018) comentan en su libro El Arca del gusto en México que “la gastronomía mexicana es tan diversa como su geografía y tan rica como su remota herencia prehispánica”, también expresan que detrás de esta tradición culinaria hay una serie de significados simbólicos que van más allá del valor nutricional de los alimentos y en este sentido, la tradición

gastronómica mexicana en su conjunto está formada por una serie de cocinas regionales que deben verse de manera tanto cultural como histórica para poder apreciarlas completamente.

El territorio mexicano está integrado por 68 pueblos indígenas, cada uno hablante de una lengua originaria propia, las cuales se organizan en 11 familias lingüísticas y se derivan en 364 variantes dialectales (INPI, 2018), gran parte de la gastronomía del país está basada en las tradiciones y costumbres de estos grupos; el CCGM (2016) expresa que México se encuentra entre los primeros tres países del mundo con mayor diversidad cultural tanto por las culturas antiguas que se mantienen vivas, como por el mestizaje que existe y le da mayor diversidad cultural al país, ya que la mezcla de los rasgos culturales españoles con los de los pueblos autóctonos ayudó a el nacimiento de tradiciones y costumbres propias de cada zona en el país; tomando en cuenta que México es uno de los primeros cinco países mega diversos del planeta, por lo que se cuenta con mayor diversidad natural (flora y fauna), es decir, con mayor disponibilidad de ingredientes originarios; se puede decir que la diversidad gastronómica es la existencia de una gran cantidad de ingredientes, técnicas y procesos distintos que tienen relación con la preparación y consumo de los alimentos, esta depende de la variedad de los recursos naturales con que se cuenta; la provisión de la materia prima para la elaboración de los alimentos se encuentra estrechamente relacionada con la producción directa de estos mediante la agricultura y la ganadería y se complementa a través de actividades como la recolección, la caza y la pesca (Meléndez & Cañez, 2009).

Yuri de Gortari y Edmundo Escamilla, impulsores de la gastronomía tradicional mexicana, tienen la filosofía de “hagamos país” la cual alienta a consumir lo que ofrece la tierra ya que se tiene al alcance productos de muy buena calidad como el cacao, maíz, chiles, frutas, dulces, entre otros, los cuales se deben cocinar, aprovechar y sobre todo se deben dar a conocer para evitar que se extingan.

1.2.3- ¿Cómo se conforma la identidad gastronómica?

Una de las características básicas de la gastronomía es que puede ser particular o propia de una región en especial, esto dado a que la preparación de un platillo puede cambiar dependiendo de un lugar a otro ya que depende de los recursos con los que se cuenta, a través de la gastronomía se puede conocer la cultura de cada pueblo gracias a que la forma de alimentación habla directamente de sus costumbres y formas de vida (Pérez, 2002); según la RAE (2019) la identidad es el “conjunto de rasgos propios de un individuo o de una colectividad que los caracterizan frente a los demás y la conciencia que un individuo tiene de ser el mismo y distinto a las demás”, ahora bien, para poder conceptualizar la identidad gastronómica, primero se tendría que hablar sobre la identidad cultural y de ahí tomar lo que diversos autores definen como la identidad en torno a la alimentación.

Se podría definir la identidad cultural mexicana como un conjunto de discursos míticos que producen, provocan, refuerzan creencias y comportamientos llevados a la práctica social por un idioma común, visual y actitudinal que distingue a sus practicantes como un colectivo de grupos específicos, es así como las fechas especiales en las que se celebra algún acontecimiento como cumpleaños, bodas, fiestas del pueblo, funerales, entre otros representan el nexo entre los individuos y sus antepasados (Cota, 2015).

González (2018) manifiesta que una de las características fundamentales para la identificación de la gastronomía de una sociedad es el factor humano de manipulación de información, en palabras propias del autor “Cada que una práctica culinaria recibe variaciones técnicas o conceptuales incubadas en el marco intelectual de un sujeto, se crea una nueva línea de proceso que provoca un resultado diferente al de las líneas ya establecidas”, esto explica por qué aunque dos diferentes localidades compartan un mismo producto alimenticio no necesariamente van a tener las mismas formas de preparación o técnicas para la preparación de éste, lo que las diferencia del resto; Richards (citado en Morales & Lieve, 2015) formula que es de suma importancia la relación que tiene la

gastronomía con la identidad ya que “no solo “somos lo que comemos”, sino que además “nos buscamos en la gastronomía” para sostenernos en un mundo en constante y acelerada evolución”; Barros (2007) expone que “diferentes especialistas y en especial los antropólogos han identificado que los dos rasgos de la identidad de las personas y comunidades con mayor fuerza como señas de identidad son la lengua materna y la alimentación”, tanto así que cuando un individuo emigra a otro país ya sea por necesidad o voluntad, este conserva por un lado su lengua y por el otro sus costumbres alimentarias; Richards (citado en UPAEP & UAQ, 2018) explica que cada individuo cocina para alimentarse, sin embargo, esta acción se realiza según el entorno cultural de cada persona y esta es una de las actividades más significativas y un instrumento básico en la socialización de los individuos, y por eso, las relaciones sociales y el intercambio de alimentos no pueden desvincularse ya que la comida se vuelve una presentación y una expresión de dichas relaciones sociales.

Por lo tanto, se puede decir que identidad gastronómica es la virtud, inspiración, disposición y habilidad de interpretar los alimentos según los rasgos propios y de una colectividad, a fin de transformarlos en creaciones útiles, apetecibles y gustosas que los caracterizan o distinguen de los demás.

En México esta identidad gastronómica se forma en torno a la influencia que existe gracias al mestizaje dado a lo largo del tiempo, del cual se ha hablado en los apartados anteriores, cada grupo indígena, por ejemplo tiene platillos que lo distinguen de los demás, también hay otros que se encuentran en más de un lugar, sin embargo la forma de preparación o consumo no es la misma, de igual forma se puede observar en las diferentes regiones gastronómicas del país, donde cada una es identificada por una práctica alimenticia en específico como el caso de los estados del norte, que son relacionados con la preparación de carne asada pero no en todos los estados es preparada de la misma manera.

1.3- Elaboración de un atlas de diversidad gastronómica.

Tomando como base el concepto de atlas dado anteriormente donde se establece como una combinación de mapas que tienen el objetivo de mostrar una realidad desde un punto de vista en específico, con el fin de resolver una tarea concreta y que muestra las modificaciones que ha realizado la actividad humana y la realidad de un país; se definirá el propósito de un atlas de diversidad gastronómica y los elementos que se deben tomar en cuenta para su elaboración, esto mediante la revisión de atlas gastronómicos o similares.

SECTUR cuenta con un atlas turístico de México (2015) en sus definiciones se puede encontrar que es una herramienta para la promoción de la actividad turística que integra la información turística de México organizada geográficamente en mapas digitales, donde se encuentran los recursos turísticos naturales y culturales que pueden constituirse en atractivos turísticos nacionales, está dividido por estados y muestra información relacionada con la conectividad que tiene cada destino y atractivo junto con información sobre alojamiento, restaurantes y actividades de ocio; por su parte el atlas etnoecológico *de México y Centroamérica* creado por Toledo et al. (2001) tuvo como objetivo principal el diseño, creación y puesta en funcionamiento de un sistema que mostrara las relaciones geográficas que hay entre los recursos naturales y los pueblos indígenas de Centroamérica, incluye mapas relacionados entre sí sobre población indígena, áreas naturales protegidas y áreas prioritarias para la conservación; la base de datos está formada por fichas de información compuestas con datos obtenidos de una investigación bibliográfica sobre los pueblos indígenas y la biodiversidad de la zona (Toledo et al., 2001). El atlas mundial de cocina y gastronomía escrito por Fumey y Etcheverría (2008) aborda en primera instancia los orígenes de la cocina, posteriormente describe la forma de cocinar y de comer en diferentes países, después presenta los ingredientes que son utilizados en los platillos y las plantas emblemáticas de cada cultura, haciendo énfasis en los productos más valiosos, este libro contiene más de cien mapas e infografías; el Atlas turístico-cultural de Patrimonio Inmaterial de la Región Sur (Cárdenas, 2014) fue elaborado con el objetivo de ser un producto

turístico donde se puedan identificar los festivales, fiestas populares, gastronomía, arte popular, música, artesanías, danza y medicina tradicional de la región sur de México como un inventario confiable sobre los recursos culturales inmateriales de interés turístico de los estados de Campeche, Chiapas, Quintana Roo, Tabasco, Veracruz y Yucatán; Holland (2014) hace de su libro *El atlas comestible* una experiencia más personal ya que en cada una de las 40 gastronomías que representa en él, incluye vivencias que une con recetas y listas de ingredientes endémicos que considera fundamental tener siempre cerca, los mapas que conforman el atlas incluyen información sobre los platillos más representativos, regiones que lo producen y la flora y fauna que existen en cada una; uno de los documentos más conocidos actualmente es el *Taste Atlas* (2017), este es una base de datos de comidas tradicionales del mundo, el sitio web da la opción a las personas interesadas de conocer más información sobre las sugerencias gastronómicas, es un mapa mundial que se componen a su vez de mapas cada vez más específicos, se puede escoger un país y este se va a desglosar en sus estados, al seleccionar uno de ellos se despliegan los platillos más conocidos en él y algunos lugares donde los preparan, ya no da la opción de seleccionar un municipio por ejemplo, sin embargo si permite conocer un poco de la historia de el platillo que se seleccione, a pesar de que la información que tiene es muy general es considerado como una guía para los turistas que quieren conocer visualmente un alimento antes de ir en busca de él o identificar lo que están por ordenar en lugares donde el idioma no es un aliado.

A partir de los conceptos de atlas y gastronomía previamente mencionados, se puede decir que un atlas gastronómico es un conjunto de mapas divididos por capítulos y que tratan diferentes temas relacionados a la gastronomía como ingredientes, utensilios, preparaciones, culturas vivas, tradiciones, entre otros que permiten realizar estudios sobre la alimentación en diferentes zonas del país, el cual ayuda a denotar la identidad gastronómica que existe en ellas y puede ser utilizado para la elaboración de productos turísticos o promoción de la actividad turística basada en la gastronomía, así como también para realizar investigaciones basadas

en los datos que reflejan las características necesarias para la producción de los alimentos como tipo de suelo, clima, entre otros.

Para identificar los elementos y factores que componen un atlas de diversidad gastronómica se tomó en cuenta el objetivo de éste que es fortalecer la identidad de la gastronomía mexicana como recurso o atractivo cultural inmaterial para impulsar el turismo, que la zona de estudio son los primeros 5 Pueblos Mágicos del estado de México y los componentes de los atlas expuestos anteriormente.

Entre los Factores que influyen se encuentran:

1. **Escala:** la escala de cada mapa dependerá de lo que se desee comunicar, mientras mayor sea la escala, menor será el espacio territorial a mostrar, sin embargo, los datos serán más específicos.
2. **Proyección:** a través del sistema de coordenadas esféricas (SCE).
3. **Simbología:** basada en los parámetros puestos por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI).
4. **Coordenadas:** para ubicar en los mapas los datos que se levanten.

Los mapas que componen el atlas son temáticos ya que cada uno representa algún tema en específico, sin embargo, todos llevan un mapa base que en este caso sería el mapa del estado de México para poder transmitir mejor la información, algunos de los temas a representar en los mapas son: flora, fauna, clima, ubicación de pueblos indígenas, pueblos mágicos de la zona y atractivos turísticos; los datos que se levanten en campo o mediante investigación bibliográfica están ingresados como metadatos, estos serían: ingredientes endémicos, expresiones culturales, platillos representativos y datos complementarios a los mapas, es decir los datos que no se encuentran en los mapas topográficos pero si en la recolección de datos.

1.4.- La gastronomía como patrimonio cultural inmaterial

El patrimonio mundial se divide en dos: natural y cultural; el patrimonio natural se compone de los monumentos constituidos por formaciones físicas y biológicas, las formaciones geológicas y fisiográficas y las zonas estrictamente delimitadas que

constituyan el hábitat de especies amenazadas y los lugares o zonas naturales estrictamente delimitadas que tengan un valor universal excepcional desde el punto de vista de la ciencia, la conservación o la belleza natural; el patrimonio cultural comprende los monumentos, obras arquitectónicas, de escultura o de pintura monumentales, inscripciones, cavernas y grupos de elementos, los grupos de construcciones cuya arquitectura les dé un valor universal excepcional desde el punto de vista de la historia, arte o ciencia y los lugares ya sean obras del hombre u obras conjuntas (hombre y naturaleza) que tengan un valor único desde el punto de vista histórico, estético, etnológico o antropológico (UNESCO, 1972); por su parte, el patrimonio cultural se divide en material e inmaterial, siendo este último el tema de interés del presente trabajo.

La OMT (citada en Bartolo,2015) define el patrimonio cultural inmaterial como “los usos y representaciones, expresiones, conocimientos y técnicas -junto con los instrumentos, objetos, artefactos y espacios culturales que le son inherentes- que logran que las comunidades, grupos y en algunos casos los individuos se reconozcan como parte integrante de ellos”, por su parte la UNESCO (2017) expone que “el patrimonio cultural inmaterial, también conocido como “patrimonio vivo” se refiere a las prácticas, expresiones, saberes o técnicas transmitidos por las comunidades de generación en generación”, este proporciona a las comunidades un sentimiento de identidad y continuidad contribuyendo así a promover el respeto a la diversidad cultural y la creatividad humana; actualmente son 549 los elementos inscritos en las listas de patrimonio cultural inmaterial de la UNESCO donde México cuenta con 11 expresiones culturales inscritas entre la que figura “la cocina tradicional mexicana, cultura comunitaria, ancestral y viva: el paradigma de Michoacán”; es valioso mencionar que el nombramiento de la UNESCO en 2010 llegó como resultado de un proyecto basado en estimular no sólo la cocina mexicana contemporánea, sino principalmente la prehispánica, mostrando lo que se sigue haciendo en estados como Michoacán, Estado de México, Jalisco, Oaxaca y Chiapas (Altamira & Trujillo, 2017).

El término patrimonio gastronómico puede encontrarse dentro del patrimonio inmaterial, ya que está relacionado con las costumbres de una comunidad heredadas de generación en generación; Fusté (2016) comenta que “el patrimonio culinario, especialmente en las zonas rurales es el resultado de la interacción de un grupo con la naturaleza, así como de la acumulación de tradiciones con el paso del tiempo”; por otro lado González (2013) describe el patrimonio gastronómico como “parte del patrimonio oral e inmaterial, ya que la transmisión y conservación de recetas, mezclas e ingredientes se ha dado durante cientos de años y son propias de la cultura local de cada ciudad, región o país y forma parte de las características que cohesionan a un pueblo como nación” la misma autora expone que este está ligado a las características históricas de la sociedad, por lo que las cocina étnicas se han ido perdiendo como consecuencia de la globalización. Justamente por la relación de la gastronomía con el entorno natural es que se debe cuidar este patrimonio cultural, para evitar la extinción tanto de especies en peligro como de expresiones culturales ligadas a ella.

Se entiende por salvaguarda a las medidas encaminadas al cuidado del patrimonio cultural inmaterial, en ella se comprenden la identificación, documentación, investigación, preservación, protección, promoción, valorización, y transmisión de este mediante la enseñanza formal e informal; es trabajo de cada país el adoptar medidas de protección del patrimonio presente en su territorio, las medidas como identificación y definición de estos se pueden realizar junto con las comunidades, grupos y organizaciones no gubernamentales locales. Una de las medidas de salvaguarda es la creación de inventarios para la identificación, cada estado elabora uno o varios inventarios del patrimonio presente en su territorio, los mismos deben actualizarse cada cierto tiempo con el fin conocer el estado de cada uno de ellos, otras medidas de salvaguarda son: la creación de una política encaminada a el cuidado del patrimonio, adoptar medidas jurídicas, administrativas y financieras para la creación de instituciones de formación en gestión del patrimonio cultural inmaterial y la promoción de los mismos y fomentar estudios científicos, técnicos, artísticos y metodologías de la investigación que estén encaminadas especialmente al patrimonio que se encuentre en peligro (UNESCO,

2017; Altamira & Trujillo, 2017; González M. , 2013). La creación de programas de sensibilización y educación son una gran estrategia para la salvaguarda de los recursos, sobre todo si las comunidades locales participan en ellos, ya que las personas locales son las que crean, mantienen y transmiten el patrimonio con el que cuentan.

En cuestión de salvaguarda en el plano internacional, el estado se apoya de las políticas de gastrodiplomacia para ello; Rockower, citado por Merino (2018) la define como “la forma bajo la cual se comunica la cultura a través de la comida, llegando a audiencias extranjeras y compartiendo la cultura, la historia y el patrimonio mediante la comida”, Pham, (también citado por la misma autora), amplía la definición anterior manifestando que se trata de la práctica de un gobierno para exportar su patrimonio nacional culinario como parte de un esfuerzo de diplomacia pública para aumentar la conciencia de la marca país, lo que ayuda a fomentar la inversión y el comercio; Ramos Abascal (2019) expresa que es una de las estrategias de los estados, empleada para lograr un mejor entendimiento entre culturas a través de la comida y de compartirla, también comenta que esta permite que se involucren no solo las autoridades, sino todos y es una forma de comprender y descubrir los elementos que nos hacen semejantes y enriquecen la cultura universal, por lo tanto, se podría definir como el uso de la comida autóctona para proyectar una determinada imagen nacional en el exterior, usada para que los países ganen reputación e influencia en sociedades extranjeras, siendo una estrategia política más humana y emocional que se vale de expresiones culturales, inspira respeto y promueve el entendimiento mutuo; el uso de la gastrodiplomacia para la promoción del patrimonio cultural de un país es una estrategia de salvaguarda que beneficia tanto en la protección de la riqueza cultural como en los lazos que se generan entre países gracias a ella.

1.5- Programa Pueblos Mágicos

En 2001 el gobierno mexicano creó una “marca país” a través del programa Pueblos Mágicos, el cual cuenta con 121 pueblos con esta denominación

actualmente, SECTUR (2014) define un Pueblo Mágico como un sitio con símbolos y leyendas, poblados con historia que en muchos casos han sido escenario de hechos trascendentes para el país, son lugares que muestran la identidad nacional en cada uno de sus rincones”, este programa tiene como objetivo el fomento del desarrollo sustentable en las comunidades de las localidades que cuentan con atributos de singularidad, carácter y autenticidad a través de la valorización de sus atractivos que son representados por una marca de exclusividad y prestigio; para pertenecer a este programa, las localidades interesadas deben llevar una serie de pasos en los que demuestran que se cuenta con los atributos solicitados y con un plan donde se explican los puntos que conforman el sistema turístico del lugar (DATATUR, 2018; Fernández, 2015; Pérez & Antolín, 2016). Fernández (2015) expone los objetivos específicos de este programa:

1. Estructurar una oferta turística complementaria y diversificada hacia el interior del país, basada fundamentalmente en los atributos histórico-culturales de localidades singulares.
2. Aprovechar la singularidad de las localidades para la generación de productos turísticos basados en las diferentes expresiones de la cultura local, artesanías, festividades, gastronomía y tradiciones, entre otras.
3. Aprovechar la singularidad de las localidades para la generación de otros productos turísticos tales como la aventura y el deporte extremo, el ecoturismo, la pesca deportiva, y otros que signifiquen un alto grado de atraktividad dentro del territorio de la localidad participante.
4. Poner en valor, consolidar y/o reforzar los atractivos de las localidades con potencial y atraktividad turística, fomentando así flujos turísticos que generen: mayor gasto en beneficio de la comunidad receptora (artesanías, gastronomía, amenidades y el comercio en general).
5. Creación y/o modernización de los negocios turísticos locales.
6. Que el turismo local se constituya como una herramienta del desarrollo sustentable de las localidades incorporadas al programa, así como en un programa de apoyo a la gestión municipal.

Como se mencionó anteriormente, para ser parte del programa es necesario realizar una serie de pasos, primero se somete a la localidad a un proceso de validación, para lo que el aspirante debe cubrir los siguientes requisitos (Diario Oficial de la Federación (DOF), 2014):

1. Documento que acredite la existencia de un área o unidad administrativa oficial, encargada de la atención del turismo.
2. Directorio de prestadores de servicios turísticos.
3. Inventario de atractivos y recursos turísticos de la localidad (resaltar los inmuebles declarados o de ser susceptibles a catalogarse como zona de monumentos históricos, por alguna institución a nivel estatal o federal).
4. Datos e información georreferenciada sobre las condiciones de conectividad, comunicación y cercanía a los centros urbanos de distribución (distancia en kilómetros y/o tiempo de recorrido).
5. Plan o programa de desarrollo turístico.

En caso de ser aceptada la localidad, pasa a incorporarse al programa, obteniendo así la denominación de Pueblo Mágico, el siguiente paso es integrar un expediente que complemente el proceso de incorporación, los documentos que debe llevar dicho expediente son explicados en la Guía de Incorporación y Permanencia de Pueblos Mágicos publicada por SECTUR (2014):

1. Comité Pueblo Mágico formalmente constituido: Debe contener el nombre de los integrantes, el programa de trabajo a 5 años, el reglamento interno, entre otras cosas.
2. Acta de cabildo (acuerdo para solicitar la adhesión al programa).
3. Punto de acuerdo del congreso del estado: donde se manifieste el compromiso por etiquetar presupuesto anual para el desarrollo turístico de la localidad.
4. Aportación económica directa para el desarrollo turístico basado en proyectos y acciones derivadas de planes y programas turísticos.

5. Programa de desarrollo turístico municipal actualizado con un horizonte de al menos 3 años.
6. Ordenamientos actualizados con enfoque turístico, durante la administración actual del municipio: (programa de desarrollo turístico, plan de desarrollo urbano municipal, reglamento municipal de ordenamiento del comercio en vía pública, programa municipal de seguridad, protección civil y manejo de residuos).
7. Evidencia del atractivo simbólico de la localidad aspirante: tesis del atractivo simbólico donde se expresan los atributos socioculturales y naturales del atractivo simbólico.
8. Servicios de salud y seguridad pública para la atención del turista en caso de ser necesario en una situación de emergencia.
9. Inversión privada y social en el desarrollo turístico y distintivos o sellos de calidad: inventario de establecimientos con sellos de calidad como distintivo H, M y punto limpio.
10. Otros elementos que considere el comité como relevantes para la actividad turística.

Una vez que un lugar obtiene la denominación de Pueblo Mágico debe presentar esta misma documentación actualizada cada año para que se le permita mantenerla y sobre todo demostrar que se está cumpliendo con los planes y programas establecidos; al pertenecer al programa, a cada pueblo se le daba apoyo económico mediante un subsidio, esto para que lo destinaran al mantenimiento de las fachadas de locales, hoteles, y demás servicios que se ofreciera en cada uno de ellos, sin embargo, esto dejó de ser así desde hace unos años; existen diversos autores como (Bartolo, 2015; Fernández, 2015; Hernández, Castillo, Vargas, & Cruz, 2017; Ibarra & Velarde, 2015; López, Valverde, & Figueroa, 2018; Pérez & Antolín, 2016) que creen necesaria una reestructuración del programa ya que actualmente no se cumple con los objetivos del programa y en algunos casos, la denominación se otorgó sin pasar por el proceso de incorporación, es decir, no presentaron un programa de desarrollo turístico o no contaban con los atractivos necesarios para formar parte del programa.

1.5.1- El papel de la gastronomía en Pueblos Mágicos

Uno de los requisitos para pertenecer al programa es contar con un atractivo turístico simbólico que la diferencia de las otras localidades, también ha de contar con otros “diferenciados” ya sean tangibles como arquitectura, edificios, artesanías, entre otros, y/o intangibles como las fiestas y tradiciones (SECTUR, 2014), la gastronomía entre en los atractivos diferenciados tanto tangibles como intangibles ya que se cuenta con productos gastronómicos artesanales y con los elementos culturales que están ligados a la cocina.

La cocina tradicional es considerada por SECTUR como un elemento de fundamental importancia para resaltar el carácter de identidad y su vínculo con el turismo cultural ya que se puede disfrutar en su contexto original, esto encaja con los nuevos gustos del turismo, por lo que puede ser un elemento que agregue valor a las localidades que cuentan con ella (Roriguez, 2011); Santana (citado en Fernández, 2015) comenta que “el programa Pueblos Mágicos además del turismo de la emoción y la experiencia trata de enfocarse en un turismo que busca lo típico, auténtico y diferente dentro del marco de la comercialización de la cultura”.

Todo lo que implica la promoción y publicidad dentro de la actividad turística es una forma sutil de comercializar la riqueza del patrimonio cultural, natural y gastronómico que destaca del territorio mexicano y que es expuesto para el disfrute primordialmente de extranjeros por el impacto económico que generan en dichos lugares (Bartolo, 2015). Dentro de los objetivos específicos del programa expuestos por Fernández (2015), la gastronomía se puede encontrar en los primeros cuatro ya que tratan de aprovechar y poner en valor las riquezas culturales de cada localidad donde se le incluye; en el proceso de validación presentado por el DOF (2014) el punto tres habla sobre los inventarios de atractivos y recursos que se tienen, resaltando aquellos que cuenten con algún reconocimiento por parte de alguna institución federal o estatal, aquí se puede encontrar de igual forma la gastronomía presentando inventarios de la flora y fauna empleada en la gastronomía y resaltando aquellos que estén en peligro o que cuenten con alguna denominación de origen y

dentro de los inventarios también se podrían incluir las festividades que tengan platillos representativos a ellas; en este mismo proceso pero en el punto cinco que trata sobre los planes o programas de desarrollo turístico se puede incluir alguna estrategia o algún producto turístico referente a gastronomía con el fin de tener un mayor valor cultural en la localidad.

CAPITULO II: Marco contextual

2.1- Regiones gastronómicas de México

La gastronoma e historiadora mexicana Guadalupe Pérez San Vicente (2002) realizó una subdivisión de la República Mexicana con el fin de ayudar a producir estudios más profundos de la gastronomía y su entorno, donde divide el territorio mexicano en 12 regiones, los cuales se presentan a continuación en la tabla 3: Regiones gastronómicas y el mapa 1: Regiones gastronómicas.

Tabla 3: Regiones gastronómicas

Región Gastronómica	Estados de la República Mexicana
Baja California	Conformada por la península que comprende los estados de Baja California y Baja California Sur.
Pacífico Norte	Sonora, Sinaloa y el norte de Nayarit.
Altiplano Norte	Chihuahua, Coahuila, Nuevo León, Durango, el norte de Zacatecas y el norte de San Luis Potosí.
Golfo Norte	Tamaulipas, y el noreste de Veracruz.
Pacífico Centro	Se conforma por el sur de Nayarit, el sur de Jalisco, Colima, el sur de Michoacán y el norte de Guerrero.
Altiplano Centro	Está integrada por el norte y centro de Jalisco, el sur de Zacatecas, el centro de San Luis Potosí, Aguascalientes, Guanajuato, el centro y sur de Querétaro, el centro y sur de Hidalgo, el norte y centro de Michoacán, el Estado de México, Tlaxcala, Puebla, Morelos, el centro de Guerrero, y la Ciudad de México.
Huasteca	Comprende el sur de Tamaulipas, sureste de San Luis Potosí, el noreste de Hidalgo, el norte de Veracruz y el noreste de Querétaro.
Golfo Centro	Está conformada por los territorios que comprenden al centro y sur de Veracruz.

Pacífico Sur	El área sur de los estados de Guerrero, Oaxaca y Chiapas.
Altiplano Sur	Zonas centro y norte de Oaxaca y el centro de Chiapas.
Golfo Sur	Tabasco y el norte de Chiapas.
Yucatán	Campeche, Quintana Roo y Yucatán.

Fuente: tabla tomada de Altamira & Trujillo (2017).

Mapa 1: Regiones gastronómicas



Fuente: imagen tomada de Altamira & Trujillo (2017).

El Estado de México se encuentra en la región “Altiplano Centro”, cuenta con una superficie de 22,351 km², se localiza en el centro del país, el clima es templado subhúmedo; la población total es de 16,187,608 personas, de las cuales el 51.6% son mujeres y el 48.4% hombres según la encuesta intercensal del INEGI (2015); el gobierno del Estado de México (2016) expresa basado en la Encuesta Nacional de Ocupación y empleo ENOE que entre las principales actividades se encuentran los servicios inmobiliarios y de alquiler de muebles intangibles (19.4%), comercio (18.4%), construcción (7.6%), industria alimentaria (5.7%) y, fabricación de maquinaria y equipo (5.5%) juntas representan el 56.6% del PIB estatal. Los sectores estratégicos son: automotriz, productos químicos, agroindustrial, minería, textil, turismo, logístico, equipo y servicio aeroespacial, y servicios de investigación.

Cuenta con 125 municipios, donde conviven 5 grupos indígenas con costumbres y tradiciones diferentes entre sí de acuerdo con el Atlas de los pueblos indígenas de México realizado por el Instituto Nacional de Pueblos Indígenas (INPI) (2018), estos grupos son los Matlatzincas, Mazahuas, Nahuas, Otomíes y Tlahuicas; en el estado se hablan cinco lenguas originarias Mazahua, Otomí, Nahuatl, Matlatzinca y Tlahuica, además de seis lenguas indígenas migrantes Nahuatl, Mixteco, Mazateco, Zapoteco, Totonaco y Mixe (INEGI, 2015).

2.2- Localización de los Pueblos Mágicos que forman parte del estudio

Nueve de los municipios que componen el estado cuentan con la denominación de Pueblo Mágico, siendo estos: Tepetzotlán, Valle de Bravo, Malinalco, El Oro, Metepec, Aculco, Ixtapan de la Sal, San Juan y San Martín Teotihuacán y Villa del Carbón. Para este proyecto se tomaron únicamente los primeros cinco, ya que fueron los primeros en recibir el nombramiento del programa Pueblos Mágicos, entre otras razones que fueron expuestas anteriormente por lo que en ellos se realizó el levantamiento de datos necesarios para el atlas de diversidad gastronómica.

Con relación a la ubicación que tienen los Pueblos Mágicos del estudio, Tepetzotlán se localiza al norte del Estado de México, limita al norte con los municipios de Huehuetoca y Coyotepec, al sur con los municipios de Cuautitlán Izcalli y Nicolás Romero, al oriente con Coyotepec, Teoloyucan y Cuautitlán Izcalli y al oeste con Villa del Carbón, se encuentra a 43.5 km de la Ciudad de México lo que se traduce a una hora y media de viaje aproximadamente; Valle de Bravo se localiza al poniente del Estado de México limita al norte con el municipio de Donato Guerra, al sur con el municipio de Temascaltepec, al este con los municipios de Amanalco y Temascaltepec, al oeste con los municipios de Ixtapan del oro, Santo Tomás de los Plátanos y Oztolapan, la distancia con la Ciudad de México es de 148.5 km que equivalen a un tiempo de viaje aproximado de tres horas; Malinalco se ubica al sur del Estado de México, colinda al norte con los municipios de

Jococingo y Ocuilan y con el estado de Morelos y al oeste con Tenancingo y Zumpahuacán, se encuentra a 105 km de la Ciudad de México que se traduce en un viaje de dos horas y media aproximadamente; El Oro se localiza al norte del Estado de México, limita al norte con el municipio de Temascalcingo, al noreste y poniente con el municipio de Tlalpujahua, al oriente con los municipios de Atlacomulco y Jocotitlán, la distancia que tiene con la Ciudad de México es de 163 km siendo un viaje aproximado de dos horas y media y por último se encuentra Metepec que limita con los municipios de San Mateo Atenco, Santiago Tianguistenco, Toluca, Chapultepec y Calimaya, se encuentra a 55 km de la Ciudad de México que se traduce en un viaje de una hora aproximadamente (DATATUR, 2018).

El mapa 2 presentado a continuación muestra la ubicación de cada uno de los Pueblos Mágicos mencionados anteriormente.

Mapa 2: 5 primeros pueblos mágicos del estado de México



2.2.1- Características sociales y económicas de Tepetzotlán

De acuerdo con datos tomados del plan municipal de desarrollo urbano de Tepetzotlán (2020) y proporcionados por el ayuntamiento de este municipio, actualmente el municipio cuenta con 103, 696 habitantes representando un 0.61% de la población del estado; el 2% de la población es indígena (otomíes) y el 0.88% habla una lengua indígena; del total de habitantes 50,708 son hombres y 52,988 son mujeres, su crecimiento poblacional está determinado por el crecimiento urbano por lo que el 83.2% de la población se encuentra en el área urbana y el 16.8% restante es considerada rural, esto se debe a la conformación física del municipio y a las diferentes actividades socioeconómicas que se desarrollan en la cabecera municipal.

En cuestión económica, las actividades más relevantes son las correspondientes al sector secundario y terciario siendo este último el que genera mayor número de empleos ya que las actividades de servicios y turismo ocupan el 49.73% del personal ocupado mientras que las actividades de manufactura representan el 41.87%. Por otra parte, el 36.8% de la superficie del municipio pertenece a las actividades agrícolas y pecuarias donde los principales cultivos que se siembran son el maíz, frijol, alfalfa, cebada, haba, cebolla, avena, chícharos, tomate verde, acelga, ajo, cilantro, betabel, espinaca, coliflor, jitomate, verdolaga, zanahoria, lechuga, garbanzo, calabaza y chile, siendo el maíz el principal cultivo en este municipio; dentro de la fruticultura se puede encontrar el aguacate, capulín, ciruelo, chirimoya, durazno, chabacano, manzana, zapote blanco, pera y zarzamora; dentro de los productos obtenidos por la ganadería se tiene la leche y sus derivados, carne de cerdo y huevo; por último, las especies de peces que se reproducen son la carpa y la trucha arcoíris (EDOMEX, 2020). Gran parte de la actividad agrícola se desarrolla bajo el esquema de autoconsumo y solo se comercializa el excedente de producción ya que no se tienen las herramientas suficientes para producir los productos en mayor cantidad.

2.2.2- Características sociales y económicas de Valle de Bravo

Según datos del Instituto Nacional para el federalismo y el desarrollo municipal (INAFED) (2020) la población total del municipio para 2020 fue de 61,590 representando un 0.36% de la población en el estado, donde 30,076 son hombres y 31,514 son mujeres; el 6.26% de la población total del municipio pertenece a los grupos étnicos mazahua y otomí donde 614 personas hablan alguna lengua indígena; la cantidad de población en relación a las zonas urbanas es menos debido a que la zona tiene un uso predominantemente agropecuario y forestal.

Los recursos naturales con los que cuenta Valle de Bravo permiten que se puedan realizar diversas actividades económicas como el turismo y la agricultura, con base en el plan de desarrollo municipal de Valle de Bravo (2018) e información proporcionada por el ayuntamiento del municipio se puede decir que el 37.7% de la población económicamente activa se encuentra en el sector terciario mientras que el 33.4% se encuentra en el sector primario donde los principales productos que se cultivan son maíz, papa, chícharo, haba, frijol, cebolla, ejote, jitomate, caña, garbanzo, tomate, trigo, durazno, guayaba, pera, limón, entre otros; el tipo de ganado que se produce es el ovino y bovino y la actividad acuícola tiene gran importancia en este lugar; el sector secundario está relacionado con la producción de mermeladas, conservas, licores, aderezos y lácteos. Los productos se producen principalmente para autoconsumo y el excedente se comercializa en los mercados locales y regionales.

2.2.3- Características sociales y económicas de Malinalco

La población de este municipio para 2020 fue de 28, 322 habitantes, representando el 0.17% de la población del estado, aquí conviven dos grupos étnicos siendo estos los nahuas y los matlatzincas; de la población total en Malinalco 13,833 son hombres y 14,322 son mujeres, de ellos únicamente 43 personas hablan alguna lengua indígena; la población que vive en zona urbana representa el 41.71% del total de la población y aquella que vive en zona rural representa el 58.29%. Por

otra parte, la tasa de crecimiento del municipio ha ido decreciendo, esto puede deberse a la falta de fuentes de empleo lo que provoca que los jóvenes emigren a otros lugares en busca de mejores condiciones de vida (INAFED, 2020).

De acuerdo con datos del Plan de desarrollo municipal de Malinalco (2015) las actividades agropecuarias representan el 56.10% de la población ocupada, el sector terciario representa el 35.22%, el sector secundario donde la construcción concentra el mayor número de empleos representa únicamente el 5.61% y el 3.07% no está especificado, con esto se puede decir que la agricultura es la actividad más importante de este municipio ya que más de la mitad de sus habitantes se dedican a ella produciendo maíz, caña, arroz, avena, y nardo principalmente; otra actividad importante es la acuacultura donde se producen rana y trucha, estas últimas sirven como complemento a la actividad turística; la ganadería no es muy representativa en Malinalco debido a que se desarrolla a pequeña escala como complemento a las actividades agrícolas y su producción es para autoconsumo o para cubrir la demanda de carne y leche del mercado local, las especies que se producen son aves de corral y bovinos. Por último, existen algunos problemas que impiden el desarrollo agrícola en esta zona como la falta de apoyos financieros y tecnología adecuada para la comercialización de estos productos.

2.2.4- Características sociales y económicas de El Oro

De acuerdo con el plan de desarrollo municipal El Oro (2018) y el INAFED (2020) el municipio cuenta con 36,937 habitantes que representan el 0.22% de la población del estado de los cuales el 60.4% se considera indígena siendo los otomíes y los mazahuas los grupos étnicos existentes, sin embargo solo se tiene a 4,504 habitantes considerados como hablantes de lengua indígena que representan el 10.89% del total de la población municipal; la situación de pobreza en este municipio es alta ya que el 66.7% se encuentra en condición de pobreza donde el 26.3% es extrema y el 40.3% es moderada.

El Oro destaca por su potencial de desarrollo turísticos ya que se ha promovido el crecimiento de actividades de servicios siendo el municipio que ha

logrado mayor índice de especialización económica en este sector, dentro de sus servicios se encuentra la pesca deportiva; otra de las actividades importantes es la agropecuaria donde se producen hiervas medicinales como la salvia, altamisa, salvia, cedrón, ruda, tabaquillo, manzanilla, ajeno, hierbabuena, entre otras que forman parte importante en la preparación de la bebida conocida como “la chiva”, también se producen setas, agave y nopales; en cuestión de ganadería se pueden encontrar ganado ovino, bovino, caprino, porcino y aves de corral como guajolotes, gallinas, gansos, patos, pollos y palomos. Al igual que en los otros municipios la producción es prácticamente para autoconsumo y el excedente se comercia en los mercados locales usualmente para cubrir la demanda de los servicios de alimentos que se ofrecen a los visitantes (EDOMEX, 2018).

2.2.5- Características sociales y económicas de Metepec

Partiendo de datos tomado del INAFED (2020) el municipio cuenta con 242,307 habitantes que representan el 1.43% de la población con respecto al estado donde 115,997 son hombres y 126,310 son mujeres, en total 822 de estos habitantes hablan alguna lengua indígena siendo estas náhuatl, matlatzinca y otomí; en cuanto a la distribución territorial, el 79.6% de la población se establece en la cabecera municipal, el 19.2% se encuentra en zonas urbanas y el 1.2% en zonas rurales.

En cuestión económica Metepec atrae bastante flujo económico y demográfico gracias al desarrollo comercial que tiene colocando al municipio como uno de los que más avance ha tenido en cuestión de rezago social; las actividades económicas que se desarrollan en este lugar están principalmente relacionadas con el sector servicios representando el 89.93%, seguido del sector industrial con un 10.05% mientras que el sector agrícola representa un 0.008%. Las actividades del sector primario han ido disminuyendo gracias al crecimiento urbano que provoca una disminución en los terrenos de cultivo y la actividad agrícola y ganadera, es por ello que estas actividades no son tan frecuentes como en otras regiones del Estado de México y los productos obtenidos de estas actividades se usan principalmente

para autoconsumo; el sector secundario está compuesto por actividades relacionadas con los talleres de artesanías y el sector terciario está compuesto por actividades relacionadas a los servicios turísticos, el comercio al mayoreo y menudeo , servicios culturales, entre otros (EDOMEX, Plan nacional de desarrollo municipal Metepec, 2016).

2.3- Oferta turística

Los Pueblos Mágicos cuentan con sitios web donde se pueden observar aquellos atractivos y actividades que se pueden realizar, así como un poco de su historia; en seguida se presentan las tablas 4,5,6,7 y 8, cada una cuenta con datos generales de cada Pueblo Mágico en el que se trabajará, así como también la oferta gastronómica que tienen en sus sitios web, esto con el propósito de observar lo que ofrecen a los visitantes cada uno de ellos.

Tabla 4: Tepetzotlán

Tepetzotlán	
Año de incorporación al programa Pueblos Mágicos	2002.
Significado	De origen náhuatl, compuesto por los vocablos “Tepetzotli” (joroba) y “Tlan” (entre), significa “Entre Jorobados”.
Etnias	Otomí.
Población	Total: 67,724, de los cuales 33,190 son hombres y 34,534 son mujeres.
Extensión	Ocupa una superficie de 187.82 km cuadrados.
Actividades	Senderismo, ciclismo de montaña, contemplación de paisajes, visita a los balnearios, camping, visita al museo del virreinato.
Atractivos turísticos	Ex convento de San Francisco Javier (Patrimonio de la humanidad por la UNESCO), museo nacional del virreinato, plaza de la cruz, parroquia de San Pedro Apóstol, arcos del Sitio.
Festividades	Fiestas patronales de San Pedro (29 de junio), fiesta del señor del nicho (primera semana de

	septiembre), fiesta de la señora de la purísima concepción (8 de diciembre).
Gastronomía	Escamoles, chinicuiles, mixiotes, nieves, barbacoa, mixiotes.
Clima	Templado subhúmedo con lluvias principalmente en verano y heladas en invierno.

Fuente: elaboración propia mediante información tomada de SECTUR y del Instituto Nacional para el Federalismo y el Desarrollo Municipal INAFED.

Tabla 5: Valle de Bravo

Valle de Bravo	
Año de incorporación al programa Pueblos Mágicos	2005.
Significado	El nombre original era “Pameje” de origen mazahua o “Temazcaltepec” en náhuatl, sin embargo, tiempo después adoptó su actual nombre por San Francisco del Valle y en honor al general Nicolás Bravo.
Etnias	Mazahua y Otomí.
Población	Total:25,554 habitantes.
Extensión	Cuenta con una superficie territorial de 430.80 km cuadrados.
Actividades	Deportes extremos como escalada, rappel y ciclismo de montaña, cabalgatas, senderismo y caminatas, deportes acuáticos como kayak, velero, paseos en lanchas y yates y wáter ski.
Atractivos turísticos	Santuario de la mariposa monarca, cascada velo de novia, parque monte alto, parque el pino, cerro de la peña, iglesia de San Francisco de Asís, templo de Santa María Ahuacatlán, lago de Valle de Bravo.
Festividades	Día de la candelaria en el barrio de Otumba, donde los mayordomos organizan una “novena” (2 de febrero), fiesta patronal (4 de octubre), tributo al cristo negro de la iglesia (3 de mayo).
Gastronomía	Trucha arcoíris, variedad de tamales, licores de frutas, ates, nieves.
Clima	Principalmente templado y cálido con lluvias en verano.

Fuente: elaboración propia mediante información tomada de SECTUR y del INAFED.

Tabla 6: Malinalco

Malinalco	
Año de incorporación al programa Pueblos Mágicos	2010.
Significado	Se compone de “malinalli” (zacate de carbonero), “xóchitl” (flor) y de “co” (en) que en conjunto significan “Dónde se adora a Malinalxóchitl, la flor del Malinalli”
Etnias	Nahuas y matlatzincas.
Población	Total: 20,157 habitantes.
Extensión	Posee una extensión territorial de 204.95 km cuadrados.
Actividades	Turismo de aventura como tirolesa, rappel, escalada, cañonismo, ciclismo de montaña, caminatas, gastro tour prehispánico.
Atractivos turísticos	Zona arqueológica Cuauhtinchán, convento Agustino, centro cultural universitario “Luis Mario Schneider”, 8 capillas de los siglos XVI al XVIII, pinturas y petrograbados rupestres, cavernas, talladores de madera, paraje “las truchas”.
Festividades	Festejo del municipio (1 de enero), ritual en el velorio de los niños celebrando la muerte, fiesta del divino salvador (semana y 6 de agosto), San Antonio de Padua (13 de enero), San Simón Apóstol (28 de diciembre).
Gastronomía	Trucha al estilo Malinalco, iguana en caldillo, la rana y el ajolote en tamal, armadillo, conejo, jabalí, panes, nieves, mezcal, pulque.
Clima	El clima es cálido- subhúmedo y soleado durante todo el año, la temporada de lluvia es de julio a octubre.

Fuente: elaboración propia mediante información tomada de SECTUR y del INAFED.

Tabla 7: El Oro

El Oro	
Año de incorporación al programa Pueblos Mágicos	2011.
Significado	Su nombre no es de origen prehispánico, sin embargo, tratando de definirlo, se recurre a la etimología de la palabra náhuatl “teocuitlapilli” (lo que nos dejaron los dioses o excremento sagrado) haciendo referencia al metal extraído.

Etnias	Mazahuas y Otomíes.
Población	Total: 31,847 de los cuales 15,505 son hombres y 16,342 son mujeres.
Extensión	Tiene una superficie de 137.47 km cuadrados.
Actividades	Caminatas por el puente colgante de El Mogote, deportes de aventura como tirolesa, visita a la presa Brockman, camping, pesca deportiva de trucha y comidas campestres.
Atractivos turísticos	Teatro Juárez, el palacio municipal, museo de minería, estación del tren, la casa de las artesanías.
Festividades	El carnaval (celebrado el fin de semana antes de semana santa), fiesta de Santiago Oxtempan (25 de julio), fiesta de Santa Rosa de Lima (30 de agosto).
Gastronomía	Rollos de guayaba, “cola de macho”, mole rojo y verde, barbacoa, “sende choo” y “la chiva”.
Clima	Predomina el clima templado subhúmedo.

Fuente: elaboración propia mediante información tomada de SECTUR y del INAFED.

Tabla 8: Metepec

Metepec	
Año de incorporación al programa Pueblos Mágicos	2012.
Significado	Del náhuatl “metepetl”, que significa “en el cerro de los magueyes”.
Etnias	Otomíes y Matlatzincas.
Población	Total: 206,005 de los cuales 99,394 son hombres y 106,611 son mujeres.
Extensión	Cuenta con una extensión territorial de 67.52 km cuadrados.
Actividades	Caminatas y visitas a talleres artesanales familiares, visita al zoológico de Zacango, visita a la casa de cultura donde se imparten talleres y exposiciones.
Atractivos turísticos	Iglesia de San Juan Bautista, iglesia el calvario, casa del artesano y corredores artesanales, plaza cívica.
Festividades	Fiesta del día de la cruz (3 de mayo), fiesta del arcángel San Miguel (8 de mayo), fiesta de Metepec, en honor a su santo patrono San Juan Bautista (24 de junio), feria cultural y artesanal “Quimera” (octubre).

Gastronomía

Garañonas, ensalada de plaza (encontrada los lunes en el tianguis), mosquito.

Clima

Tiene un clima templado en primavera, en verano es templado húmedo con lluvias, semifrío con ligeras lluvias en otoño y frío en invierno.

Fuente: elaboración propia mediante información tomada de SECTUR y del INAFED.

CAPITULO III: Marco metodológico

3.1- Método etnográfico y de sistematización

La primera etapa de este proyecto se realizó mediante un enfoque cualitativo por medio del método etnográfico. La etnografía está fuertemente vinculada a la antropología tanto social como cultural; autores como Pujadas, Coma, Roca y Serra (citados en Cotán (2019)) entienden la etnografía desde una doble vertiente, una de ellas es como un método de investigación donde el objetivo central es el estudio de unidades sociales para describir, interpretar y reconstruir la realidad desde un punto de vista cultural y también como el producto que surge del proceso de investigación; en palabras de Pujadas (citado en Cotán (2019)) “la etnografía se encuentra vinculada a un triángulo antropológico en el que confluyen tres variables: contexto, comparación y contextualización”. Para los autores anteriormente mencionados la etnografía surge de la información obtenida para realizar un planteamiento teórico comparativo que fomenta nuevas interpretaciones y problemas a los que se debe dar respuesta en investigaciones posteriores y para poder comprender la información obtenida es necesario realizar un trabajo de contextualización histórica, política, económica y social. Cotán (2019) explica que la etnografía ha pasado por 3 fases a lo largo de la historia; durante la primera fase se estudiaban las sociedades elementales, la segunda consistía en el estudio de las sociedades complejas y la tercera que es la fase en la que se encuentra actualmente se centra en el estudio de elementos específicos de las sociedades.

Desde esta perspectiva, este trabajo examina la gastronomía tradicional y sus expresiones culinarias haciendo una reflexión sobre la dinámica cultural que se vive en los pueblos mágicos del estado de México, específicamente Tepotzotlán, Valle de Bravo, Malinalco, El Oro y Metepec; para el estudio etnográfico de estos lugares se realizó un análisis de datos documentales para la interpretación de estas expresiones culturales; se utilizó la ficha 1: festividades presentada a continuación, donde se especifican las festividades que se celebran en cada pueblo mágico teniendo en cuenta de qué festividades se trata, el lugar donde se celebran, las

fechas de inicio y término de las mismas, en qué consisten, el origen y las peculiaridades de cada una de ellas, los rituales que se realizan durante el festejo y los platillos que suelen ser consumidos en estos días de fiesta.

Ficha 1: Festividades

Nombre		
Dónde se celebra	Empieza	Termina
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Observaciones	Rituales	
Platillos que se consumen		

Fuente: elaboración propia con información tomada de Linares (2010) y Oseguera (2003).

Para la recolección de datos en esta primera etapa del proyecto, aparte de la investigación documental realizada y citada a lo largo del mismo se contó con el apoyo de los ayuntamientos en general de cada Pueblo Mágico como actores clave quienes proporcionaron la información usada para obtener la denominación de Pueblo Mágico; sumado a eso se realizó un cuestionario a los representantes de cada ayuntamiento para complementar la información necesaria para el llenado de las fichas de información.

La segunda parte se realizó mediante el enfoque cuantitativo, por medio del método de la Sistematización que analiza de lo general a lo particular y que al ser una actividad teórico-práctica sirve a objetivos de ambos campos, por un lado,

mejora la práctica desde lo que ella misma enseña y a su vez propicia la articulación entre el saber popular y el análisis académico, rescata los aprendizajes logrados en la práctica y contribuye a aumentar la capacidad de reconocerse como individuos portadores de conocimientos, experiencias y posibilidades de ser actores de la transformación social.

Éste es un método de investigación social que ayuda a ordenar y clasificar la información bajo ciertos criterios de selección que se encuentran en función de la búsqueda de un conocimiento en específico, permite recuperar el conocimiento de experiencias para la generación de aprendizaje y se transforma en un método de producción de conocimientos. Normalmente los resultados del proceso de sistematización se reflejan en varios productos, como puede ser un documento, por ello puede adquirir muchas características diferentes dependiendo de que se sistematizó, para qué fue sistematizado, quiénes lo realizaron y cómo se utilizarán los aprendizajes de este proceso (Expósito & González, 2017).

En este proyecto se utilizó la sistematización para la organización de la información recolectada en la primera etapa del mismo, esta información fue acomodada en las fichas 2: Platos tradicionales, 3: Alimentos endémicos, 4: Bebidas tradicionales, y 5: Información geográfica que se presentan a continuación donde la ficha 2 se refiere a los platos tradicionales teniendo en cuenta el nombre de los mismos, la categoría a la que pertenecen, región gastronómica, zona donde son producidos, la época del año en que son consumidos, festividades de las que forman parte, método de preparación y un análisis sensorial donde se explican el sabor, la textura y cómo se ve el plato al ser servido; la ficha 3 contiene información de los alimentos endémicos como son el nombre de cada uno, categoría a la que pertenecen, región gastronómica, zona de producción, fechas en que se siembran y se cosechan, la localidad donde se dan, técnicas de recolección tradicionales, partes comestibles y modo de consumo así como también un análisis sensorial al igual que la ficha anterior; la ficha 4 abarca la información sobre las bebidas donde se toma en cuenta el nombre de cada una, categoría a la que pertenece, región gastronómica, zona de producción, ingredientes principales utilizados para su

elaboración, método tradicional de preparación, modo de consumo y un análisis sensorial; por último se encuentra la ficha 5 correspondiente a la información geográfica que comprende el nombre de cada lugar, la ubicación geográfica, temperatura, tipo de flora y fauna, localidades involucradas en cuanto a las comunidades indígenas que tienen presencia en el lugar y las lenguas que se hablan.

Ficha 2: Platos tradicionales

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Estacionalidad			
Época de consumo		Festividad	
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual			
Sabor			
Textura			

Fuente: elaboración propia con información tomada de Altamira & Trujillo (2017), CONABIO (2018) y Holland (2014).

Ficha 3: Alimentos endémicos

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	

Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo
Visual		
Sabor		
Textura		
		Técnicas de recolección tradicionales

Fuente: elaboración propia con información tomada de UPAEP &UAQ (2018), CONABIO (2018) y Holland (2014).

Ficha 4: Bebidas

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual			
Sabor			
Textura			

Fuente: elaboración propia con información de UPAEP & UAQ (2018), Altamira & Trujillo (2017) y Holland (2014).

Ficha 5: Información geográfica

Nombre		
Dimensión geográfica		
Ubicación geográfica		

Temperatura		
Tipo de flora	Tipo de fauna	Localidades involucradas
Lenguas que se hablan		

Fuente: elaboración propia con información del INPI (2018) y Guerrero (2011).

Con el propósito de obtener información que ayude a complementar los datos obtenidos de cada pueblo mágico que forma parte del proyecto se diseñó un cuestionario que se encuentra en el apartado de anexos del presente documento; éste fue aplicado a los representantes del ayuntamiento de cada Pueblo Mágico.

3.2 Ejemplificación del atlas de diversidad gastronómica

Este atlas se elaboró mediante la herramienta de las Tecnologías de Información geográfica (TIG), por medio de la información recabada, la cual se obtuvo mediante los métodos etnográfico y de sistematización; este último, es el más utilizado en la elaboración de mapas digitales, que permite analizar la información de lo general a lo particular en el constructo de los mapas.

Esto se conformó utilizando los sistemas de información geográfica (SIG), que permitió analizar la información mediante los softwares Arcgis y Qgis, esto mediante una base de datos obtenida por el INEGI y la información de las diferentes fichas, que dio como resultado la elaboración de diferentes mapas los cuales son los siguientes:

Primeramente, se hizo el mapa de ubicación a nivel nacional donde se resalta la ubicación del estado de México como se muestra en el mapa 3 en el siguiente capítulo.

Segundo, un mapa a nivel regional donde se pueden ubicar los cinco Pueblos Mágicos en los que se trabajó como se puede observar en el mapa 4 presentado en el siguiente capítulo o bien en el mapa 2 presentado en el capítulo anterior, y que describe la ubicación, las diferentes localidades; así como los datos generales.

Por último, se elaboraron diferentes mapas de cada uno de los municipios que se trabajaron (como es el caso de los mapas 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13 y 14 presentados en el siguiente capítulo), describiendo la información obtenida y analizada de cada zona, obteniendo diferentes mapas temáticos.

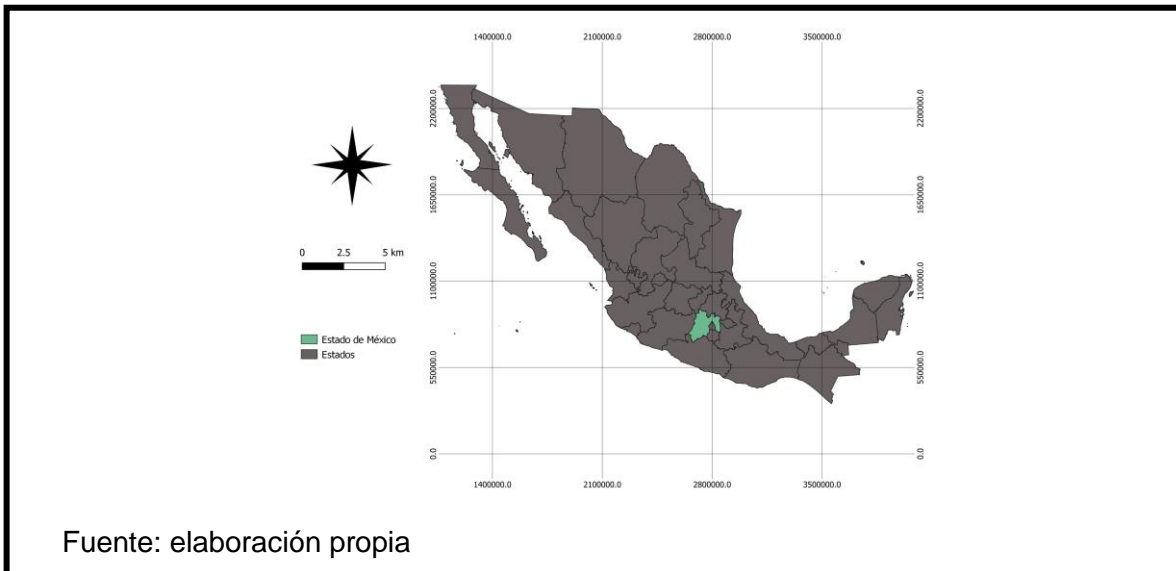
Estos mapas temáticos representan el análisis de la información obtenida, algunos de los temas a representar en ellos son: flora, fauna, ubicación de pueblos indígenas, Pueblos Mágicos de la zona, atractivos turísticos; los datos que se levantaron mediante investigación documental fueron ingresados como metadatos, estos son: alimentos, bebidas, festividades, platillos representativos y datos complementarios a los mapas, es decir, aquellos datos que no se encuentran en los mapas topográficos pero si en la recolección de datos, lo que permitió generar un tema en específico.

Es importante mencionar que los mapas plasmados en papel son el resultado de la información analizada y representa la información obtenida durante la investigación para generar el atlas de diversidad gastronómica.

CAPITULO IV: Resultado y su discusión

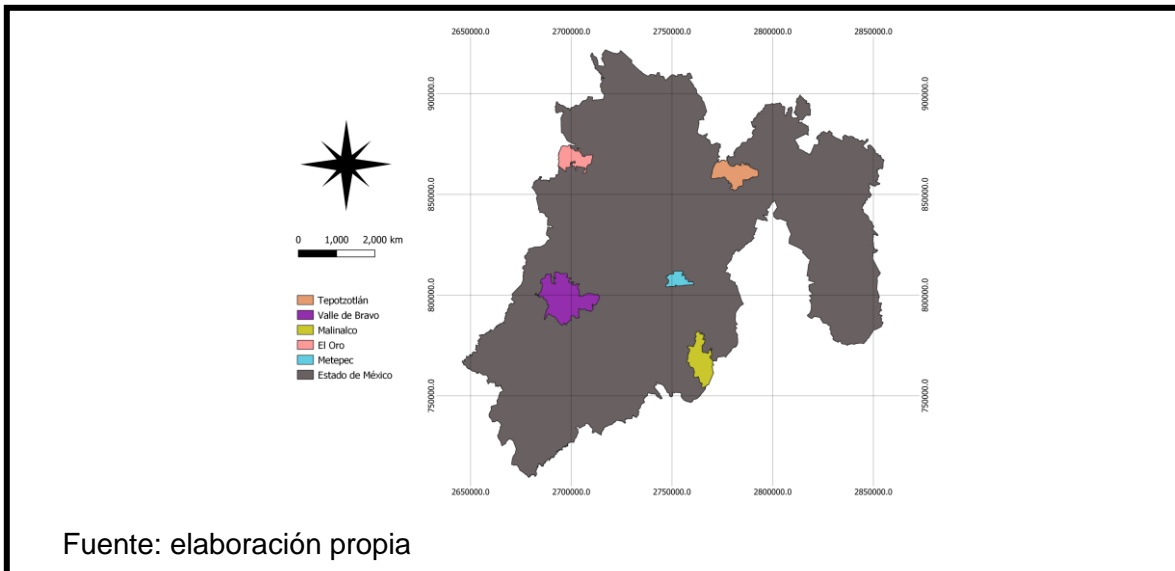
En este capítulo se desarrolla el atlas de diversidad gastronómica, primeramente, en el mapa 3 presentado a continuación, se describe la ubicación a nivel nacional de la zona de estudio colindando al norte con los estados de Querétaro e Hidalgo; al sur con Guerrero y Morelos; al este con Puebla y Tlaxcala; al oeste con Guerrero y Michoacán y rodea al norte, este y oeste a la ciudad de México.

Mapa 3: Nivel nacional



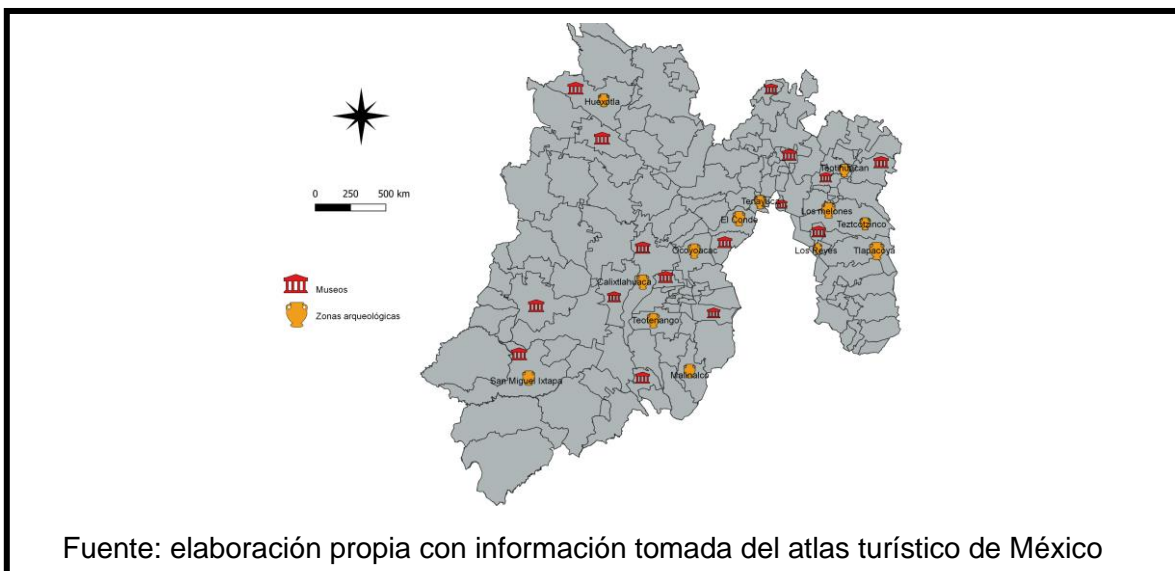
En el mapa 4 presentado a continuación se observa la ubicación del estado de México con los cinco municipios que se trabajaron en la investigación como son: Tepetzotlán, Valle de Bravo, Malinalco, El Oro y Metepec.

Mapa 4: Nivel regional



En el mapa 5 que se presenta enseguida se muestran los atractivos turísticos con los que cuenta el estado de México y que pueden ser de interés para aquellas personas que visiten las zonas de estudio.

Mapa 5: Atractivos turísticos

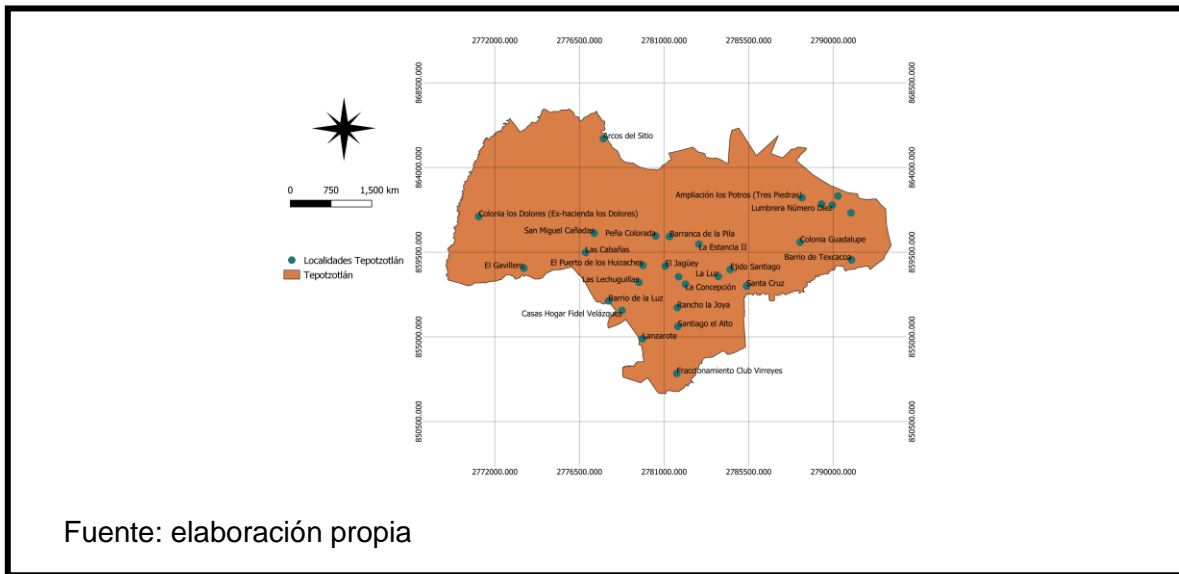


En los siguientes apartados se presenta la información que da a conocer aquellos datos recolectados de cada municipio en que se llevó a cabo la investigación, donde se identifican las localidades que los componen, etnias que conviven, lenguas indígenas que se hablan, alimentos endémicos, festividades, platillos y bebidas tradicionales que se pueden encontrar en cada uno

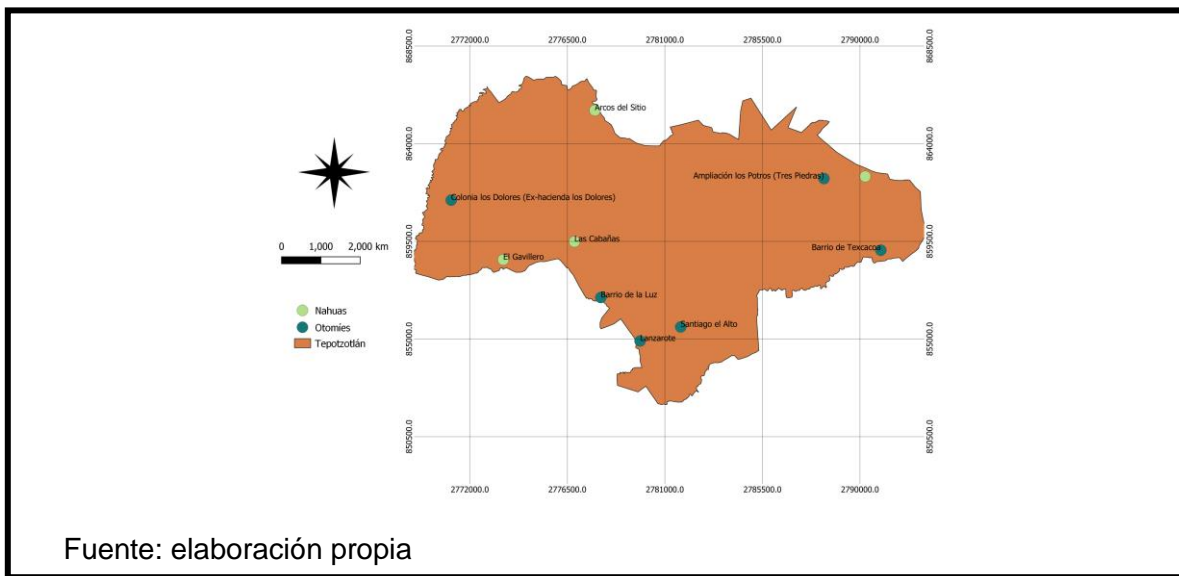
4.1- Tepetzotlán

Forma parte de la región III del Estado de México compuesta por los municipios de Apaxco Coyotepec, Huehuetoca, Isidro Fabela, Jilotzingo, Nicolás romero y Villa del carbón. Tepetzotlán es la cabecera municipal y las localidades más importantes que lo conforman son Santiago Cuautlalpan, San Mateo Xóloc, Cañada de Cisneros, Santa Cruz, la Concepción y San Miguel Cañadas; en este lugar el clima predominante es templado subhúmedo con lluvias en verano y con una temperatura promedio de 15.6 °C donde la máxima es de 29.8°C y la mínima es de 3.3°C. Los grupos indígenas que conviven son los Otomíes y los Nahuas; dentro de las lenguas indígenas que se hablan se pueden encontrar el otomí, triqui, mixteco, purépecha, mazahua y náhuatl. En función de este análisis y con la ficha 6: Información geográfica de Tepetzotlán que se presenta a continuación, se elaboraron los mapas 6: Localidades de Tepetzotlán y 7: Etnias en Tepetzotlán, con estos elementos se puede visualizar la información antes expuesta con mayor detalle.

Mapa 6: Localidades de Tepetzotlán



Mapa 7: Etnias en Tepetzotlán



Ficha 6: Información geográfica de Tepetzotlán

Nombre		Tepetzotlán
Dimensión geográfica		
Ubicación geográfica	Se encuentra entre las coordenadas geográficas 19° 43' 50" latitud norte y entre 99° 13' 24" longitud oeste	Su superficie territorial es de 208.83 km ² aproximadamente y se encuentra a una altura promedio de 2,250 metros sobre el nivel del mar
Temperatura	El clima predominante es templado subhúmedo con lluvias en verano y tiene una temperatura promedio de 15.6°C donde la máxima es de 29.8°C y la mínima es de 3.3°C	
Tipo de flora	Tipo de fauna	Localidades involucradas
Los cultivos que se realizan son: maíz, frijol, alfalfa, cebada, avena, chícharo, cebolla, tomate verde, haba, frijol, acelga, ajo, alcachofa, betabel, cilantro, espinaca, garbanzo, calabaza, coliflor, jitomate, verdolaga, lechuga y zanahoria	Se registra la presencia de las siguientes especies: coyote, conejo, ardilla, tlacoache, armadillo, cacomixtle, zorrillo, mapache y tuza; entre las aves se encuentran el zopilote, ceniztonle, gavilán, gorrión, colibrí, codorniz, tecolote y garza; entre la fauna doméstica se encuentran las vacas, caballos, asnos, conejos, palomas, gallinas, gansos, patos, guajolotes, canarios y loros; los peces que hay son la carpa y la trucha arcoíris	Forma parte de la región III del estado de México compuesta por los municipios de Apaxco, Coyotepec, Huehuetoca, Isidro Fabela, Jilotzingo, Nicolás romero y Villa del carbón. Tepetzotlán es la cabecera municipal y las localidades más importantes que lo conforman son Santiago Cuautlalpan, San Mateo Xóloc, Cañada de Cisneros, Santa Cruz, la Concepción y San Miguel Cañadas. Los grupos indígenas que se pueden encontrar son los Otomíes, y los Nahuas
Lenguas que se hablan		Otomí, triqui, mixteco, purépecha, mazahua y náhuatl

Fuente: elaboración propia

Algunos de los productos obtenidos gracias a las actividades agropecuarias son los siguientes:

- Carpa común: se produce mediante sistemas de cultivo extensivos y semi intensivos con el fin de utilizar diferentes nichos de la columna de agua; su reproducción varía según la especie y variedad generalmente los machos maduran entre los 6- 12 meses y las hembras después de los 18 meses. Se

consume la carne, piel y en ocasiones los ojos, aunque se debe tener cuidado con las espinas ya que cuenta con bastantes.

- Trucha arcoíris: se produce principalmente para pesca deportiva y consumo local; se reproduce una vez al año durante los meses de octubre a marzo y se realiza un ciclo de cosecha al año que dura alrededor de siete meses. Se consume todo en el pescado menos el esqueleto y las tripas, se pueden preparar de muchas formas diferentes y los huevos también se pueden ocupar en diferentes preparaciones.
- Maíz cacahuacintle: es un producto temporal que se siembra entre marzo y mayo y se cosecha en los meses de diciembre y enero; el sabor es dulce, mientras que su grano es grande de textura suave y consistencia harinosa. Es cultivado con diferentes propósitos como producción de forraje, ensilaje para consumo animal y la producción de granos secos u hortalizas para consumo humano
- Frijol negro perla: esta legumbre se siembra regularmente del 15 de mayo al 5 de junio y se cosecha entre 85 y 120 días después de ser sembrado. Este producto es base de muchos platillos y se consume cocido ya sea en sopas, de guarnición o como relleno de tamales, tlacoyos, entre otros guisos.
- Alfalfa: las raíces, hojas y brotes jóvenes de esta planta son comestibles; son usados en ensaladas o hervidas como si se tratara de acelgas y también son conservadas en vinagre para su uso en la cocina; por otra parte, las personas suelen hacer uso de esta hierba para tratar la anemia y afecciones urinarias, o aliviar síntomas de la menopausia como sofocos.
- Chícharo: es una legumbre que suele sembrarse entre el primero de junio y el quince de julio para ser cosechado alrededor de 58 y 72 días después de ser sembrada; su sabor es ligeramente dulce y la textura es dura en crudo y suave cuando está cocido; se puede consumir tanto la vaina como los chícharos.
- Garbanzo: se consume el fruto de la hortaliza del mismo nombre, suele encontrarse seco y se usa en diferentes preparaciones como sopas, consomés, ensaladas e incluso hecho puré y usado como relleno en algunos

platillos; en crudo el sabor es imperceptible y cocidos tienen un sabor ligeramente dulce. Suelen ser recolectados de forma manual cortando las plantas por encima de la raíz.

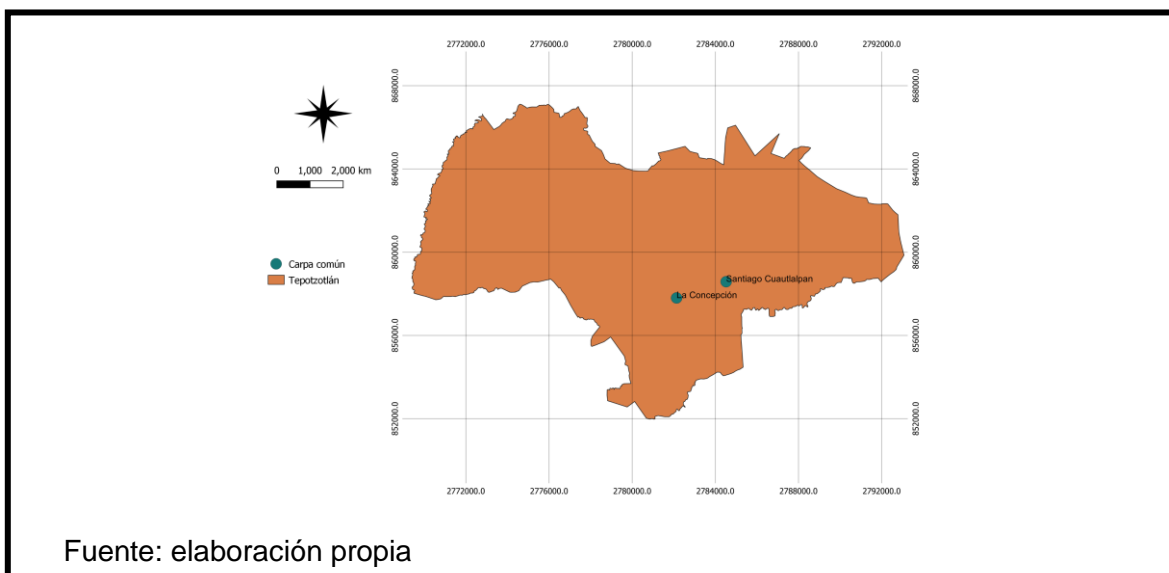
- Betabel: este tubérculo se puede consumir todo, desde las hojas hasta la raíz, esta última se come cruda, cocida o encurtida mientras que la hoja suele comerse cruda en ensaladas regularmente, aunque algunos platillos las incluyen en sus preparaciones; el sabor de la raíz es muy dulce y tiene una textura suave, su recolección se realiza de forma manual.
- Xoconostle: Su cosecha se realiza durante los meses de julio a octubre, se recolecta de forma manual y cuidando que las espinas no se queden en el cuerpo de quien recolecta; la parte comestible es la pulpa que es la parte roja de la fruta retirando la piel y las semillas para poder consumirla, se utiliza en la elaboración de dulces, salsas, agua, entre otros guisos de la región.
- Acociles: este crustáceo se consume entero ya sea asado o hervido que se pesca entre febrero y junio en aguas poco profundas utilizando redes de malla muy fina para evitar que puedan escapar ya que son muy pequeños.
- Escamoles: Se recolectan directamente del nido hecho con arcilla y arena con cuidado de no destruirlo para que siga la reproducción de la especie; se come la larva completa, normalmente se preparan fritas con mantequilla y epazote, en mixiotes, con huevo, entre otros guisos; si son blancos su sabor es ligeramente dulce y si son oscuros su sabor es agrio, su textura es suave y cremosa.
- Chinicuiles: los gusanos de maguey se suelen recolectar entre agosto y septiembre, es considerada una plaga, sin embargo, no se elimina debido al uso en la cocina que se les da; tiene un sabor terroso con notas herbales de maguey con una textura suave en crudo como cualquier otro gusano y asado adquiere una textura crujiente.
- Chapulines: este insecto se puede conseguir durante todo el año en los mercados, sin embargo, es en época de lluvias cuando suele conseguirse en mayor cantidad; se recolectan de forma manual o con ayuda de redes para facilitar la tarea. Se come el chapulín completo, generalmente se consumen

asados como botanas con limón y salsa o en tacos, aunque también se pueden realizar sopas y algunos otros platillos.


- Caracol de campo: aunque no son insectos si no moluscos, se consumen dentro de la oferta de entomofagia dentro del ámbito gastronómico. Se recolectan de forma manual uno a uno de las pencas de maguey, su sabor es suave y adoptan el sabor de aquello con que se guisan y de lo que comen, si se les alimenta con hierbas de olor como epazote adquirirán ese sabor; el cuerpo es blando y tienen una textura suave y viscosa, cocido la textura puede sentirse como la de una gomita.
- Miel: se produce en las localidades de la Concepción y San Miguel Cañadas, se recolecta en verano y en otoño; suele consumirse tanto el panal como la miel, ya sea al natural para endulzar bebidas o alimentos, como postre y también se usa en la preparación de salsas y dulces tradicionales.

Esta información fue tomada partiendo de las fichas 7: Tepetzotlán carpa común, 8: Tepetzotlán maíz cacahuacintle, 9: Tepetzotlán acociles, 10: Tepetzotlán trucha arcoíris, 11: Tepetzotlán frijol negro perla, 12: Tepetzotlán chícharo, 13: Tepetzotlán alfalfa, 14: Tepetzotlán garbanzo, 15: Tepetzotlán betabel, 16: Tepetzotlán xoconostle, 17: Tepetzotlán escamoles, 18: Tepetzotlán chinicuiles, 19: Tepetzotlán chapulines, 20: Tepetzotlán caracol de campo y 21: Tepetzotlán miel (presentadas a continuación), correspondientes a los alimentos endémicos de la zona y que con apoyo de los mapas 8: Tepetzotlán carpa común, 9: Tepetzotlán maíz cacahuacintle, 10: Tepetzotlán acociles, 11: Tepetzotlán trucha arcoíris, 12: Tepetzotlán frijol negro perla, 13: Tepetzotlán chícharo, 14: Tepetzotlán alfalfa, 15: Tepetzotlán garbanzo, 16: Tepetzotlán betabel, 17: Tepetzotlán xoconostle, 18: Tepetzotlán escamoles, 19: Tepetzotlán chinicuiles, 20: Tepetzotlán chapulines, 21: Tepetzotlán caracol de campo y 22: Tepetzotlán miel presentados enseguida ayudan a conocer en que partes del municipio se pueden encontrar cada uno de ellos.

Mapa 8: Tepotzotlán carpa común



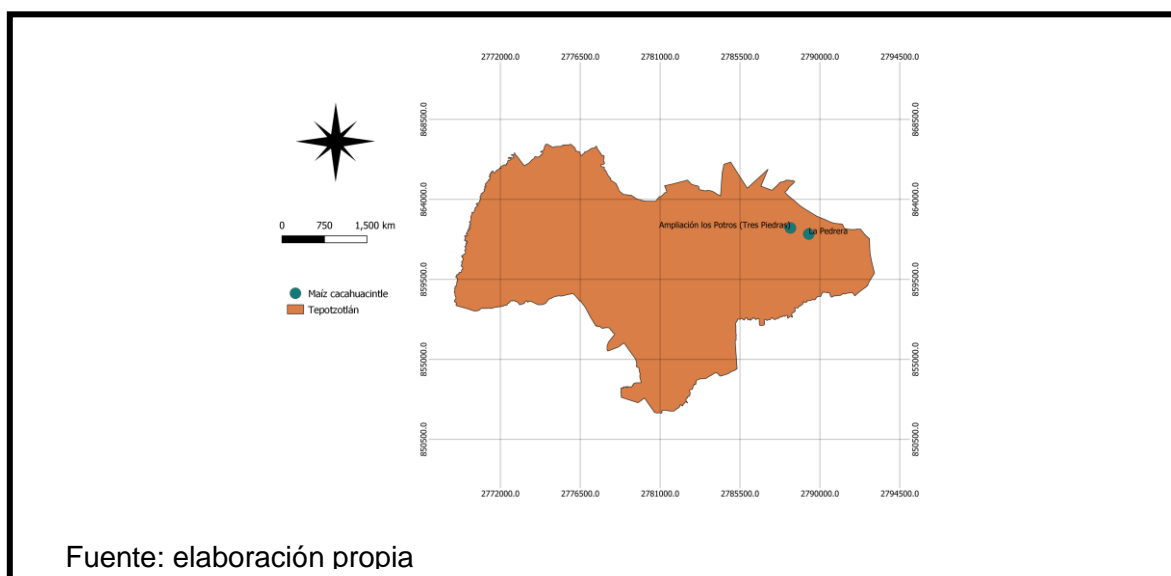
Ficha 7: Tepotzotlán carpa común

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Carpa común	Pescados y mariscos	Altiplano Centro	Tepotzotlán Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
En la fase alevín-cría, oscila entre 15 y 420 org/m ² , en la fase de engorda de 1-8 org/m ² y en la fase de reproductor de 0.16-0.6 org/m ²	La reproducción varía según la especie y variedad. Generalmente, los machos maduran entre los 6-12 meses y las hembras después de 18 meses	Cuautlalpan y La Concepción	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual	 <p>Cuerpo robusto y comprimido con escamas grandes y gruesas. Presentan diversas coloraciones, pasando desde los verde olivos, amarillo, gris verdoso, gris oscuro</p>	<p>Se consume la carne, piel y en ocasiones los ojos; se debe tener cuidado con las espinas.</p> <p>Se preparan de diferentes formas como en sopas, empapeladas, asadas, entre otras</p>	

Sabor	Suave, sin embargo, antes de cocinarlo se debe dejar remojando por 3 horas aproximadamente ya que tiene un sabor parecido al barro al momento de pescarla	
Textura	Suave, pero con numerosas espinas	Técnicas de recolección tradicionales Los sistemas de cultivo son: extensivo y semi intensivo, con monocultivos o policultivos, este último con el fin de utilizar diferentes nichos de la columna de agua. Para su pesca se practica la pesca deportiva y se hace uso de redes

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Mapa 9: Tepotzotlán maíz cacahuacintle



Fuente: elaboración propia

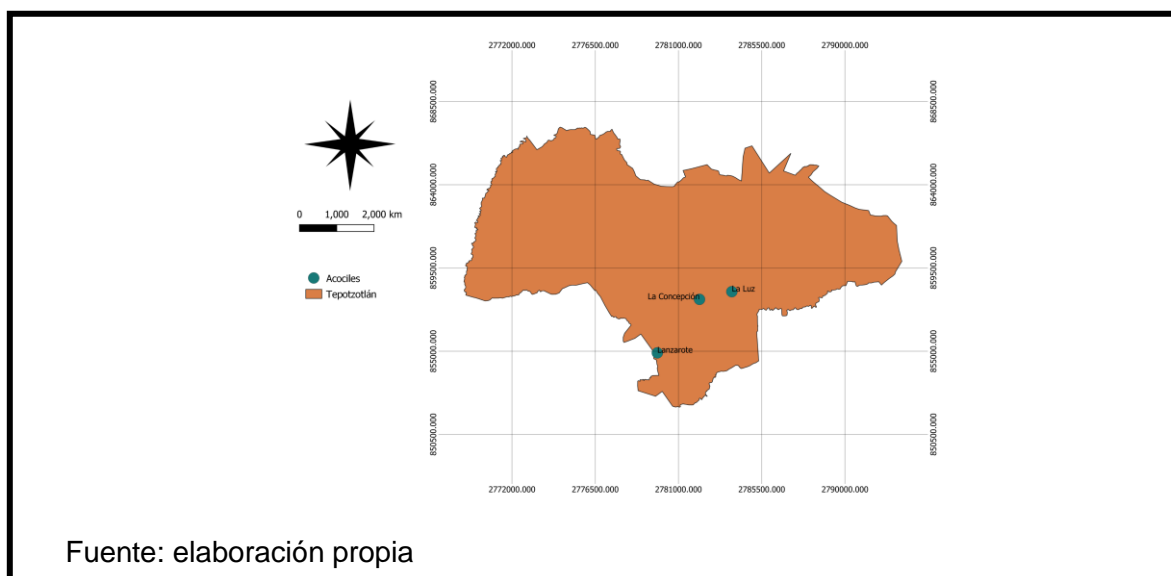
Ficha 8: Tepotzotlán maíz cacahuacintle

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Maíz cacahuacintle	Cereales, granos y harinas	Altiplano Centro	Tepotzotlán Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Maíz temporal que se siembra entre marzo y mayo	Generalmente se realiza en los meses de diciembre y enero	Tres Piedras y La Pedrera	

Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo
Visual		El maíz se cultiva con diferentes propósitos como la producción de forraje verde y ensilaje para consumo animal, producción de granos secos o como hortaliza (elote) para el consumo humano
Sabor	Dulce	Técnicas de recolección tradicionales La cosecha se realiza una vez que el grano presenta un porcentaje de humedad menor o igual a 11 por ciento; si la cosecha se realiza antes de diciembre y con mayor porcentaje de humedad el grano es susceptible a plagas y enfermedades lo que propicia manchado o pudrición del grano
Textura	De grano grande, textura suave y consistencia harinosa	


Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 10: Tepetzotlán acociles



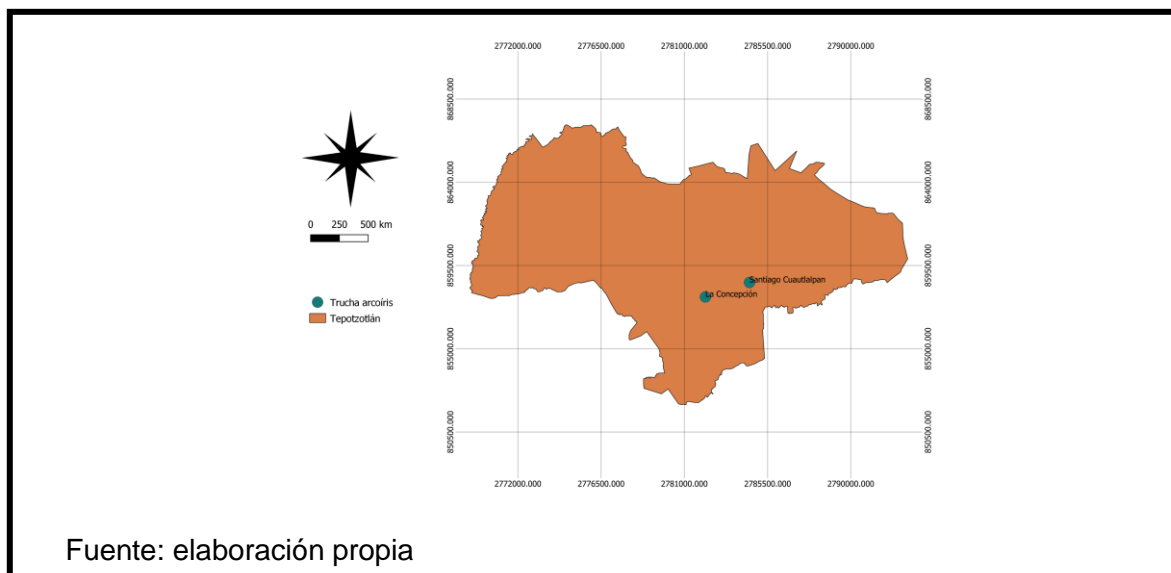
Ficha 9: Tepetzotlán acociles

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Acociles	Pescados y mariscos	Altiplano Centro	Tepetzotlán Estado de México


Estacionalidad		
Siembra	Cosecha	Localidad
Su periodo de pesca es entre febrero y junio		La Concepción, La Luz y Lanzarote
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo
Visual		Se consume el crustáceo entero ya sea asado o hervido
Sabor	Su sabor es parecido al de los camarones	
Textura	Crocante debido a su pequeño caparazón	Técnicas de recolección tradicionales
		Tradicionalmente se pescan en aguas poco profundas, para atraparlos se utilizan redes de ayate (fibras de agave) o de otras fibras vegetales, con malla muy fina para evitar que los crustáceos puedan escapar al ser tan pequeños

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 11: Tepetzotlán trucha arcoíris

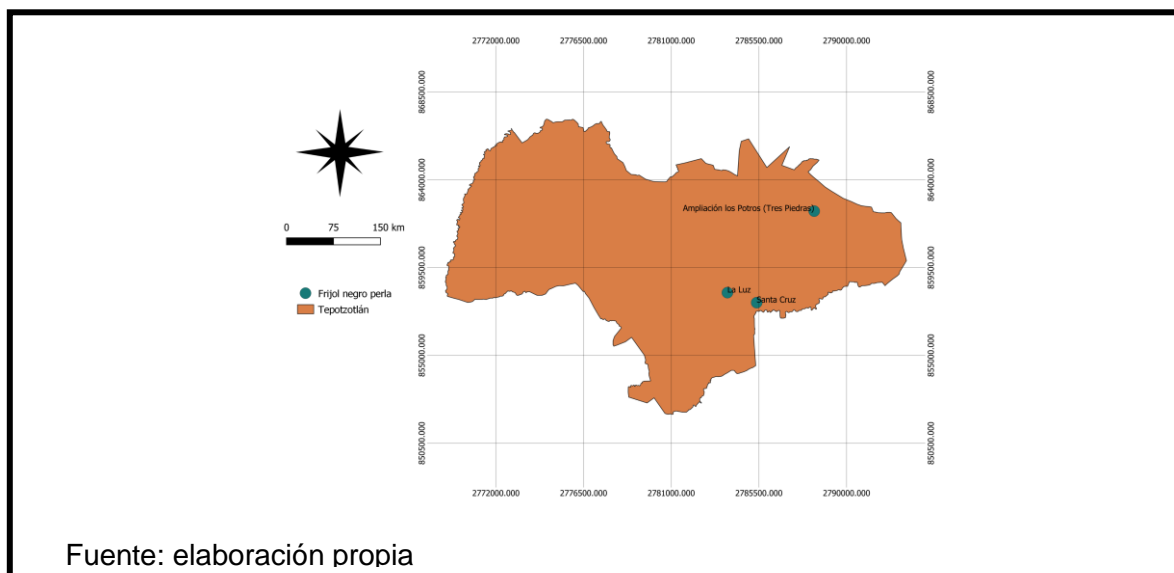


Ficha 10: Tepozotlán trucha arcoíris


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Trucha arcoíris	Pescados y mariscos	Altiplano Centro	Tepozotlán Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Se reproduce una vez al año durante los meses de octubre a marzo	Se realiza un ciclo de cosecha al año que dura alrededor de siete meses	Cuautlalpan y La Concepción	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume todo en el pescado menos el esqueleto y las tripas; después de limpiarlo (quitar las tripas y los huevos) se puede preparar de la manera que más agrade (empapelado, al mojo de ajo, a la diablo, entre otros). Los huevos se consumen de diferentes formas	
Sabor	Suave		
Textura	Suave, se deshace con facilidad		
		Técnicas de recolección tradicionales	
		Normalmente se realiza la pesca deportiva con cañas de pescar y anzuelos, sin embargo, también se pueden recolectar con redes (esto es común cuando se van a comerciar)	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 12: Tepozotlán frijol negro perla

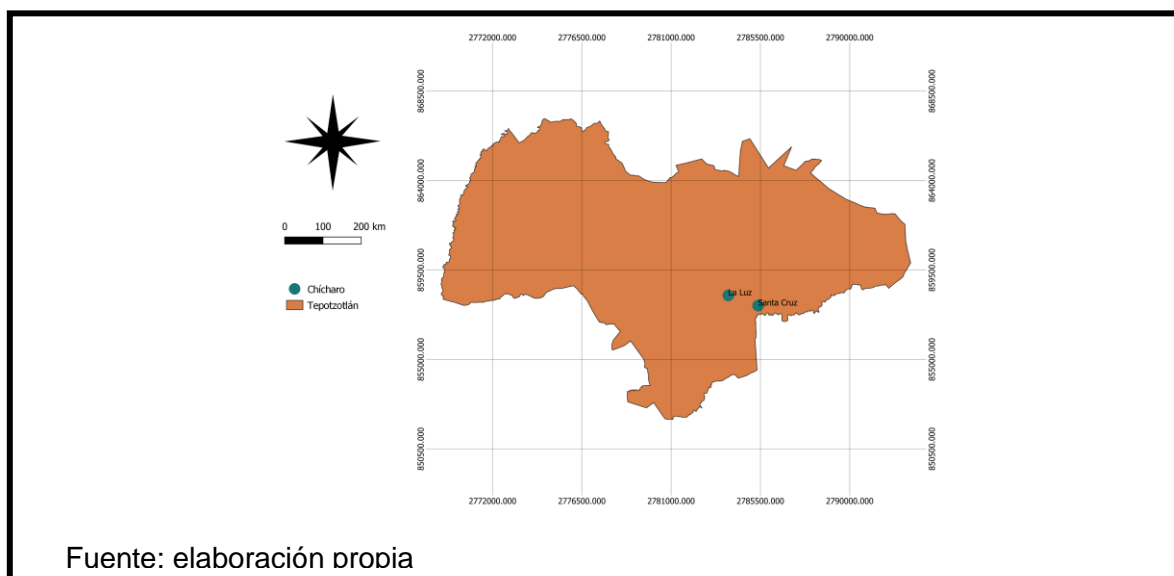


Ficha 11: Tepetzotlán frijol negro perla

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Frijol negro perla	Legumbres	Altiplano Centro	Tepetzotlán Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
15 mayo- 05 de junio	Entre 85 y 120 días después de sembrado	Tres Piedras, La Luz y Santa Cruz	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se ocupan los granos de la vaina y se consumen cocidos ya sea en sopas, de guarnición o como rellenos para tamales y tlacoyos, entre otros guisos	
Sabor	Ligeramente dulce		
Textura	Dura cuando están en crudo, pero ya cocidos se vuelven blandos	Técnicas de recolección tradicionales	
		La siembra se realiza a mano o con sembradora, enterrando la semilla a una profundidad de 3 a 5 cm, con una distancia entre plantas de 6 cm y entre hileras de 60 a 80 cm. Antes de sembrar se debe verificar que el suelo tenga suficiente humedad para garantizar una germinación uniforme. La cosecha se realiza cuando las vainas han madurado, se cortan y se acarrean las plantas por la mañana cuando aún hay humedad del rocío	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 13: Tepetzotlán chícharo



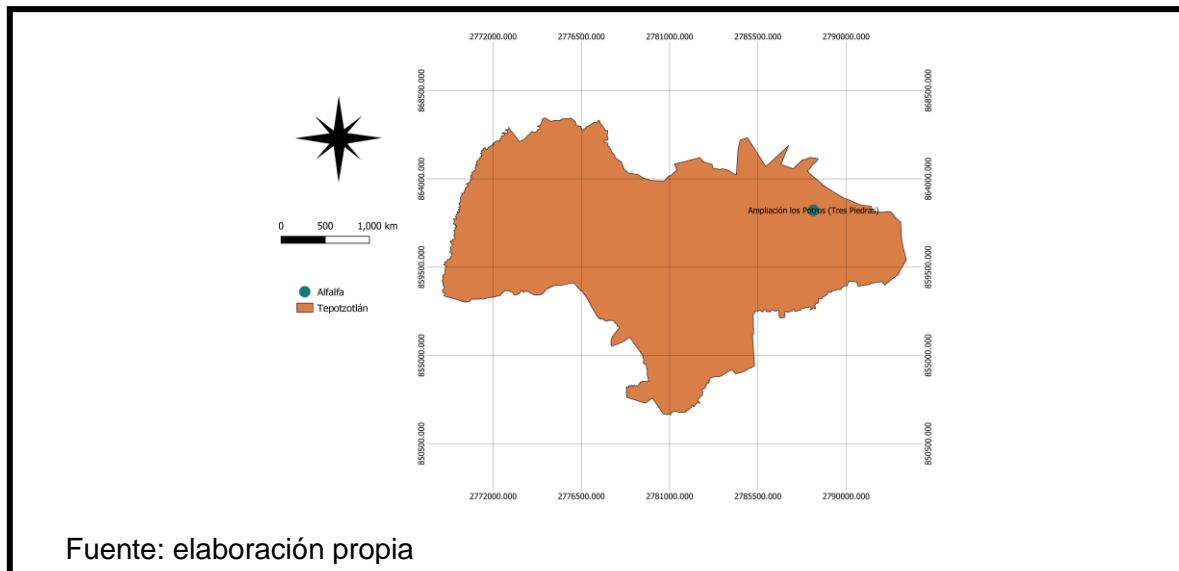
Fuente: elaboración propia

Ficha 12: Tepetzotlán chícharo


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Chícharo	Legumbres	Altiplano Centro	Tepetzotlán Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
1 de junio- 15 de julio	Entre 58 y 72 días después de ser sembrado	La luz y Santa Cruz	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se pueden consumir tanto la vaina como los chícharos. Su consumo normalmente es en sopas y guisados caldosos donde sólo se usa el chícharo (sin la vaina) sin embargo las vainas se pueden usar como botana cociéndolas o asándolas.	
Sabor	Ligeramente dulce		
Textura	Duros en crudo y suaves al estar cocidos	Técnicas de recolección tradicionales	
		La cosecha se debe realizar cuando las vainas estén frescas o en verde y el grano haya llenado por completo. En el caso del grano en seco, la cosecha se realiza cuando las plantas toman un color amarillo en forma natural, el corte, secado, trilla y limpia es similar al del frijol	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 14: Tepetzotlán alfalfa

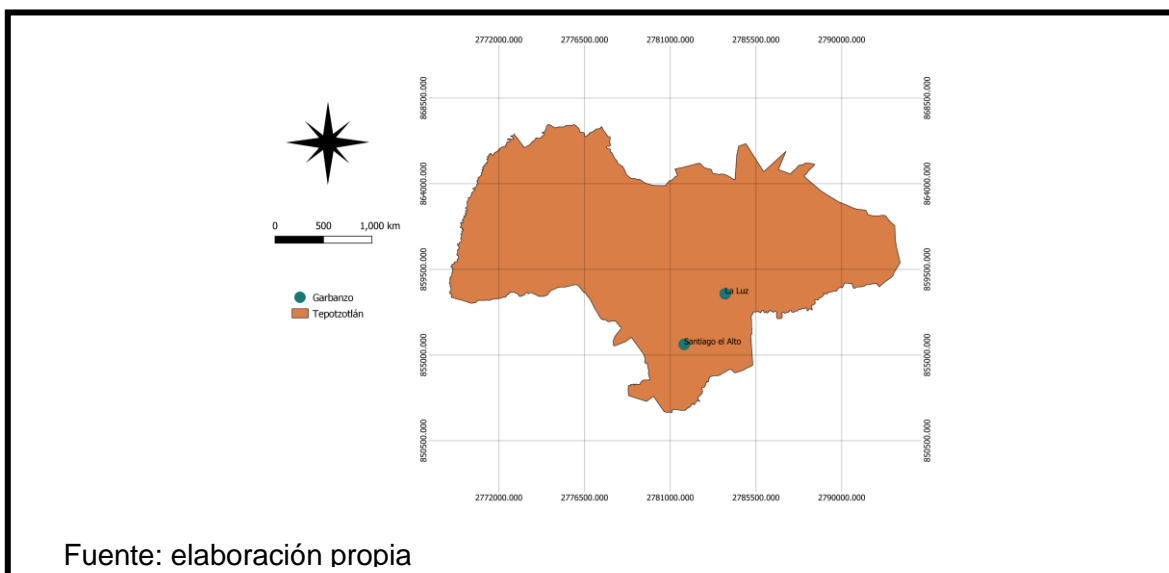


Ficha 13: Tepetzotlán alfalfa


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Alfalfa	Hierbas	Altiplano Centro	Tepetzotlán Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
En primavera y otoño	Cada cuatro semanas en primavera y verano, cada cinco semanas en otoño y cada seis semanas en invierno	Tres Piedras	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		<p>Son comestibles las raíces, hojas y brotes jóvenes de esta planta.</p> <p>Se usa como recurso herbolario para tratar la anemia y afecciones urinarias, o aliviar síntomas de la menopausia como sofocos; en la cocina las hojas tiernas de alfalfa (sobre todo si son brotes jóvenes) se pueden tomar crudas en ensaladas o hervidas en verdura como si se tratara de acelgas (en esta presentación tiene un sabor intenso), también pueden ser conservados en vinagre, entre otros tipos de preparaciones</p>	
Sabor	Tiene un sabor herbal, preparado en agua es fresco y hervida adopta un sabor intenso		
Textura	En crudo la textura es crujiente y cocida es suave	Técnicas de recolección tradicionales	
		<p>Desde el punto de vista de rendimiento, vigor y longevidad del alfalfar el corte se realiza cuando la planta inicia la floración, si los cortes se hacen en esta etapa de desarrollo, la vida útil de la pradera será de tres a cuatro años; la altura del corte es otro factor importante, no se debe cortar por debajo de los 5 cm respecto al suelo para que los rebrotes que vienen de la base de la corona de la planta permanezcan en ella y den origen al forraje del siguiente corte</p>	

Fuente: elaboración propia, fotos tomadas de la web

Mapa 15: Tepetzotlán garbanzo



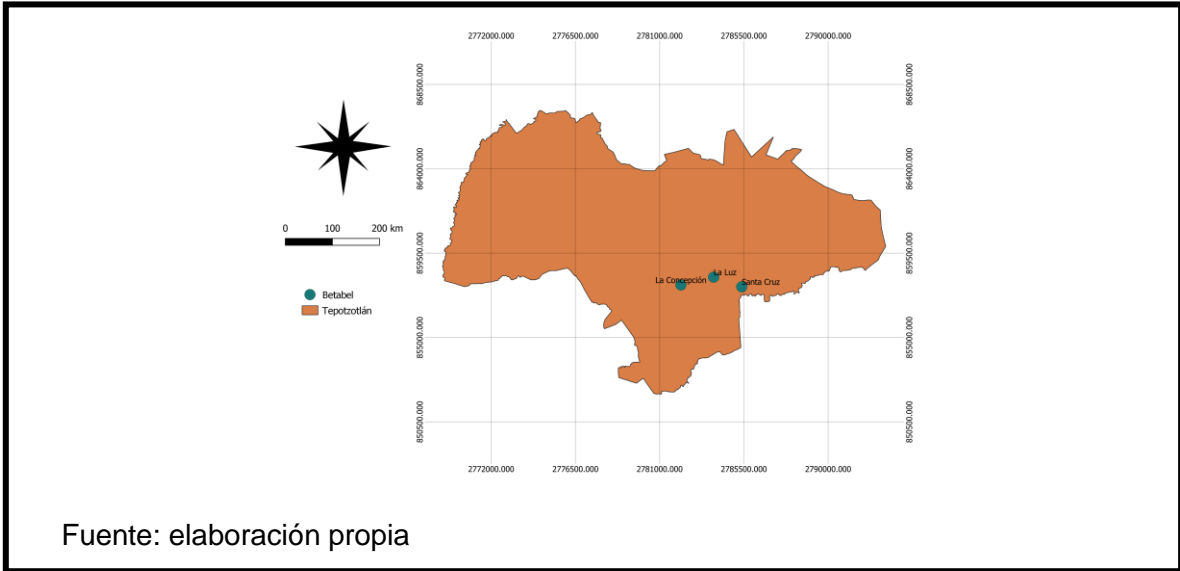
Ficha 14: Tepetzotlán garbanzo

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Garbanzo	Legumbres	Altiplano Centro	Tepetzotlán Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
15 de noviembre al 31 de diciembre		Entre marzo y julio o noviembre y febrero	La Luz y Santiago el Alto
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume el fruto de la hortaliza del mismo nombre, suele encontrarse seco y se usa en diferentes preparaciones como sopas, consomés, ensaladas e incluso hecho puré y usado como relleno en algunos platillos	
Sabor	En crudo el sabor es imperceptible y cocidos tienen un sabor ligeramente dulce		
Textura	En crudo tiene una textura tierna rica en clorofila, en seco su textura es dura, sin embargo, cuando se cocina se vuelve suave	Técnicas de recolección tradicionales	
		Se recolectan de forma manual cortando las plantas por encima de la raíz, se apilan en montones y se dejan secar por una semana antes de trillarlas. Se pueden cosechar cuando están verdes para prepararse en fresco o guisado siendo el mejor	


		momento cuando las vainas aún están tiernas (que midan entre tres y seis cm). Si se quiere guardar el grano se cortan las vainas cuando están secas teniendo en cuenta que se deben cortar antes de que estas se abran
--	--	--

Fuente: elaboración propia, fotos tomadas de la web

Mapa 16: Tepozotlán betabel



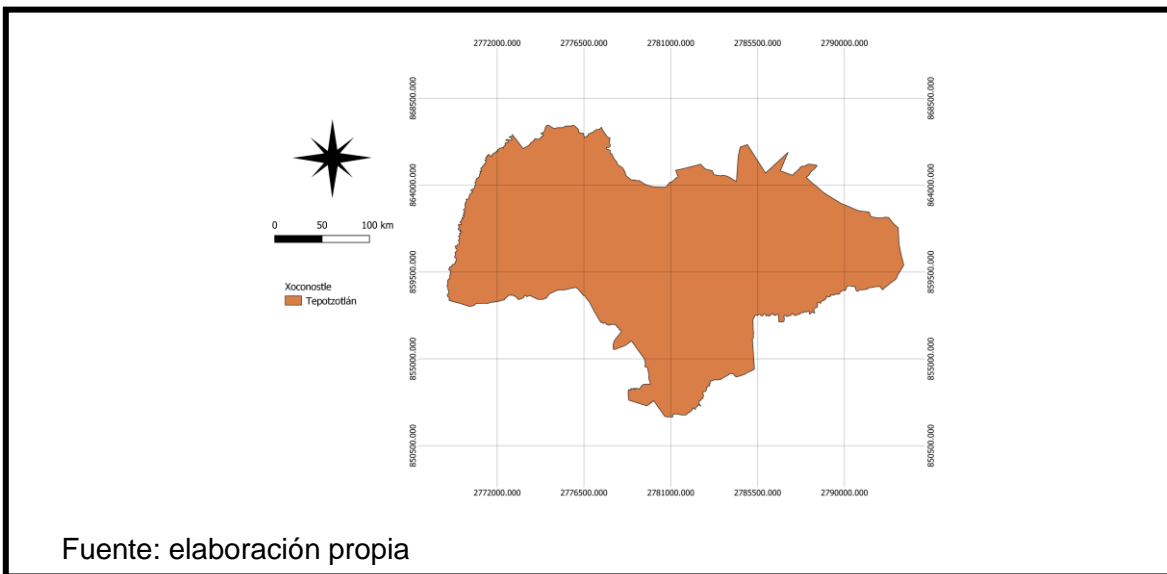
Ficha 15: Tepozotlán betabel

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Betabel	Tubérculos	Altiplano Centro	Tepozotlán Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Primavera y otoño	De siete a ocho semanas después de la siembra	La Luz, La Concepción y Santa Cruz	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se puede consumir todo, desde las hojas hasta la raíz, esta última se come cruda, cocida o encurtida mientras que la hoja suele comerse cruda en ensaladas regularmente, aunque algunos platillos las incluyen en sus preparaciones	
Sabor	Muy dulce		
Textura			
		Técnicas de recolección tradicionales	


	Su textura es suave tanto en crudo como cocida	Se recolectan de forma manual, las hojas se pueden cosechar tomando una hoja o dos de cada planta en cualquier momento sin importar que el betabel aun no esté listo para sacarse
--	--	---

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 17: Tepetzotlán xoconostle



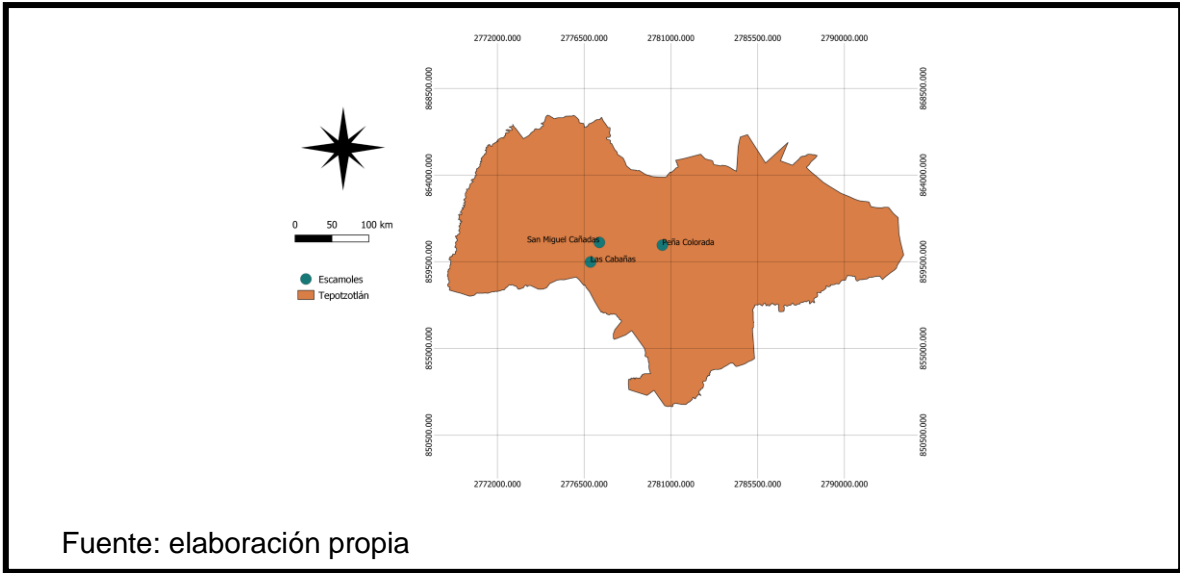
Ficha 16: Tepetzotlán xoconostle

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Xoconostle	Frutas	Altiplano Centro	Tepetzotlán Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
De 15 a 30 días antes que se presenten las lluvias en la región	Generalmente se lleva a cabo en los meses de julio a octubre	Tepetzotlán	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		La pulpa de este fruto es la parte comestible (se identifica porque es la de color rojo), la piel y las semillas se retiran para su consumo. Se prepara en dulces, agua, salsas y diferentes guisos de la región	
Sabor	Agrio		
Textura	Firme y con semillas	Técnicas de recolección tradicionales	
		Se recolectan de forma manual, normalmente se hace entre las 6 y las 10 de la mañana con el	

	<p>objetivo de aprovechar la baja intensidad del viento y que las espinas pequeñas o ahuates están húmedas para evitar que se impregnen en el cuerpo de quien cosecha. Permanece en las nopaleras hasta por un año si echarse a perder, por lo que puede conseguirse todo el año</p>
--	--

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Mapa 18: Tepetzotlán escamoles



Fuente: elaboración propia

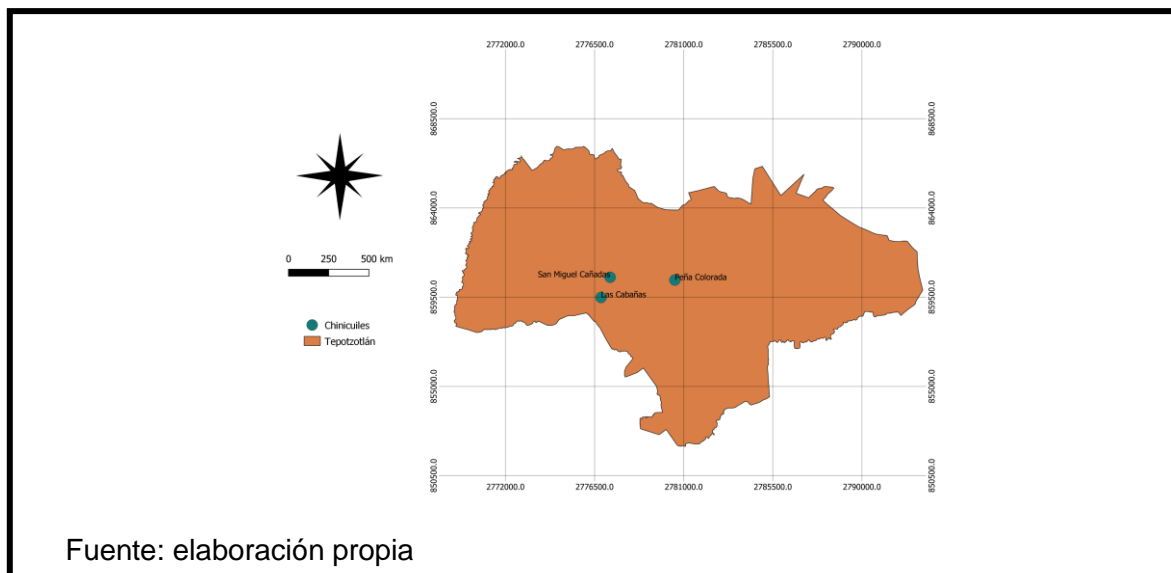
Ficha 17: Tepetzotlán escamoles

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Escamoles	Insectos	Altiplano Centro	Tepetzotlán Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
	Su mayor ciclo reproductivo es en los meses de marzo, abril y mayo y disminuyen considerablemente a partir de junio a febrero	San Miguel Cañadas, Las Cabañas y Peña Colorada	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	

Visual		Se come la larva completa, normalmente se preparan fritas con mantequilla y epazote, en mixiotes, con huevo, entre otros guisos. Es un ingrediente muy preciado en el estado
Sabor	Si son blancos su sabor es ligeramente dulce y si son oscuros su sabor es agrio	
Textura	Suave y cremosa	Técnicas de recolección tradicionales Se recolectan directamente del nido, retirando el panal central donde se encuentran las larvas (al ser de arcilla y arena, el panal tiene una textura esponjosa), se debe tener cuidado de no destruir el agujero para que se pueda continuar reproduciendo la especie


Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 19: Tepotzotlán chinicuiles



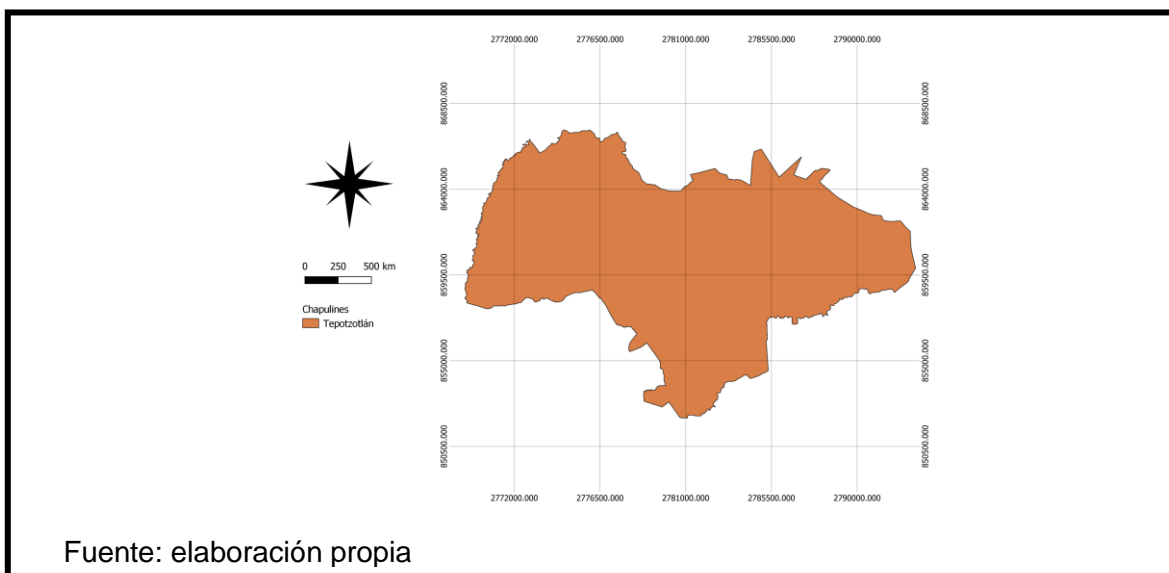
Ficha 18: Tepotzotlán chinicuiles

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Chinicuiles	Insectos	Altiplano Centro	Tepotzotlán Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	


		Agosto y septiembre	San Miguel Cañadas, Las Cabañas y Peña Colorada
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		<p>Se pueden conservar viables por algún tiempo en un recipiente mediante la adición de trozos de penca maguey, o con un poco de tortilla; otra forma de conservación es freírlos y colocarlos en una caja de cartón con papel y agregarles un poco de sal.</p> <p>Se consume el gusano completo y se prepara en salsas, tamales, asados y como condimento mezclado con sales</p>	
Sabor	Tienen un sabor terroso con notas herbales de maguey		
Textura	En crudo la textura es suave como la de cualquier gusano y asado adquiere una textura crujiente	Técnicas de recolección tradicionales	
		<p>Algunas personas dedicadas a la extracción de los gusanos reconocen que los magueyes que contienen las plagas del gusanos tienen las puntas de la penca de color rojo con tonos naranjas, las pencas de dicho maguey no crecen completamente derechas si no que adquieren una curvatura desde la mitad de la penca y hasta la punta; una vez localizado el maguey se procede a inclinar el maguey y sacarlo completamente, de esta manera las raíces del maguey, quedan expuestas al aire, y con ayuda de un machete se corta la base y tronco de la planta permitiendo la salida de los insectos, posteriormente con un gancho de metal o con la punta de una penca de maguey se extraen los gusanos y se colocan en un recipiente. Terminada la extracción de los gusanos, el maguey se vuelve a colocar en el lugar de donde se sacó para evitar que muera. A mediados del mes de agosto, al iniciar las lluvias, los chinicuiles salen por cuenta propia de la raíz del maguey y se pueden recolectar sin dañar a la planta</p>	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 20: Tepetzotlán chapulines

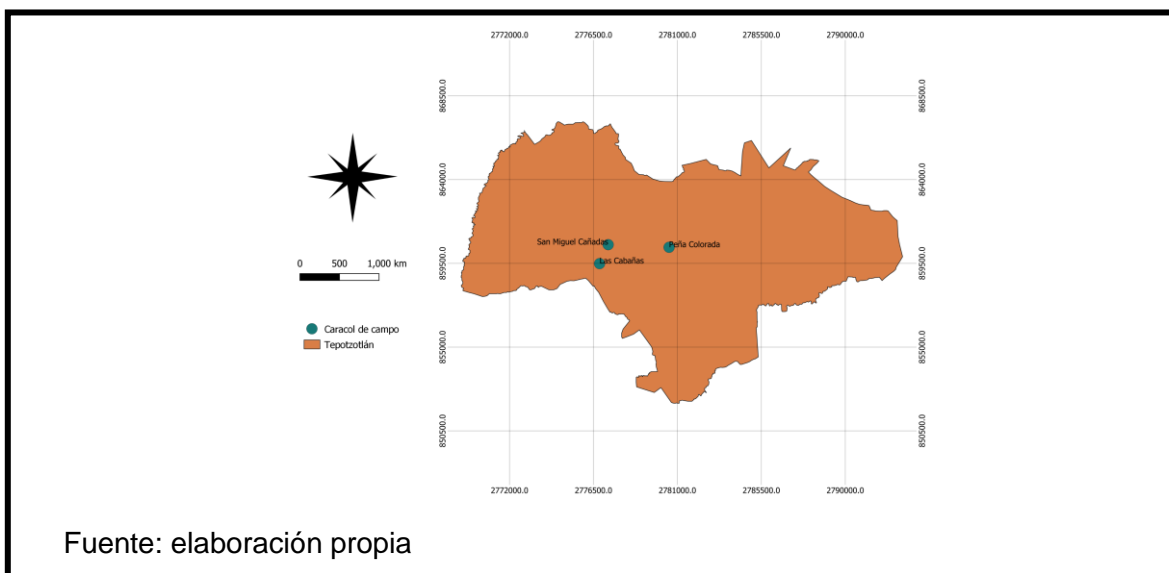


Ficha 19: Tepetzotlán chapulines

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Chapulines	Insectos	Altiplano Centro	Tepetzotlán Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Todo el año		Todo el año	Tepetzotlán
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se come el chapulín completo, se pueden conservar congelados o se fríen y se colocan en una caja de cartón cubierta con papel y se almacenan en un lugar fresco y seco.	
Sabor	Es parecido al pescado frito	Generalmente se consumen asados como botanas con limón y salsa o en tacos, aunque también se pueden realizar sopas y algunos otros platillos	
Textura	Crujiente	Técnicas de recolección tradicionales	
		Su recolección es más fácil en época de lluvias ya que es cuando hay más cantidad de ellos; su recolección se realiza tanto manualmente como con ayuda de redes para facilitar el trabajo. Después de capturarlos se mantienen en ayuno por lo menos un día para que desechen algunas sustancias que pueden ser dañinas para los humanos al momento de consumirlos	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 21: Tepotzotlán caracol de campo



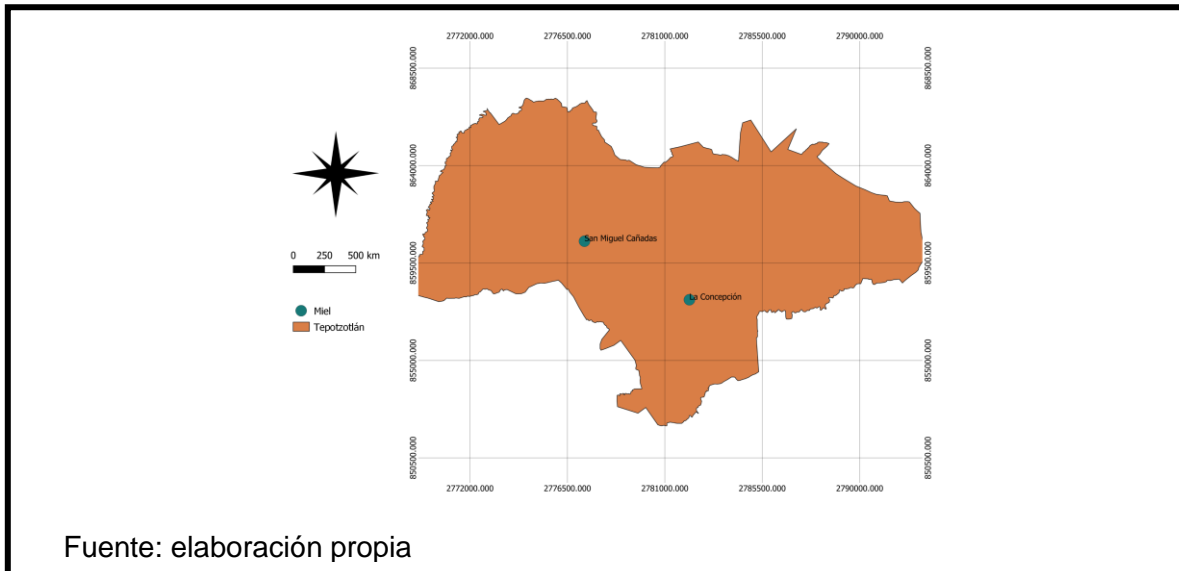
Ficha 20: Tepotzotlán caracol de campo

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Caracol de campo	Moluscos	Altiplano Centro	Tepotzotlán Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Todo el año	Todo el año, sin embargo, en época de lluvias es cuando son más abundantes	San Miguel Cañadas, Las Cabañas y Peña Colorada	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Antes de limpiarlos de forma manual y uno por uno se dejan en una bolsa amarrada por tres días aproximadamente para eliminar de forma natural la materia fecal, posteriormente se extraen de la concha con un palo de madera o un gancho y se les quita el aparato digestivo por completo para evitar que tengan un sabor amargo.	
Sabor	Su sabor es suave y adoptan el sabor de aquello con que se guisan y de lo que comen, si se les alimenta con hierbas de olor como epazote adquirirán ese sabor	También se pueden limpiar alimentándolos durante una semana a base de tortillas y queso. Se preparan en sopa, con mantequilla y epazote y en algunas ensaladas	
Textura		Técnicas de recolección tradicionales	


	El cuerpo es blando y tienen una textura suave y viscosa, cocido la textura puede sentirse como la de una gomita	Se encuentran en la base de las pencas de maguey y se recolectan manualmente uno a uno con mucho cuidado ya que son fáciles de desprender, después se ponen en un recipiente de plástico para que no escapen, pero permitiendo que respiren
--	--	---

Fuente: elaboración propia

Mapa 22: Tepotztlán miel



Ficha 21: Tepotztlán miel

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Miel	Edulcorante	Altiplano Centro	Tepotztlán Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Primavera (es la época de pre- cosecha)	Generalmente se extrae en verano y otoño	La Concepción y San Miguel Cañadas	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se puede consumir tanto el panal como la miel. Se consumen al natural para endulzar bebidas o alimentos, como postre y también se usa en la preparación de salsas y dulces tradicionales	
Sabor	Dulce y ligeramente ácida		
Textura			
		Técnicas de recolección tradicionales	

	Ligeramente espesa y pesada	Se puede recolectar el panal completo, para esto se necesita mucha experiencia y tener mucho cuidado con la colmena; también se puede extraer la miel seleccionando aquellos marcos que están listos para su recolección, con ayuda de algo parecido a un cuchillo caliente se retira la cera y se colocan los marcos en el extractor de miel (este aparato funciona con fuerza centrífuga) para llenar los recipientes donde se quiera depositar la miel
--	-----------------------------	---

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Este Pueblo Mágico cuenta con diferentes ferias y festividades que forman parte del folklor del lugar como la feria de las flores que se realiza un domingo antes del 21 de marzo en el parque ecológico Xochitla conocido como el lugar de las flores donde se celebra la entrada de la primavera con una gran exhibición de flores y plantas de ornato, con esta feria se busca generar conciencia ambiental entre los visitantes sobre la importancia de la conservación y difusión de las flores de ornatos; al evento acuden floristas, jardineros, alfombristas, investigadores, artistas y chefs a impartir talleres, los chefs realizan una muestra gastronómica donde se enseña a preparar platillos con flores comestibles y también se cuenta con antojitos y bebidas típicas para su consumo. También se celebra la fiesta de San Pedro Apóstol el 26 de junio en la parroquia de San Pedro Apóstol, siendo esta la fiesta más grande de Tepetzotlán ya que se celebra a su santo patrono y durante esta fiesta hay charreadas, juegos mecánicos y fuegos pirotécnicos. Otra de las fiestas importantes es la del señor del Nicho celebrada la primera semana de septiembre, su origen se remonta a la época de las epidemias ya que se cree que el milagro más grande que hizo fue curar al pueblo de tifoidea; durante la festividad se realizan procesiones con el cristo en las calles del centro de Tepetzotlán con una réplica del cristo que pasa a visitar las iglesias de los pueblos. Por otra parte, se tiene el festival de música antigua en el templo de San Francisco Javier y la Plaza de la Cruz durante el mes de octubre la cual consiste en diversos conciertos enfocados en la música virreinal con artistas provenientes del festival Cervantino que son gratuitos para todo el público. Una de las ferias más recientes es la feria de la magia y el encanto que tiene como cede el parque ecológico de Xochitla del 16 al 18 de marzo

aproximadamente, la cual tiene como objetivo difundir y promover la riqueza turística del territorio mexiquense mediante un evento que reúne gran parte de la oferta de atractivos del Estado de México a través de sus 9 Pueblos Mágicos, 22 Pueblos con Encanto y municipios con vocación turística; dentro del evento se ofrecen exhibiciones de preparación de platillos por ocho cocineras de las cinco etnias originales de la entidad que dan a conocer ingredientes y formas de preparación de sus recetas. Por último, se tiene la feria regional de gastronomía donde además de mostrar la gran variedad de este patrimonio cultural intangible, el objetivo de este evento es resaltar el papel de los pobladores en el cuidado y promoción de su cocina tradicional como parte de su simbología identitaria, en ella participan alrededor de 30 expositores entre restauranteros, fanáticos de la cocina y productores de alimentos.

El mapa 5 presentado al principio de este apartado junto con las fichas 22: Feria de las flores, 23: Fiesta de San Pedro Apóstol, 24: Fiesta del señor del nicho, 25: Festival de música antigua, 26: Feria de la magia y el encanto y 27: Feria regional gastronómica (presentados a continuación) permiten identificar los lugares donde se celebran estos eventos y las dinámicas culturales que se llevan a cabo en ellos.

Ficha 22: Feria de las flores

Nombre	Feria de las flores	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Parque ecológico Xochitla (el lugar de las flores)	Un domingo antes del 21 de marzo	El mismo día
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Se celebra la entrada de la primavera con una gran exhibición de flores y plantas de ornato. También hay concurso de coches alegóricos, en los que participan principalmente las escuelas del municipio.	Se busca que, a través de mostrar y resaltar la belleza de las flores ornamentales, con énfasis en las silvestres mexicanas, se genere conciencia ambiental entre los visitantes sobre la importancia de su conservación y difusión.	
Observaciones	Rituales	
En ocasiones crean alfombras que representan formas de flores a base de semillas y productos naturales	Se realiza una muestra gastronómica donde se enseña a preparar platillos con flores comestibles, talleres de tejido, talleres sobre cómo hacer tu terrario	

Acuden chefs, floristas, jardineros, alfombristas, investigadores y artistas a impartir talleres durante el evento	
Platillos que se consumen	Antojitos y bebidas típicas de la zona

Fuente: elaboración propia

Ficha 23: Fiesta de San Pedro Apóstol

Nombre	Fiesta de San Pedro Apóstol		
Dónde se celebra	Empieza	Termina	
Parroquia de San Pedro Apóstol	29 de junio	29 de junio	
En qué consiste	Origen y peculiaridades		
Es la más grande de Tepotzotlán ya que se celebra al santo patrono, en la celebración hay conciertos, charreadas, juegos mecánicos y fuegos pirotécnicos			
Observaciones	Rituales		
Es una de las fiestas más bonitas y celebradas del pueblo mágico de Tepotzotlán	El 25 de Junio, se sale en procesión; días antes de su día se hace la tradicional cabalgata acompañado de fieles, música banda, oraciones y acompañantes del mismo y de otros pueblos, esta cabalgata parte del centro de Santiago Cuautlalpan y procesiona por sus barrios como de la Concepción y de la Luz, toda la gente se emociona al ver a su santo patrono, al terminar la cabalgata se hace una misa, el día 29 se realiza la misa acompañada del obispo y de todo el pueblo, hay una gran feria, puestos para comer y comprar, concursos, demostraciones artísticas de la casa de la cultura como cantar, baile, entre otras, en la noche hay baile y la gran quema de fuegos pirotécnicos		
Platillos que se consumen	Antojitos y bebidas típicas de la zona		

Fuente: elaboración propia

Ficha 24: Fiesta del señor del nicho

Nombre	Fiesta del señor del Nicho		
Dónde se celebra	Empieza	Termina	
Parroquia de San Pedro Apóstol	Primera semana de septiembre	El mismo día	
En qué consiste	Origen y peculiaridades		

<p>El domingo está la feria y se ofician misas, se echan cuetes, hay danzantes prehispánicos, concursos, entre otras actividades ya que esta es otra fiesta de las más grandes y celebradas de Tepotzotlán.</p> <p>Se encuentran juegos mecánicos conciertos, danzantes, mojigangas, palenque, bailes y actividades religiosas</p>	<p>Su historia se remonta en la época de las epidemias, en Tepotzotlán había azotado la epidemia del tifo mucha gente ya se estaba muriendo por esa causa, el Cristo se adoraba y veneraba en la capilla-iglesia del Barrio de Capula, la demás gente al ver que se moría la población decidieron hacer una procesión del cristo por los pueblos principalmente de la capilla de Capula a la iglesia de San Pedro, al ver que pesaba mucho la imagen en el templo pensaron que se quería quedar ahí para ser venerado, el milagro más grande que hizo el Cristo ¡fue sanar a su pueblo!, desde ese día todo cambio.</p>
Observaciones	Rituales
	<p>Se hacen procesiones con el Cristo en las calles del centro de Tepotzotlán, con una réplica exacta del Cristo que pasa a visitar las iglesias de los pueblos</p>
Platillos que se consumen	Antojitos y bebidas típicas de la zona

Fuente: elaboración propia

Ficha 25: Festival de música antigua

Nombre	Festival de música antigua	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Templo de San Francisco Javier y la Plaza de la Cruz	Principios de octubre	Finales de octubre
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
diversos conciertos en el Museo Nacional del Virreinato, con artistas provenientes del Festival Cervantino, gratuitos para todo público	<p>Fue Miguel Fernández Félix el artífice de esta idea, la cual ha sido concretada por los subsecuentes directores del MNV, quienes han dado seguimiento al proyecto.</p> <p>A mediados del siglo XVIII el puerto de Chalco era una zona rica, de mucha producción, según señalan los historiadores; había 74 haciendas productoras de maíz y leche y en sus tiempos libres la sociedad se reunía en tertulias y salones para bailar.</p> <p>Las danzas más que exclusivas de una clase acomodada era un signo de prestigio ya que la persona que hacía una fiesta alcanzaba reconocimiento social. Además, para acudir a esas reuniones se debía aprender a bailar con maestro. Los sectores menos favorecidos hacían un sacrificio para aprender, pues el baile les daba la posibilidad de acceder a una clase social más alta. Durante la</p>	

	<p>época virreinal, estos bailes fueron blanco de la censura, porque eran bailados en pareja y vistos con algo de escándalo por ciertas autoridades y por la iglesia.</p> <p>En el siglo XVII había una relación entre la tierra caliente y Chalco, porque era la vía por donde entraban los productos a la Ciudad de México; algunas de las piezas que incluye el manuscrito de Chalco se conservan en los vinueteros de música tradicional de la Huasteca y de la Sierra Gorda de Querétaro</p>
Observaciones	Rituales
El encuentro musical que se realiza cada año en el Museo Nacional del Virreinato está dedicado al Manuscrito de Chalco. Música para bailar en México en el siglo XVIII	Conciertos enfocados en la música virreinal
Platillos que se consumen	

Fuente: elaboración propia

Ficha 26: Feria de la magia y el encanto

Nombre	Feria de la magia y el encanto		
Dónde se celebra	Empieza	Termina	
Parque ecológico de Xochitla	16 de marzo	18 de marzo	
En qué consiste	Origen y peculiaridades		
Este evento reúne a distintos artesanos, muestras gastronómicas, danzantes y música de los diferentes Pueblos Mágico y Pueblos con encanto del Estado de México	Comenzó en 2019 buscando incrementar el número de turistas nacionales y extranjeros que tiene el Estado de México y así estimular la economía de las localidades y generar un mayor sentido de identidad entre los habitantes de dicho estado. El objetivo es difundir y promover la riqueza turística del territorio mexiquense mediante un evento que reúne en un mismo lugar gran parte de la oferta de atractivos del Estado de México a través de sus nueve Pueblos Mágicos, 22 pueblos con encanto y municipios con vocación turística		
Observaciones	Rituales		
Se encuentran prestadores de servicios turísticos y muchas más actividades que muestran el folklor del Estado de México. Se realizan presentaciones artísticas como ballet, rock, bailes regionales, muestras gastronómicas, entre otras.	La feria cuenta con 38 stands y dos pabellones que albergan una expo-venta artesanal a cargo del Instituto de Investigación y Fomento a las Artesanías del Estado de México (IFAEM), también se encuentra un pabellón gastronómico donde se pueden degustar los platillos tradicionales y típicos preparados por ocho		

Se realiza en estas fechas ya que se encuentran cerca del periodo vacacional de semana santa y se puede atraer al público a visitar estos lugares durante estos días. El evento se realiza en Tepotzotlán ya que cuenta con la infraestructura necesaria al contar con 37 sitios para hospedarse con 879 habitaciones disponibles entre hoteles, posadas y cabañas; 74 restaurantes y diferentes establecimientos de alimentos y bebidas	cocineras de las cinco etnias originales de la entidad. A sí mismo se ofrecen exhibiciones de preparación de platillos por las cocineras tradicionales donde se dan a conocer los ingredientes y formas de preparación de sus recetas
Platillos que se consumen	

Fuente: elaboración propia

Ficha 27: Feria regional de gastronomía

Nombre	Feria regional de gastronomía	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Plaza de la Cruz, frente al templo de San Francisco Javier, en el centro de Tepotzotlán	El primer domingo del mes de septiembre	El último domingo del mes de septiembre
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Esta feria busca la conservación y difusión de la gran riqueza culinaria que preservan los 21 barrios del municipio de Tepotzotlán a través de sus platillos típicos	Además de mostrar la gran variedad de este patrimonio cultural intangible, el objetivo de este evento es resaltar el papel de los pobladores en el cuidado y promoción de su cocina tradicional como parte de su simbología identitaria	
Observaciones	Rituales	
También se realizan representaciones teatrales, musicales y artesanales mediante talleres y exhibiciones realizadas por expertos. Es importante mencionar que solo se realiza los días domingos	La mayoría de los platillos que se presentan están basados en recetas prehispánicas con la carne de conejo y guajolote como ingredientes principales. Participan aproximadamente 30 expositores entre restauranteros, productores de alimentos y fanáticos de la cocina	
Platillos que se consumen	Se pueden encontrar platillos elaborados con conejo, guajolote, chapulines, xoconostle, entre otros	

Fuente: elaboración propia

La gastronomía de Tepotzotlán está basada en la fusión de la cocina indígena con las recetas de la época de la colonia, la mayor parte de la población se sostiene de la misma y cuenta con tianguis locales que se ponen los días sábado y domingo; dentro de los platillos y bebidas tradicionales que se ofrecen se encuentran:

- Mixiotes: elaborados a base de carne de conejo principalmente, se preparan con un adobo a base de achiote, pimienta, chile guajillo, clavos de olor, cebolla y ajo; van envueltos en una hoja de mixiote y se cocinan en una olla mediante calor de vapor. Se puede encontrar durante todo el año en restaurantes y mercados locales.
- Nieves: son elaboradas artesanalmente con jugo de fruta natural teniendo un tiempo de preparación de hasta hora y media por producto. Se requiere una tina de madera o barrica la cual, con un bote de acero inoxidable dentro se llena poco a poco con una cama de hielo y otra de sal hasta que el hielo llegue arriba o a la altura del bote de acero, el propósito de girar es para que los ingredientes se peguen a las paredes de acero y la parte de abajo se congele, si no se hace de esta manera la nieve se convierte en un bloque de hielo.
- Sopa de chapulines: este platillo se puede conseguir durante todo el año que tiene como ingredientes principales chapulines asados, chapulines deshidratados, queso de hebra, orégano, caldo de pollo, ajo y cebolla; gracias a la utilización de chapulines cuenta con grandes propiedades proteicas.
- Sopa de caracol de campo: para la elaboración de este platillo se recolectan los caracoles de las pencas de maguey para después limpiarlos por una semana alimentándolos con queso, epazote y tortillas por lo que solamente se puede conseguir durante época de lluvias; suele estar presente en las ferias y fiestas patronales de la localidad.
- Chiles toluco: se trata de un plato fuerte elaborado a base de chiles anchos sin venas ni semillas, cebolla, frijoles cocidos y machacados, caldo de frijol, chorizo y queso asadero; se pueden conseguir en los mercados locales y en la hostería del convento de Tepetzotlán todo el año.
- Dulce de xoconostle: este postre se puede encontrar en los mercados y tianguis locales elaborado a base de xoconostle, canela, azúcar y agua y suele consumirse frío.

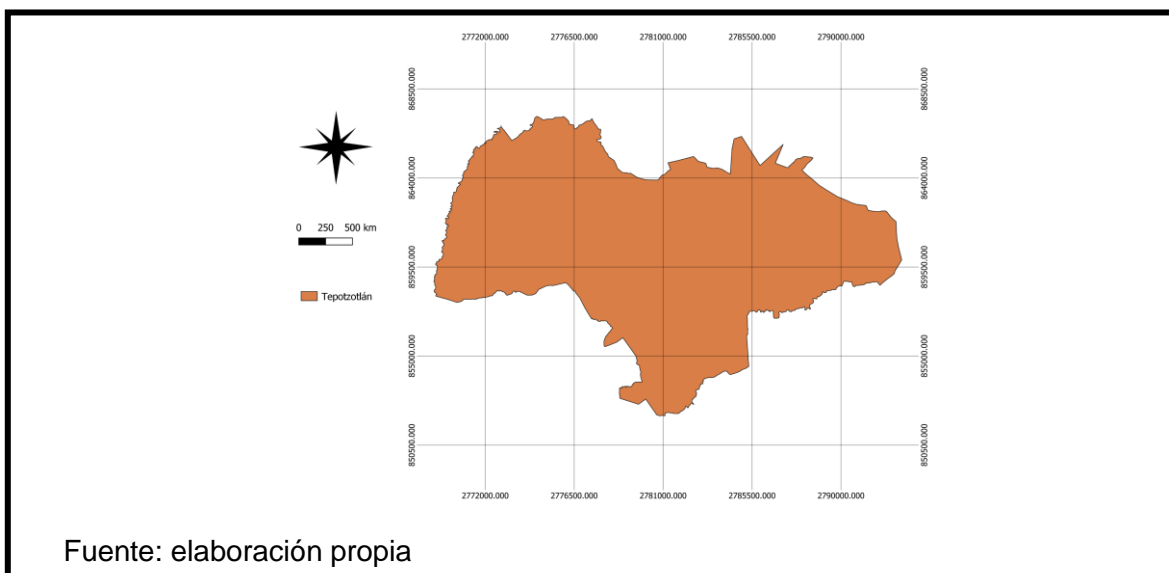
- Carnitas a la leña estilo Tepetzotlán: se elaboran con carne de cerdo y carne de conejo (la receta original es con esta última), una de las características que tiene este platillo es el uso de leña de pino, ayle, tejocote, capulín, tepozán y encino para otorgar un sabor ahumado y el uso del pulque y hierbas aromáticas de la región en su preparación.
- Guajolote en adobo: el guajolote es uno de los ingredientes que se ocupan desde épocas prehispánicas, este platillo se puede encontrar en mercados, restaurantes y fiestas patronales del municipio; el adobo está hecho a base de chiles guajillo, ancho, chipotle y de árbol, así como también ajo, cebolla, caldo de pollo, pasta de achiote, comino, tomillo y limón.
- Conejo asado a la miel: otro de los ingredientes ocupados desde épocas prehispánicas es el conejo, en este platillo se hacen uso de diferentes alimentos producidos en la localidad como lo es la miel, se puede conseguir en las ferias y los mercados locales; se elabora a base de conejo, cebolla, ajo, hierbas aromáticas de la región, miel, caldo de pollo, vinagre blanco, sal y pimienta.
- Basura: se trata de un postre que tiene mucha influencia de las recetas e ingredientes dados en la época de la colonia, se prepara con azúcar, coco fresco rallado, piña, crema batida, yemas de huevo, pasitas, oporto, piñones, almendras, canela y clavos de olor. Se presenta en forma de natilla y se consume frío, se puede encontrar en la hostería del convento en Tepetzotlán.
- Xocolátl: es una bebida tradicional elaborada a base de cacao, vainilla, miel de maguey, chile guajillo y agua; tiene un sabor ligeramente agrisado que a pesar de llevar chile no es picante y se toma frío como una bebida refrescante sobre todo en tiempo de calor.
- Pulque: una de las bebidas más representativas dentro del Estado de México obtenida del maguey mediante un proceso en el que la planta se “quiebra” o se “capa” para evitar que el corazón del maguey crezca y se convierta en quiole y este empiece a alimentarse de la savia; posteriormente se rapa el maguey para la obtención del aguamiel a través de succión por medio de un acocote (se pueden obtener entre tres y cuatro litros diarios de aguamiel

durante seis meses aproximadamente). El aguamiel se almacena en tinacales que son espacios cerrados donde es depositado en ollas de barro para comenzar el proceso de fermentación que se produce por bacterias y levaduras. Se puede encontrar en las pulquerías y restaurantes de la zona.


- Sangre de conejo: se trata de una bebida a base de pulque que recibe su color característico de la tuna roja (xoconostle); se elabora un curado con el jugo de la tuna roja fermentado, azúcar, pimienta, clavo y pulque; se consume de manera regular en el municipio ya que es una de las bebidas identitarias y también se usa en algunas ceremonias espirituales.
- Agua de xoconostle: se prepara a base de xoconostle, azúcar y agua; se puede conseguir en los diferentes mercados, tianguis y con algunos vendedores ambulantes ya que se suele ocupar para acompañar los alimentos.

En el mapa 23: Municipio de Tepetzotlán presentado a continuación, se puede visualizar la zona en general donde se encuentra la oferta gastronómica representada en las fichas 28: Sopa de chapulines, 29: Sopa de caracol, 30: Chiles toluco, 31: Dulce de xoconostle, 32: Carnitas a la leña, 33: Conejo asado a la miel, 34: Guajolote en adobo, 35: Basura, 36: Mixiotes de conejo, 37: Nieves, 38: Xocolátl, 39: Sangre de conejo, 40: Agua de xoconostle y 41: Pulque; en ellas se pueden analizar los métodos de elaboración que tiene cada platillo, así como también los ingredientes que se utilizan, esto junto a las fichas pertenecientes a los alimentos endémicos presentadas anteriormente permite reconocer que ingredientes utilizados en estos platillos son producidos en la zona y cuales son traídos de otros lugares.

Mapa 23: Municipio de Tepetzotlán




Ficha 28: Sopa de chapulines

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Sopa de chapulines	Sopas	Altiplano Centro	Tepetzotlán Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se consumen regularmente en los hogares sobre todo en las comunidades indígenas gracias a sus propiedades proteicas	<ul style="list-style-type: none"> - 150 gr de chapulines asados - 1 taza de chapulines deshidratados - 100 gr de queso de hebra en cubos - 300 gr de papas cocidas en cubos - 3 dientes de ajo picados - 1/3 de cebolla rebanada - 3 cucharadas de mantequilla - 1 cucharadita de orégano fresco - 2 litros de caldo de pollo - 2 cucharadas de aceite - Sal al gusto 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		En una cacerola poner aceite y mantequilla para saltar las papas, el ajo y la cebolla por ocho minutos aproximadamente; después se agrega el orégano y el caldo de pollo y dejar en el fuego por diez minutos, pasado este tiempo se retira del fuego. Cuando la preparación esté tibia se licua con los chapulines asados y se pasa por un colador; se vuelve a verter la mezcla en	
Sabor	Adopta el sabor característico de los		

	chapulines con un toque de mantequilla	una cacerola agregándole sal y dejándola cinco minutos más al fuego (si la sopa espesa mucho se puede agregar más caldo de pollo).
Textura	Líquida y ligeramente crujiente gracias a los chapulines	Consumir caliente agregándole el queso en cubos y los chapulines deshidratados al momento de servir


Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 29: Sopa de caracol

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Sopa de caracol de campo	Sopas	Altiplano Centro	Tepetzotlán Estado de México
Estacionalidad	En temporada de lluvias		
Festividad	Ingredientes principales		
Suele estar presente en las ferias y fiestas patronales	<ul style="list-style-type: none"> - Caracoles - Cebolla - Ajo -Papa - Zanahoria - Aceite - Sal - Chile guajillo - Tomate - Agua 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		Se recolectan los caracoles de las pencas de maguey para después limpiarlos por una semana alimentándolos con queso, epazote y tortillas. Una vez limpios se lavan; aparte se sofríen en una olla los caracoles, la cebolla, ajo, papa y zanahoria sazonándolos con un poco de sal; en lo que se fríen los ingredientes, se muele el chile guajillo (previamente hidratado) y el tomate con un poco de agua para después incorporarlo a la olla donde están la cebolla y los demás ingredientes; se le agrega más agua a la olla y se deja hervir por una hora aproximadamente.	
Sabor	El caldo adopta en su mayoría el sabor del chile guajillo que no es picante y cuenta con el sutil sabor del caracol incorporado	Este platillo es considerado como afrodisiaco e incluso como un remedio para contrarrestar la diabetes	
Textura	El caldo de la sopa es líquido y los caracoles son blandos, pero pueden sentirse un poco gomosos dependiendo de la cocción		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 30: Chiles toluocos

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Chiles toluocos	Plato fuerte	Altiplano Centro	Tepotztlán Estado de México
Estacionalidad		Todo el año	
Festividad		Ingredientes principales	
Se pueden conseguir todo el año en la hostería del convento de Tepotztlán y en los mercados locales, en algunas ferias también los ofrecen		<ul style="list-style-type: none"> - 8 chiles anchos sin venas ni semillas - 1 cucharada de aceite de canola - ½ cebolla picada finamente - 2 tazas de frijoles cocidos y machacados - 1 taza de caldo de frijol - 300 gramos de chorizo - 2 tazas de queso asadero rallado 	
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual		<p>Se hidratan los chiles en agua caliente por diez minutos para después escurrirlos.</p> <p>En un sartén a fuego medio se coloca el aceite y se sofría la cebolla picada hasta que esté suave, después se agrega el chorizo hasta que este un poco frito; en este punto se agregan los frijoles y el caldo para mezclar todo muy bien, cuando esté hirviendo agregar el queso y retirar del fuego (el queso gratina con el calor de la preparación).</p> <p>Se rellenan los chiles con la preparación de frijol y chorizo y se puede poner un poco más de queso en la parte superior del chile.</p> <p>Al servirlos se puede poner salsa de jitomate a modo de espejo o cubriéndolos, eso depende del gusto de quien los prepara.</p>	
Sabor	No pican y el sabor del chorizo con el chile ancho son los predominantes		
Textura	Cremosa		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 31: Dulce de xoconostle

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Dulce de xoconostle	Postres	Altiplano Centro	Tepotztlán Estado de México
Estacionalidad		Todo el año	
Festividad		Ingredientes principales	
Se consumen regularmente como un postre y se puede encontrar en los mercados y tianguis de la región		<ul style="list-style-type: none"> - Xoconostles - 1 raja de canela - 4 cucharadas de azúcar - 3 tazas de agua 	
Análisis sensorial		Modo de preparación	

Visual		Se pelan los xoconostles y se parten por la mitad, con la ayuda de una cuchara se retiran las semillas y se cortan en tiras. En una cacerola se pone agua al fuego junto con la raja de canela, cuando está a punto de hervir se agrega el xoconostle y se baja la flama para cocinarlos a fuego lento; después de 20 minutos se revisan los xoconostles, si están suaves se les agregan 4 cucharadas de azúcar (esto es a gusto personal, se puede agregar un poco más si así se desea) y se mueve un poco para disolverla en el agua. Se deja enfriar para poder consumirlo
Sabor	Dulce	
Textura	El almíbar es líquido y el xoconostle debe estar suave	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 32: Carnitas a la leña

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Carnitas a la leña estilo Tepotzotlán	Plato fuerte	Altiplano Centro	Tepotzotlán Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se encuentran en los mercados y tianguis de la región, así como también en las ferias y fiestas patronales	<ul style="list-style-type: none"> - Carne de cerdo o conejo - Pulque - Hierbas de la región - Leña de pino - Leña de ayle - Leña de tejocote - Leña de capulín - Leña de tepozán - Leña de encino 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		La receta se creía perdida después del fallecimiento de los ancianos de la región que solían prepararlas, sin embargo, se logró rescatar y aunque es una receta que solo conocen por completo las familias que la elaboran se sabe lo siguiente: Se ahúma la carne desgrasándola y haciendo que tome los sabores de las distintas maderas con que se trabaja como el pino, el ayle, tejocote, capulín, tepozán y encino. Otros ingredientes fundamentales son el pulque de cierta temporalidad y hierbas que crecen en la sierra del municipio en escasas épocas del año, pero son conservadas para poder usarse todo el año. También cabe señalar que los cerdos son criados por familias de San Miguel Cañadas con método	
Sabor	Ahumado		
Textura	Suave al masticar		

		tradicionales que no incluyen químicos y también son elaboradas en ocasiones con carne de conejo en lugar de carne de cerdo
--	--	---


Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 33: Conejo asado a la miel

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Conejo asado a la miel	Plato fuerte	Altiplano Centro	Tepotzotlán Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se encuentra en los mercados locales y en las ferias que se realizan durante el año	<ul style="list-style-type: none"> - 1 conejo - 1 cebolla mediana - 1 diente de ajo - Hierbas de la zona - 3 cucharadas soperas de miel - 1 vaso grande de caldo de pollo - 3 cucharadas soperas de vinagre blanco - Sal - Pimienta negra - Aceite 		
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual		Se corta el conejo en octavos y se sazona con sal y pimienta para freírlo en una cazuela con aceite, cuando este bien dorado se retira de la lumbre y se reserva. Después en la misma cazuela que se frío el conejo se saltea la cebolla picada por unos 10 minutos aproximadamente, después se le agrega el ajo picado, las hierbas, el caldo de pollo, un poco de pimienta, la miel y el vinagre blanco; se mezcla bien todo y se deja a fuego medio por 10 minutos hasta que el alcohol del vinagre se evapore y la miel se diluya por completo. En este punto se agrega el conejo de nuevo a la cazuela y se tapa para dejarlo cocinar a fuego lento por una hora aproximadamente moviendo de vez en cuando y bañando con el jugo de la cocción el conejo para que no se reseque, después de este tiempo se sirve para consumirlo	
Sabor	Agridulce		
Textura	La salsa es un poco espesa y la carne del conejo debe estar suave (si se cocinó de más puede estar un poco dura)		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 34: Guajolote en adobo

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Guajolote en adobo	Plato fuerte	Altiplano Centro	Tepozotlán Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se puede encontrar en los restaurantes y mercados de la zona al igual que en las fiestas patronales	<ul style="list-style-type: none"> - 1 guajolote - 8 chiles guajillos - 4 chiles anchos - 6 chiles de árbol - 6 tazas de agua - 2 chipotles en adobo - Pasta de achiote - 1 cucharada de orégano - 1 cucharada de semillas de comino - ½ cucharada de tomillo deshidratado - Pimienta - Sal - 4 cucharadas de vinagre blanco - 12 dientes de ajo - 7 tazas de caldo de pollo - 450 gr de mantequilla a temperatura ambiente - 2 limones cortados en rodajas - 1 cebolla cortada en rodajas 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		Se limpian los chiles, se retiran los tallos y las semillas y se colocan en una olla con agua para cocinarlos durante 10 minutos, pasado el tiempo de cocción se retiran y se dejan reposar.	
Sabor	Ligeramente picante	Por otro lado, se debe limpiar bien el pavo, sacarle el cuello y las mollejas, enjuagarlo y escurrirlo para colocarlo en una bandeja para hornear. En este punto se enciende el horno y se precalienta a 230°C.	
Textura	El adobo es espeso y la carne es un poco seca pero fácil de masticar	Se cuele el agua de los chiles y se licúan con los chipotles, la pasta de achiote, las semillas de comino, el orégano, tomillo, el vinagre, la mitad del ajo, mantequilla, 3 tazas de caldo de pollo, sal y pimienta al gusto hasta tener una mezcla con consistencia homogénea; posteriormente se coloca la mitad de la salsa en un recipiente y se reserva. La otra mitad sobrante de la salsa se vierte en una olla caliente a fuego lento, se le agregan 4 tazas de caldo de pollo y mantequilla para cocinarlo hasta que la mantequilla se ha derretido; después	

		<p>se vierte la mitad de la mezcla en la base de la bandeja donde está el guajolote, y se reserva el resto para untarlo. Finalmente, se rellena el pavo con ajo picado, cebolla, limones, y sal pimienta, después se unta con la pasta de chile previamente elaborada (2 tazas) y mantequilla todo el guajolote.</p> <p>Hay que hornearlo por 30 minutos aproximadamente sin cubrir, después de ese tiempo se reduce a 180°C la temperatura del horno para cubrirlo con papel de aluminio y hornea por 2 ½ horas más. Durante las últimas 2 horas, se unta el pavo con la salsa cada 30 minutos y se checa constantemente. Estará listo cuando la pechuga alcance una temperatura de 75 °C y la pata de 85° C aproximadamente. En este punto se retira del horno y se deja reposar al menos por una hora para luego servirlo.</p>
--	--	---

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 35: Basura

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Basura	Postre	Altiplano Centro	Tepotztlán Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se puede conseguir en la hostería del convento en Tepotztlán	<ul style="list-style-type: none"> - ½ kilo de azúcar -1 coco fresco rallado - 1 piña chica madura, limpia y picada - 1 taza de crema batida - 8 yemas - ½ taza de pasitas remojadas en ¼ de taza de oporto - ¼ de taza de piñones - ¼ de taza de almendras en hojuelas tostadas - 1 cucharadita de canela en polvo - la punta de un cuchillo de clavos de olor en polvo 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		Se prepara un almíbar con el azúcar y el agua, a que cubra solamente el azúcar; cuando esté a punto de almíbar ligero agregar el coco rallado y la piña picada finamente. Cocinar durante 20 minutos aproximadamente o hasta que se evapore el jugo de la piña. Se deja hirviendo a fuego lento y se añaden las yemas ligeramente batidas (hay que mover la mezcla todo el tiempo) cuando se evapore el líquido se agregan las pasitas con todo y el oporto junto con las	
Sabor	Dulce		
Textura	Cremoso y crujiente gracias a los frutos secos		

		<p>almendras, piñones, canela y clavo; se mezcla bien y se vacía en un recipiente para que se enfríe.</p> <p>Se sirve en platos pequeños (2 cucharadas de la mezcla aproximadamente) junto con crema batida arriba</p>
--	--	--

Fuente: elaboración propia


Ficha 36: Mixiote de conejo

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Mixiote de conejo	Plato fuerte	Altiplano Centro	Tepozotlán Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se puede encontrar en los mercados y restaurantes locales, así como también en las ferias que se realizan en el municipio	<ul style="list-style-type: none"> - 2 conejos partidos - 3 papas - 5 nopales medianos - 250 gr de chile guajillo limpios e hidratados - Pimienta - 3 clavos de olor - 1 tableta de pasta de achiote - ½ cebolla - 2 dientes de ajo - 1 taza de jugo de naranja - 1 cucharadita de comino - Hojas de laurel - Hojas de aguacate - Hojas de laurel - Hojas de mixiote 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		<p>En una licuadora se colocan los chiles guajillos, el achiote, pimienta, comino, sal y jugo de naranja y se licúa todo hasta conseguir una mezcla suave y un poco espesa, colar y reservar</p> <p>Por otra parte, se limpian las piezas de conejo y se colocan en un recipiente hondo para cubrirlas con la mezcla anterior, se debe mezclar muy bien la carne con el adobo para que se impregne bien en ella, se tapa el recipiente y se deja reposando por cinco horas aproximadamente o por una noche entera si es posible.</p>	
Sabor	El sabor a achiote predomina junto con el de la carne de conejo	<p>Los nopales y papas se cortan en cubos; en medio de una hoja de mixiote hidratada se coloca una pieza de conejo, un puño de nopales y otro de papas sobre el conejo, una hoja de aguacate y otra de laurel y sal; una vez que se tiene todos los ingredientes dentro de la hoja, se levantan las orillas de esta para formar una</p>	
Textura	Suave y un poco viscosa por la baba de los nopales		

		<p>“bolsita” y se amarran con un cordón para evitar que se abra (esto se repite con cada pieza de conejo). En una vaporera se acomodan las “bolsitas” de mixiote, tapar y dejar a fuego medio por cuatro horas aproximadamente para que la carne quede bien cocida y esté tierna, una vez esté cocido se puede servir</p>
--	--	---


Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 37: Nieves

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Nieves	Postres	Altiplano Centro	Tepotzotlán Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se pueden conseguir en los mercados y con vendedores ambulantes	<ul style="list-style-type: none"> - Hielo - Azúcar - Miel - Jugo de fruta (depende del sabor de la nieve) - Agua 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		Se requiere una tina de madera o barrica la cual, con un bote de acero inoxidable dentro se llena poco a poco con una cama de hielo y otra de sal; cuando el hielo llegue hasta arriba y el bote esté a una temperatura bajo cero se vierte el jugo de la fruta, azúcar, miel y agua en el bote de acero y se bate con una pala de madera. A partir de este momento quien prepara la nieve se encarga de girar con fuerza durante varios minutos el bote intercalando el uso de la pala para obtener la consistencia y textura que se desean. Este proceso tarda alrededor de una hora a hora y media.	
Sabor	Dulce, el sabor es de fruta natural		
Textura	Es más ligera y líquida que la de un helado		
		El propósito de girar es para que los ingredientes se peguen a las paredes de acero y la parte de abajo se congele, si no se hace de esta manera la nieve se convierte en un bloque de hielo; se debe revisar el deshelado ya que a pesar de tener sal entre el hielo se llega a derretir y se debe continuar poniendo capas de hielo y sal hasta que quede la nieve y para conservarla una vez lista	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 38: Xocolátl

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Xocolátl	Bebidas tradicionales sin alcohol	Altiplano Centro	Tepotzotlán Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - 4 litros de agua - 2 litros de miel de maguey - 6 piezas de chile guajillo - 2 vainas de vainilla - 3 kg de pasta de cacao con cáscara 		<p>Poner a hervir el agua, cuando esté a punto de ebullición agregar los chiles limpios y desvenados para hacer una infusión ligera (estará lista cuando se alcance a percibir el aroma de chile). Colar bien y agregar la miel de maguey al agua.</p> <p>Colocar nuevamente el agua a fuego bajo y agregar la pasta de cacao moviendo hasta deshacer por completo; agregar las semillas de la vaina de vainilla y dejar hervir hasta que forme una espuma arriba, en ese punto se puede retirar del fuego y se deja enfriar para poder consumirlo.</p> <p>Es probable que cuando se enfríe se separe la grasa del cacao por lo que se debe mezclar de nuevo o licuar para incorporar todo de nuevo</p>	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual		Se toma frío como una bebida refrescante sobre todo en tiempo de calor	
Sabor	Ligeramente agrídulce, a pesar de llevar chile no es picante		
Textura	Líquida con espuma		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 39: Sangre de conejo

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Sangre de conejo	Bebidas tradicionales con alcohol	Altiplano Centro	Tepotzotlán Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - Pulque natural - Jugo de tuna roja fermentado - Azúcar - Pimienta - Clavo 		Se realiza un curado con el jugo de tuna, azúcar, pimienta y clavo licuando estos ingredientes con el pulque natural hasta que se incorporen perfectamente	
Análisis sensorial		Modo de consumo	

Visual		Se consume de forma regular en el municipio ya que es una de las bebidas identitarias, aunque también se consume durante algunas ceremonias espirituales
Sabor	Dulce y ligeramente especiado	
Textura	Líquida y un poco babosa gracias al pulque	


Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 40: Agua de xoconostle

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Agua de xoconostle	Bebidas tradicionales sin alcohol	Altiplano Centro	Tepetzotlán Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - 4 piezas de xoconostle (tuna roja) - ¼ de taza de azúcar - 1 litro de agua 		En una jarra con agua mezclar el azúcar hasta disolver. Pelar el xoconostle con un cuchillo, cortar por la mitad y retirar las semillas con una cuchara. Moler los trozos de xoconostle con un poco de agua dulce en una licuadora. Posteriormente se puede colar (si no se quiere colar se puede agregar así al agua restante) y se agrega a la jarra de agua dulce; se le agregan hielos para que se consuma bien fría	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual		Se consume de manera regular para acompañar los alimentos generalmente	
Sabor	Dulce		
Textura	Líquida		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 41: Pulque

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Pulque	Bebidas tradicionales con alcohol	Altiplano Centro	Tepotzotlán Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
- Maguey		<p>Cuando la planta de maguey ha alcanzado una edad entre 8 y 12 años, la planta se “quiebra” o se “capa” para evitar que el corazón del maguey crezca y se convierta en quiote y este empiece a alimentarse de la savia; posteriormente se rapa el maguey para la obtención del aguamiel a través de succión por medio de un acocote (se pueden obtener entre tres y cuatro litros diarios de aguamiel durante seis meses aproximadamente). El aguamiel se almacena en tinacales que son espacios cerrados donde es depositado en ollas de barro para comenzar el proceso de fermentación que se produce por bacterias y levaduras</p>	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual		Se consume de manera regular como bebida alcohólica en las diferentes pulquerías tradicionales de la región y en algunos platillos como ingrediente dentro de la preparación	
Sabor	Un poco amargo y ácido		
Textura	viscosa		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

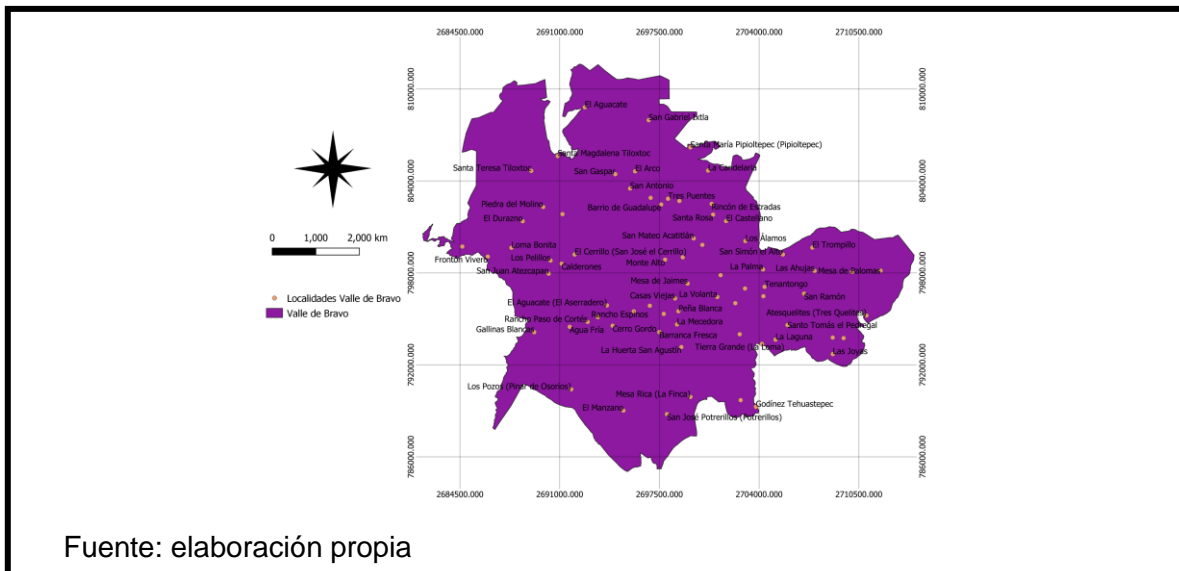
4.2- Valle de Bravo

El municipio está conformado por 13 pueblos que son Avándaro, Casas Viejas, Cerro Colorado, Cerro Gordo, Cuadrilla de Dolores, El Arco, Los Saucos, San Gabriel Ixtla, San Gaspar, San Mateo Acatitlán, San Juan Atezcapan, San Nicolás Tolentino y Santa María Pipioltepec; se observan dos climas: templado subhúmedo con lluvia en verano y semi cálido subhúmedo con lluvias en verano teniendo una temperatura promedio anual de 20°C con un rango máximo de 32°C y mínimo de 1.3°C; se ubican dos grupos étnicos principalmente, siendo estos Otomí y mazahua y se hablan las lenguas mazahua, náhuatl, otomí, mixteco, maya

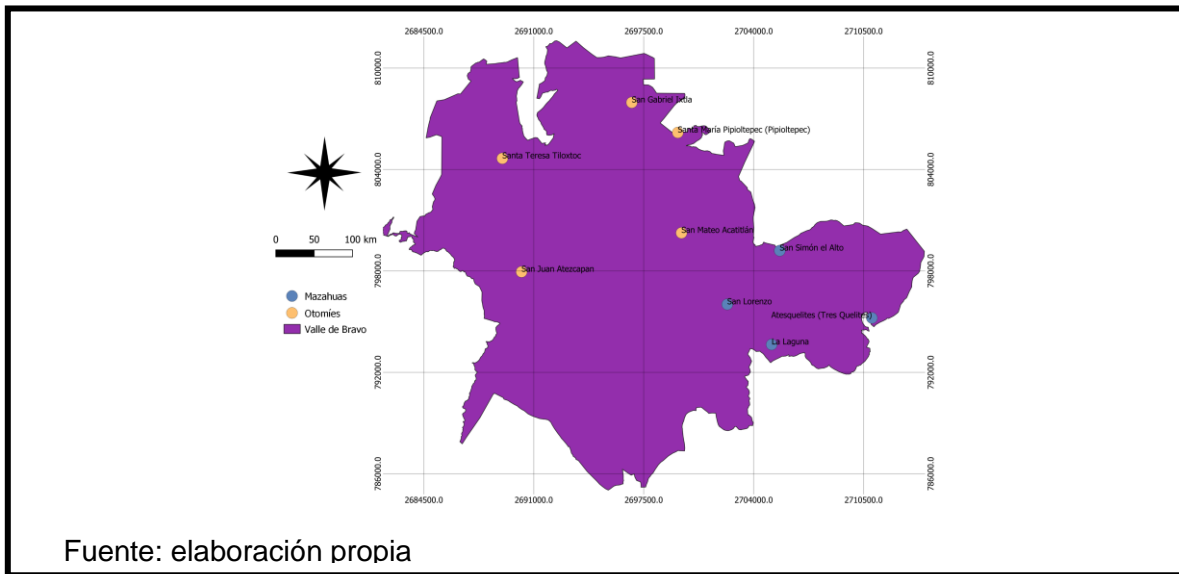
y zapoteco. El tipo de vegetación que se presenta en esta región está conformado por árboles de pino, encino, oyamel, fresno y ocote; las zonas boscosas constituyen uno de los elementos naturales que deben conservarse y protegerse, dada su importancia ecológica, paisajística y económica.

Con base en la ficha 42: Información geográfica de Valle de Bravo se realizaron los mapas 24: Localidades de Valle de Bravo y 25: Etnias en Valle de Bravo, todos ellos presentados a continuación, donde se pueden observar los datos que componen la ficha antes mencionada y expuestos anteriormente a modo de introducción.

Mapa 24: Localidades de Valle de Bravo



Mapa 25: Etnias en Valle de Bravo



Ficha 42: Información geográfica de Valle de Bravo

Nombre		Valle de Bravo
Dimensión geográfica		
Ubicación geográfica	Sus coordenadas geográficas son: latitud 19° 00' 25" 19° 34' 13" longitud 99° 51' 09" 100° 24' 37"	
Temperatura	En el municipio de Valle de Bravo, se observan dos climas: templado subhúmedo con lluvia en verano, semi cálido subhúmedo con lluvias en verano; registra una temperatura promedio anual de 20°C, con un rango máximo de 32°C y mínimo de 1.3°C	
Tipo de flora	Tipo de fauna	Localidades involucradas
el tipo de vegetación que se desarrolla en la Región XIX, Valle de Bravo, está representado por bosques de pino, oyamel y encino los cuales dominan la parte centro-norte, mientras que el bosque mesófilo y la selva baja caducifolia se presentan en pequeñas	El tipo de ganado prevaeciente es el ovino, bovino y aves de corral. Dentro de la fauna originaria del municipio se encuentran especies como ardillas, zopilotes, águilas, gavilanes, gavilancillos, tlacuaches, armadillos, coyote, venado, gato montés, víbora de cascabel, culebras de agua, tuzas, y una cantidad considerable de aves como gorriones, primavera, pájaros carpinteros,	Se ubican dos grupos étnicos principalmente siendo estos otomí y mazahua. Está conformado por 13 pueblos que son Avándaro, Casas Viejas, Cerro Colorado, Cerro Gordo, Cuadrilla de Dolores, El Arco, Los Saucos, San Gabriel Ixtla,

<p>porciones del municipio de Valle de Bravo. los principales productos que se cultivan son: maíz, papa, chícharo, haba, frijol, jitomate, ejote, cebolla, sorgo, garbanzo, trigo, caña, tomate, durazno, pera, limón, guayaba entre otros, también destacan diferentes especies arbóreas, entre ellas: pino, encino, oyamel, fresno y ocote; las zonas boscosas constituyen uno de los elementos naturales que deben conservarse y protegerse, dada su importancia ecológica, paisajística y económica.</p>	<p>correcaminos, cenizales, así como anfibios como ranas y sapos.</p>	<p>San Gaspar, San Mateo Acatitlán, San Juan Atezcapan, San Nicolás Tolentino y Santa María Pipioltepec</p>
<p>Lenguas que se hablan</p>		<p>Mazahua, náhuatl, otomí, mixteco, maya y zapoteco</p>

Fuente: elaboración propia

Dentro de los productos obtenidos gracias a las actividades de cultivo que se realizan en esta zona se encuentran:

- Miel: Se produce en varias localidades del Estado de México, se extracción es manual si se trata del panal entero y con ayuda de una máquina extractora si se trata de la miel únicamente.
- Zarzamora: se siembra a fines de invierno o principios de primavera o en época de lluvias y se cosechan en los meses de agosto y septiembre y principios de octubre; gracias a su sabor fresco y dulce se utiliza en la elaboración de diferentes bebidas y dulces de la región.
- Membrillo: una fruta de color amarillo dorado y muy aromática con una textura áspera y numerosas semillas, suele ser recolectada en los meses de agosto a octubre y se usa en la elaboración de dulces tradicionales, las semillas

cocidas se usan como expectorante y como auxiliar en las inflamaciones bronquiales y la tos seca.

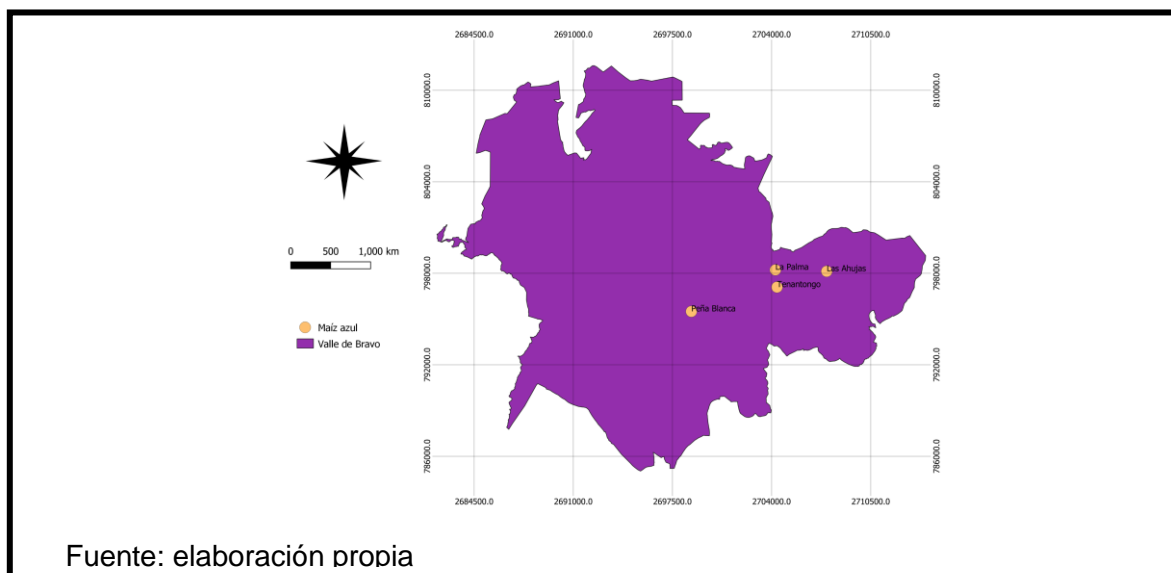
- Guayaba: esta fruta se da durante todo el año y se cosecha a finales de verano, principios de otoño y a finales de invierno, principios de primavera; se consume con todo y cascara siendo utilizada en la elaboración de diferentes postres y bebidas.
- Charal: son pescados pequeños que se reproducen durante la primavera, aunque se pueden conseguir todo el año, de sabor suave pero muy característico y textura crujiente ya que suelen consumirse deshidratados o asados.
- Maíz azul: Sembrado entre marzo y junio y cosechado alrededor de 195 días después de su siembra, este producto se recolecta de forma manual para consumo humano a forma de hortaliza o granos secos y posee un sabor dulce con granos grandes de textura harinosa.
- Capulín: se trata de un fruto negro, carnoso y de color rojizo con sabor agridulce conocido también como el cerezo mexicano y tiene muchos beneficios para la salud.
- Alcachofa: suele sembrarse en los meses de abril y mayo, su recolección se realiza a finales de julio y principios de agosto, se usan en la preparación de diferentes platillos, aunque no se comen por completo las hojas, solo se debe extraer la pulpa o “carne” de la planta lo que suele hacerse con los dientes al momento de comerla.
- Frijol negro perla: esta legumbre se siembra entre el 15 de mayo y el 5 de julio para ser cosechado alrededor de 120 días después de su siembra; su sabor es ligeramente dulce y poseen una consistencia dura en crudo y blanda cuando se cocinan.
- Cebada: su siembra se realiza a finales de la primavera en junio y julio, es usada en la preparación de algunas bebidas y alimentos, así como también para alimentar al ganado.
- Anís: en general se puede utilizar toda la planta excepto la raíz, aunque comúnmente se consumen las semillas para preparar bebidas calientes o en

la preparación de bebidas alcohólicas y en algunos platillos para aportarles aroma; su uso medicinal sirve para aliviar cólicos menstruales, tos, asma, bronquitis, gastritis y gases.


- Caña: este tallo se corta desde finales de octubre hasta diciembre para cortarlos y pelarlos al momento de comercializarlos; se usan para extraer su jugo, el cual se usa en la preparación de bebidas y endulzantes como el piloncillo.
- Trucha arcoíris: se cultivan para consumo y para la pesca deportiva; existen diferentes formas de prepararla.

Estos alimentos están representados a mayor detalle en las fichas 43: Valle de Bravo maíz azul, 44: Valle de Bravo trucha arcoíris, 45: Valle de Bravo miel, 46: Valle de Bravo caña, 47: Valle de Bravo guayaba, 48: Valle de Bravo anís, 49: Valle de Bravo frijol negro perla, 50: Valle de Bravo charales, 51: Valle de Bravo cebada, 52: Valle de Bravo zarzamora, 53: Valle de Bravo membrillo, 54: Valle de Bravo capulín y 55: Valle de Bravo alcachofa que se presentan a continuación y que junto a los mapas 26: Valle de Bravo maíz azul, 27: Valle de Bravo trucha arcoíris, 28: Valle de Bravo miel, 29: Valle de Bravo caña, 30: Valle de Bravo guayaba, 31: Valle de Bravo anís, 32: Valle de Bravo frijol negro perla, 33: Valle de Bravo charales, 34: Valle de Bravo cebada, 35: Valle de Bravo zarzamora, 36: Valle de Bravo membrillo, 37: Valle de Bravo capulín y 38: Valle de Bravo alcachofa (también presentados a continuación) logran visualizar en que partes del municipio se produce cada uno.

Mapa 26: Valle de Bravo maíz azul

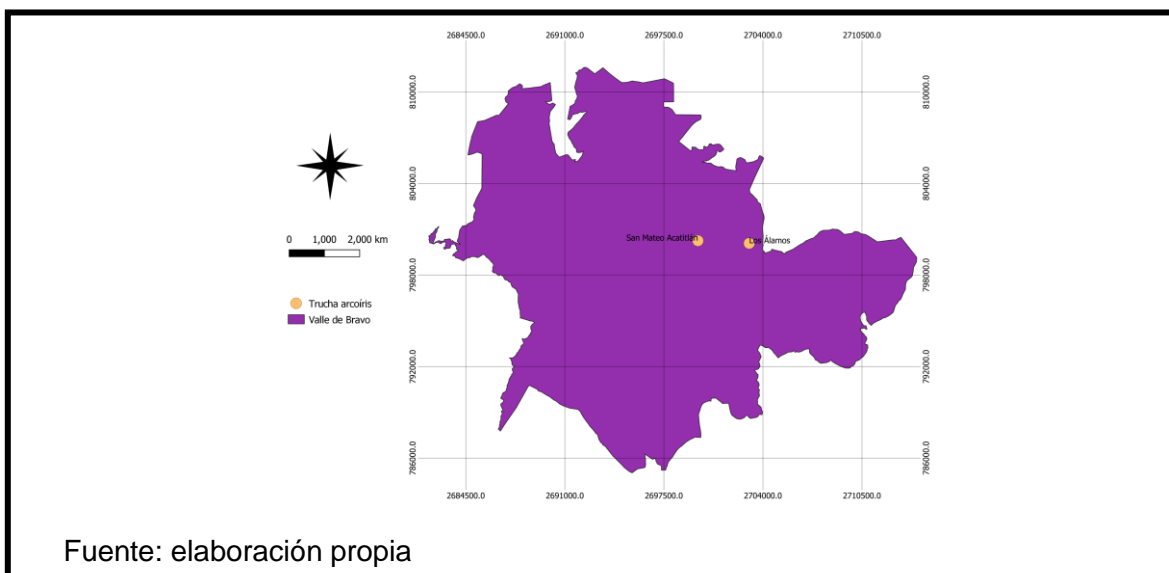


Ficha 43: Valle de Bravo maíz azul


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Maíz azul	Cereales, granos y harinas	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Maíz de temporal que se siembra entre marzo y junio	Entre los 110 y 195 días después de la siembra	Tenantongo, La Palma, Las Ahujas y Peña Blanca	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		El maíz se cultiva con diferentes propósitos como la producción de forraje verde y ensilaje para consumo animal, producción de granos secos o como hortaliza (elote) para el consumo humano	
Sabor	Un poco más dulce que el maíz convencional		
Textura	De grano grande a mediano y de textura harinosa	Técnicas de recolección tradicionales	
		Cosecha y recolección de elotes para el consumo humano. Arranque y desgrane de mazorcas maduras para obtener granos secos; se corta la planta después de la cosecha de mazorcas	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 27: Valle de Bravo trucha arcoíris

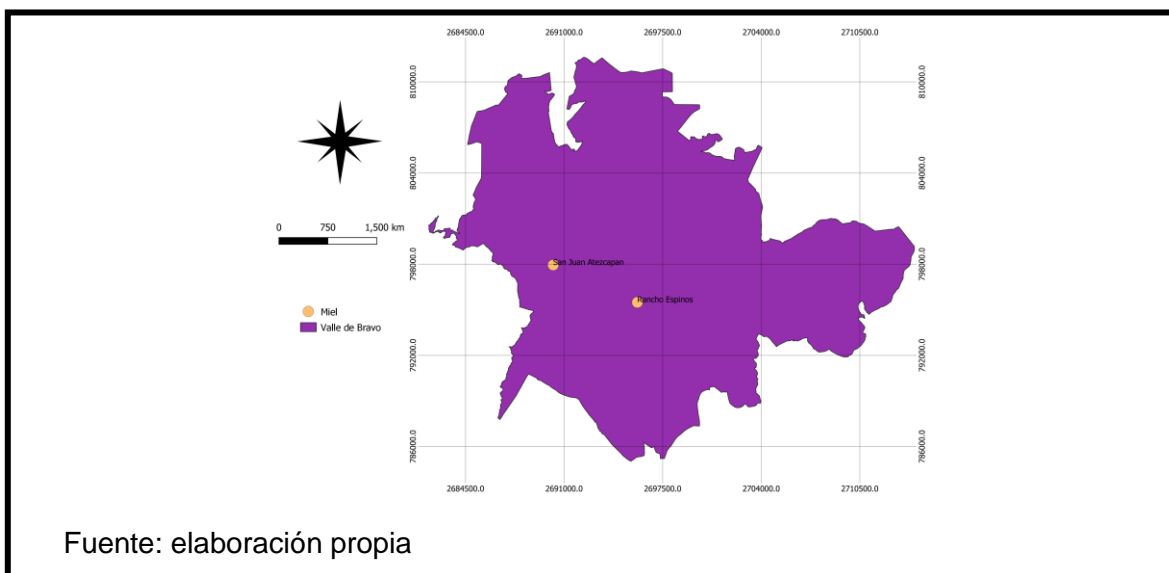


Ficha 44: Valle de Bravo trucha arcoíris

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Trucha arcoíris	Pescados y mariscos	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Se reproduce una vez al año durante los meses de octubre a marzo	Se realiza un ciclo de cosecha al año que dura alrededor de siete meses	San Mateo Acatitlán y Los Álamos	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume todo en el pescado menos el esqueleto y las tripas; después de limpiarlo (quitar las tripas y los huevos) se puede preparar de la manera que más agrade (empapelado, al mojo de ajo, a la diablo, entre otros). Los huevos se consumen de diferentes formas	
Sabor	Suave		
Textura	Suave, se deshace con facilidad	Técnicas de recolección tradicionales	
		Normalmente se realiza la pesca deportiva con cañas de pescar y anzuelos, sin embargo, también se pueden recolectar con redes (esto es común cuando se van a comerciar)	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 28: Valle de Bravo miel

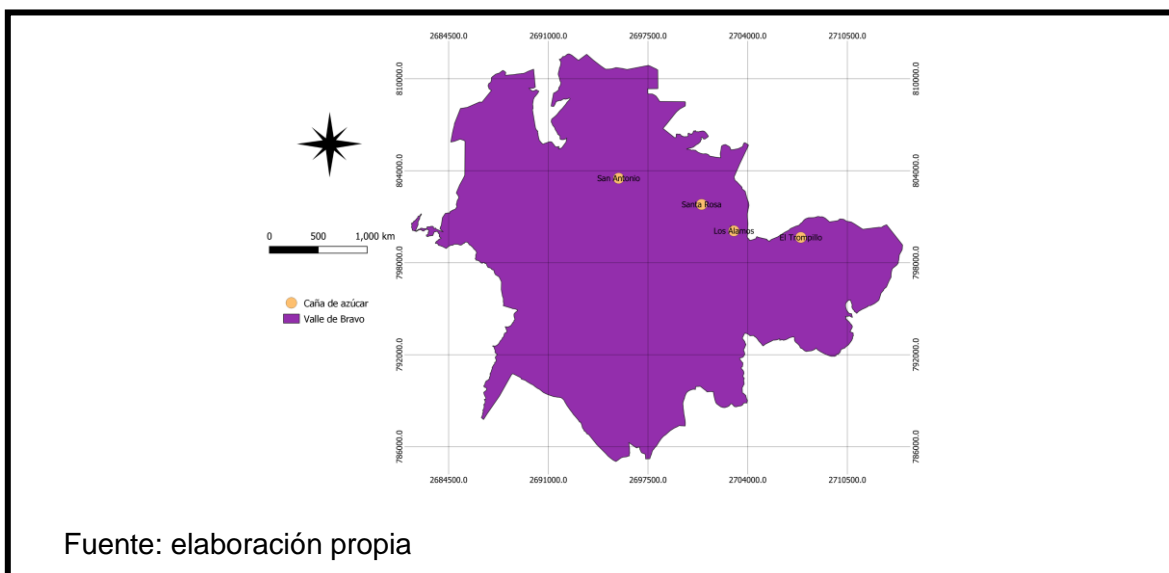


Ficha 45: Valle de Bravo miel


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Miel	Edulcorante	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	
Primavera (es la época de pre-cosecha)		Generalmente se extrae en verano y otoño	San Juan Atezcapan y Rancho Espinos
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se puede consumir tanto el panal como la miel. Se consumen al natural para endulzar bebidas o alimentos, como postre y también se usa en la preparación de salsas y dulces tradicionales	
Sabor	Dulce y ligeramente ácida		
Textura	Ligeramente espesa y pesada	Técnicas de recolección tradicionales	
		Se puede recolectar el panal completo, para esto se necesita mucha experiencia y tener mucho cuidado con la colmena; también se puede extraer la miel seleccionando aquellos marcos que están listos para su recolección, con ayuda de algo parecido a un cuchillo caliente se retira la cera y se colocan los marcos en el extractor de miel (este aparato funciona con fuerza centrífuga) para llenar los recipientes donde se quiera depositar la miel	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 29: Valle de Bravo caña

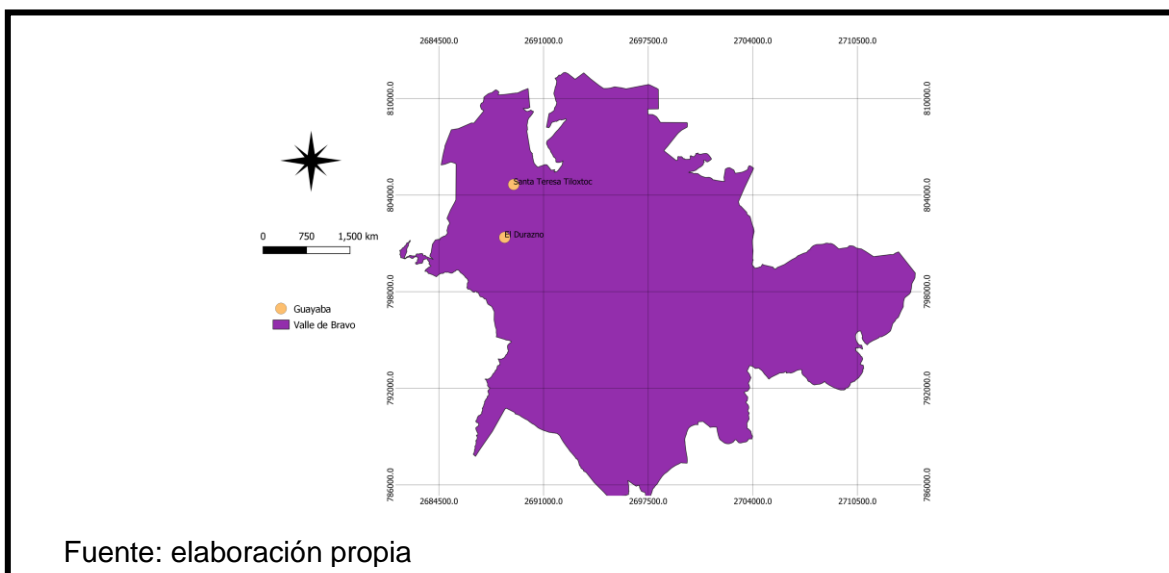


Ficha 46: Valle de Bravo caña

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Caña de azúcar	Plantas con tallo	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Primavera- Verano	Otoño e inicios de invierno	Santa Rosa, Los Álamos, El Trompillo y San Antonio	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		El tallo de la caña se puede consumir como futa extrayendo únicamente su jugo, sin consumir la parte fibrosa del producto y también se usa en la preparación de bebidas y de endulzantes como el piloncillo	
Sabor	dulce		
Textura	Dura y fibrosa	Técnicas de recolección tradicionales	
		Se realiza el primer corte del tallo de caña para fruta a finales de octubre, continua en noviembre, diciembre y en poca proporción a principios de enero, posteriormente se cortan, amarran y en su caso se pelan las cañas para su comercialización	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 30: Valle de Bravo guayaba

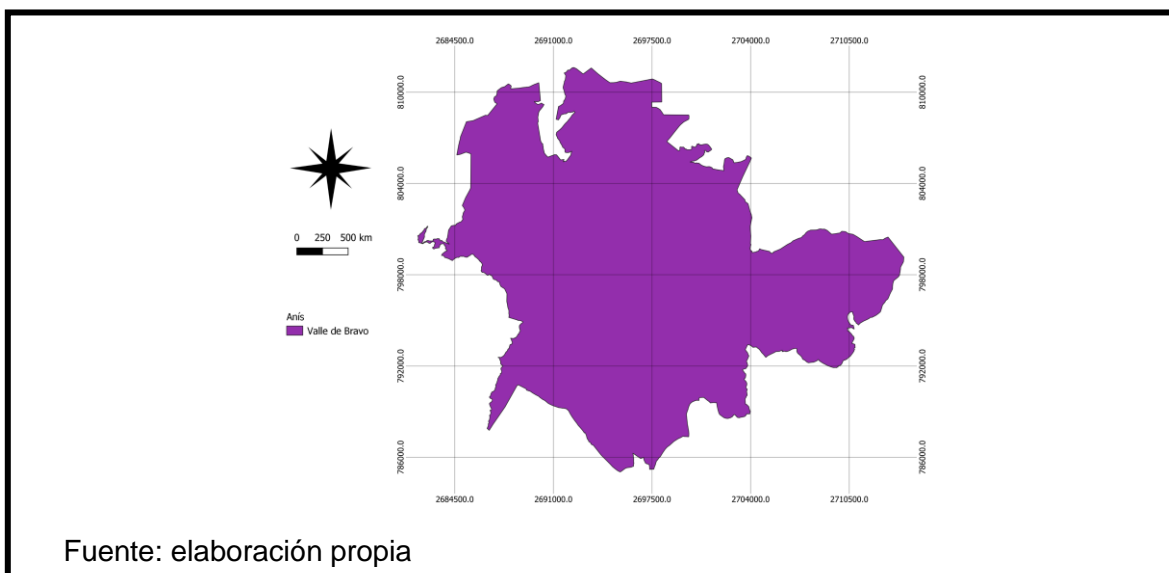


Ficha 47: Valle de Bravo guayaba

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Guayaba	Frutas	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Cualquier época del año		A finales de verano/ principio de otoño y a finales de invierno/ principios de primavera	Santa Teresa Tiloztoc y El Durazno
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume la fruta con todo y cáscara y se usa para comer sola como fruta, como dulce, en bebidas como tés o aguas frescas y también se realizan tés con sus hojas	
Sabor	Dulce y en ocasiones ácido		
Textura	Suave y con pequeños huesos duros	Técnicas de recolección tradicionales	
		El índice de madurez depende del uso que se le dará, para usarlos de inmediato se toman aquellos que tengan un color amarillo; si se desea mantener un tiempo antes de usarlo se toman aquellos que tengan un color verde amarillento. La recolección se hace de manera manual, únicamente se jala el fruto del árbol	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 31: Valle de Bravo anís

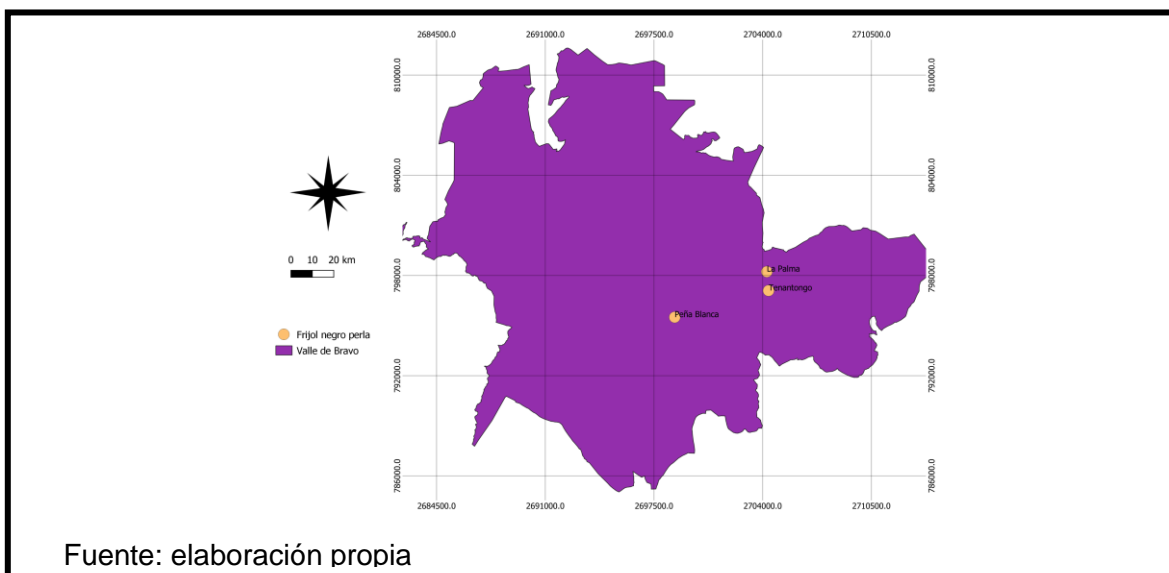


Ficha 48: Valle de Bravo anís


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Anís	Hiervas medicinales	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Entre abril y mayo, suele florecer en julio o agosto	Entre agosto y septiembre	Valle de Bravo	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		En general se puede utilizar toda la planta excepto la raíz, aunque comúnmente se consumen los frutos también conocidos como semillas para preparar bebidas calientes o en la preparación de la chiva y en algunos platillos para aportarles aroma; su uso medicinal sirve para aliviar cólicos menstruales, tos, asma, bronquitis, gastritis y gases	
Sabor	dulce	Técnicas de recolección tradicionales La recolección se realiza de forma manual	
Textura	Su textura parecida al apio		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 32: Valle de Bravo frijol negro perla

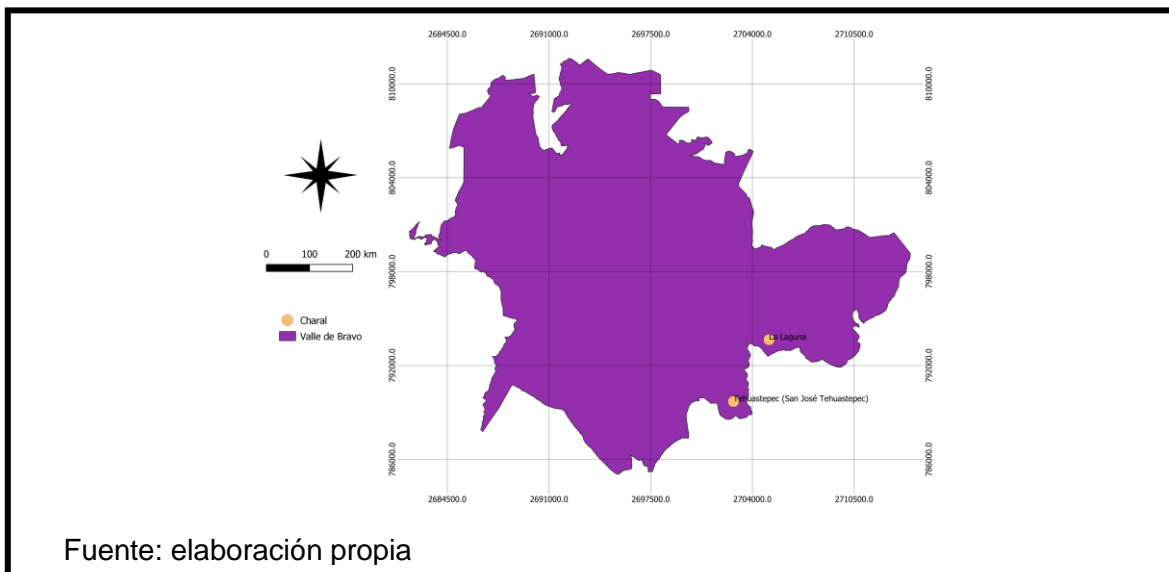


Ficha 49: Valle de Bravo frijol negro perla


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Frijol negro perla	Legumbres	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
15 mayo- 05 de junio	Entre 85 y 120 días después de sembrado	Tenantongo, La Palma y Peña Blanca	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se ocupan los granos de la vaina y se consumen cocidos ya sea en sopas, de guarnición o como rellenos para tamales y tlacoyos, entre otros guisos	
Sabor	Ligeramente dulce		
Textura	Dura cuando están en crudo, pero ya cocidos se vuelven blandos	Técnicas de recolección tradicionales	
		La siembra se realiza a mano o con sembradora, enterrando la semilla a una profundidad de 3 a 5 cm, con una distancia entre plantas de 6 cm y entre hileras de 60 a 80 cm. Antes de sembrar se debe verificar que el suelo tenga suficiente humedad para garantizar una germinación uniforme. La cosecha se realiza cuando las vainas han madurado, se cortan y se acarrean las plantas por la mañana cuando aún hay humedad del rocío	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 33: Valle de Bravo charales

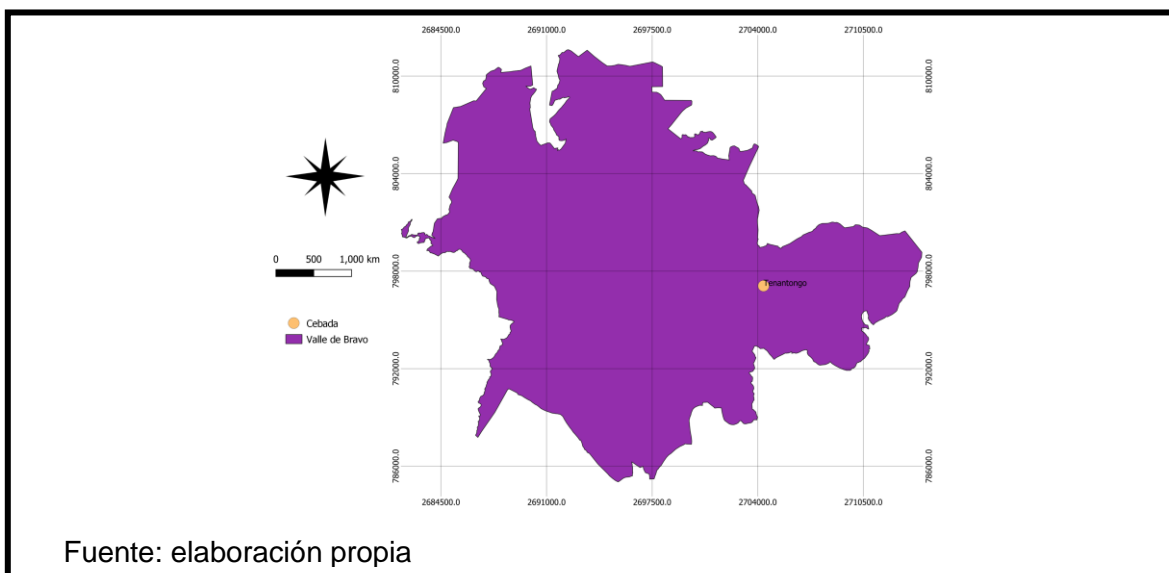


Ficha 50: Valle de Bravo charales


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Charal	Pescados y mariscos	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Se reproducen en mayor medida durante la primavera, sin embargo, todo el año existe la reproducción	Se encuentran casi todo el año, siendo los meses de abril y mayo donde se encuentran en mayor cantidad	Tehuastepec y La Laguna	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume el producto entero, cuando está fresco se asa o dora para acompañar salsas; generalmente se encuentran secos y se fríen para incorporar en salsas, tamales, tortitas, tacos o como botana; también se pueden encontrar capeados y fritos	
Sabor	Su sabor es suave pero muy característico		
Textura	Crujiente	Técnicas de recolección tradicionales	
		Se tiende una red de malla fina tradicionalmente hecha de fibras vegetales para dejarla toda la tarde y la noche para al día siguiente desatorarlos de ella cuidadosamente	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 34: Valle de Bravo cebada

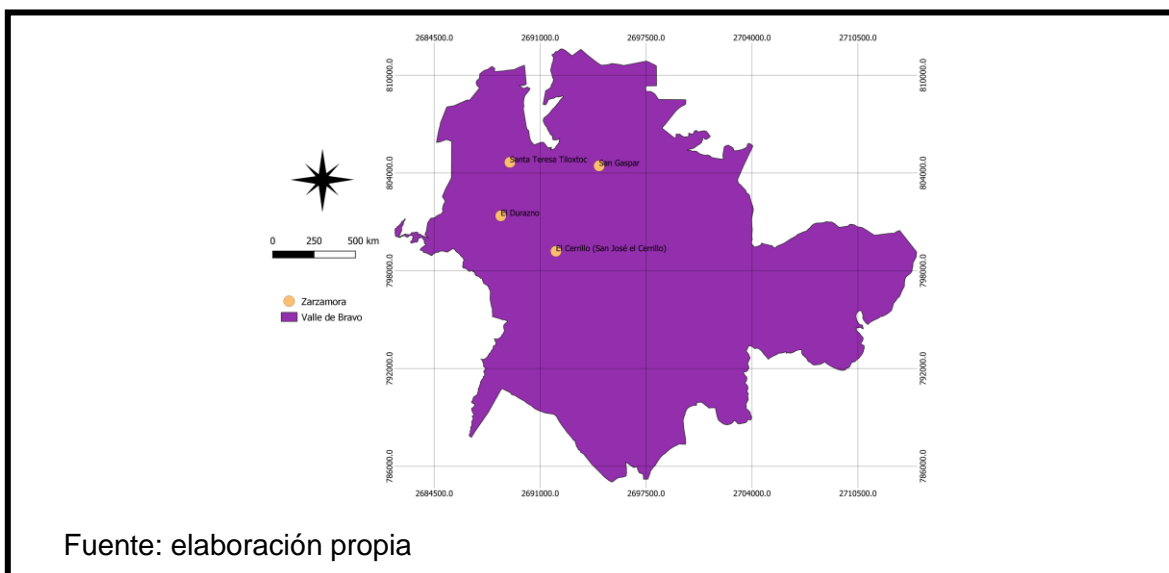


Ficha 51: Valle de Bravo cebada

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Cebada	Cereales, granos y harinas	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
1 de junio al 15 de julio	2 meses después de sembrarla aproximadamente	Tenantongo	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consumen las semillas y es utilizada en la elaboración de diferentes bebidas, como sustituto del café, elaboración de azúcares y harinas, así como también como alimento para el ganado	
Sabor	Dulce		
Textura	fibrosa	Técnicas de recolección tradicionales	
		Actualmente se hace mediante cosechadora autopropulsada, aunque hay algunos productores que aún lo hacen de forma manual ya que no se cuenta con suficientes de ellas; para recolectarla es necesario que el grano esté bien seco evitando romper o pelar el embrión de los granos	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 35: Valle de Bravo zarzamora

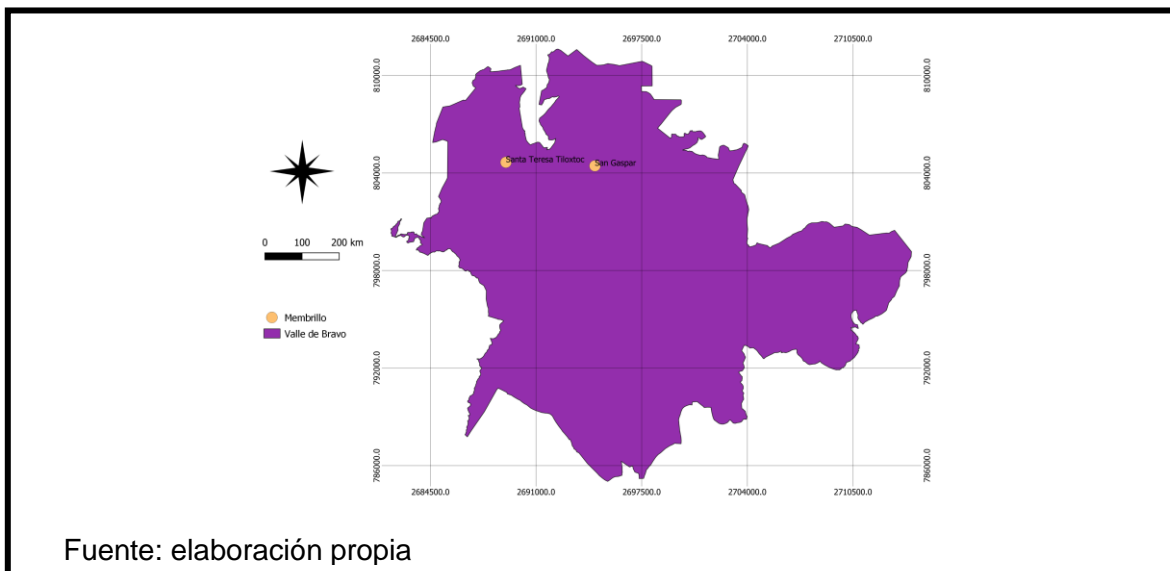


Ficha 52: Valle de Bravo zarzamora


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Zarzamora	Frutas	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
A fines de invierno, principios de primavera o épocas de lluvia	En los meses de agosto, septiembre y principios de octubre	Santa Teresa Tiloztoc, San Gaspar, El Cerrillo y El Durazno	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se pueden consumir los frutos, las hojas y los brotes tiernos. Su uso va desde la elaboración de dulces, postres y bebidas hasta como auxiliar en afecciones como diabetes, anginas o úlceras	
Sabor	Algo ácido y son muy aromáticas		
Textura	Firme	Técnicas de recolección tradicionales	
		Se hace de forma Manual, para esto el fruto debe estar de color negro o tener un color cercano a el, una vez que están listos los frutos las ramas suelen secarse por lo que es necesario podarlas para que así pueda seguir reproduciéndose la planta y seguir dando frutos	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 36: Valle de Bravo membrillo

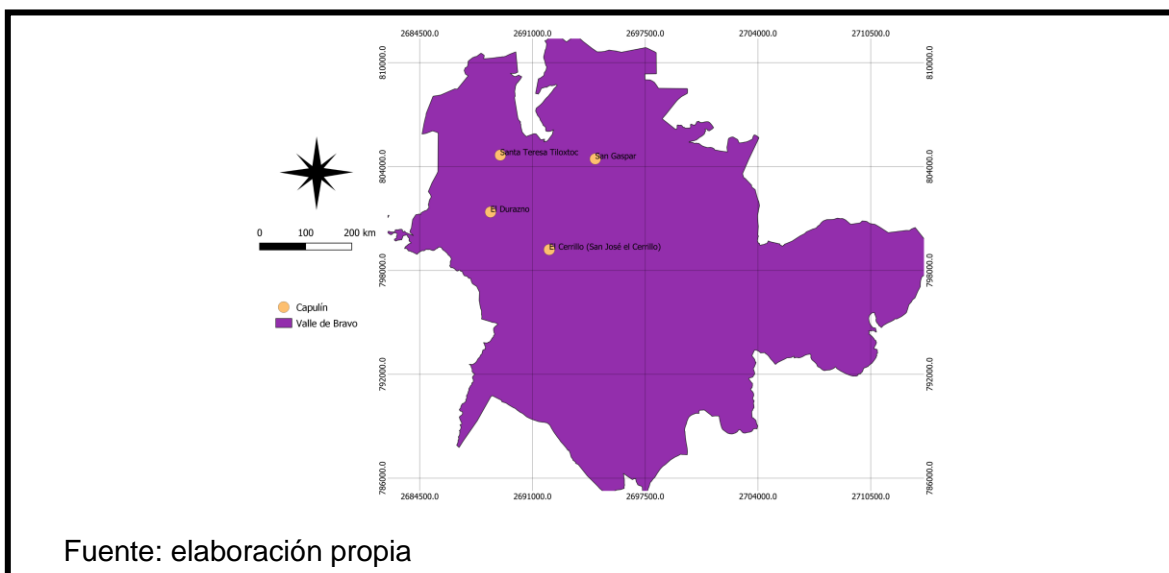


Ficha 53: Valle de Bravo membrillo


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Membrillo	Frutas	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
	En los meses de agosto a octubre	Santa Teresa Tiloztoc y San Gaspar	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		La parte que se usa es la pulpa y solamente puede consumirse si está cocido. Se usa en la elaboración de dulces tradicionales, las semillas cocidas se usan como expectorante y como auxiliar en las inflamaciones bronquiales y la tos seca	
Sabor	Ácido		
Textura	Áspera y con numerosas semillas y carnosa	Técnicas de recolección tradicionales	
		La recolección es manual, se sabe que frutos están maduros por el olor que desprenden los mismos, se debe ser cuidadoso al recolectarlos evitando golpearlos y se recomienda hacerlo cuando los frutos estén secos	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 37: Valle de Bravo capulín

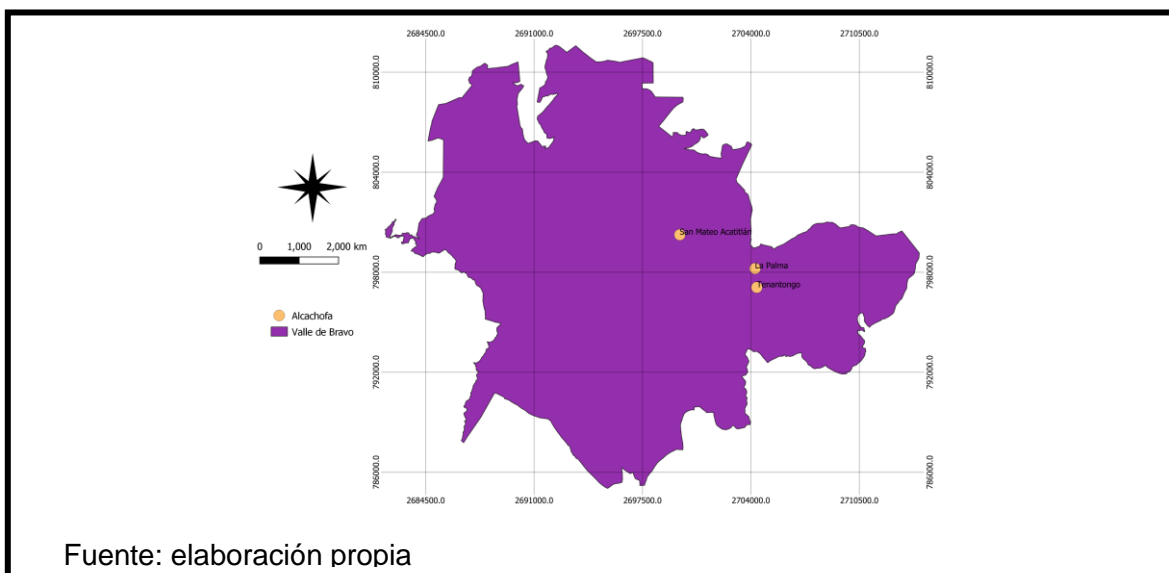


Ficha 54: Valle de Bravo capulín


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Capulín	Frutas	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
		De junio a agosto	Santa Teresa Tiloztoc, San Gaspar, El Cerrillo y El Durazno
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume el fruto evitando comer la semilla ya sea crudo, en jugo, dulces o en la elaboración de tamales. Se usa también en la elaboración de arreglos y amuletos de protección, así como también para tratar la tos, y para aliviar la diarrea y el dolor abdominal (mediante un té elaborado con raíces y hojas de el mismo); algunas personas aún preparan aguardiente con la fruta para combatir la indigestión, gripe y como sedante	
Sabor	Agridulce y astringente		
Textura	Carnosa		
		Técnicas de recolección tradicionales	
		Se realiza de forma manual teniendo cuidado de no dañar el fruto, se sabe que está listo cuando su color es de un rojo oscuro	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 38: Valle de Bravo alcachofa



Ficha 55: Valle de Bravo alcachofa

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Alcachofa	Hortalizas	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Abril y mayo	Finales de julio y principios de agosto	Tenantongo, La Palma y San Mateo Acatitlán	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		La parte comestible es la parte que tiene forma de rosetón llamada inflorescencia que está compuesta por hojas verdes sobrepuestas. Se usa en la preparación de diferentes platillos, aunque no se comen por completo las hojas, solo se debe extraer la pulpa o "carne" de la planta lo que suele hacerse con los dientes al momento de comerla.	
Sabor	Amargo con un toque dulce		
Textura	Carnosa y firme	Técnicas de recolección tradicionales	
		Se hace de forma manual, se corta el brote con 5 cm de tallo aproximadamente con ayuda de un cuchillo afilado teniendo cuidado ya que tiene espinas en el tallo	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Debido a que el origen de esta localidad tiene un estrecho vínculo con la religión católica muchas de sus tradiciones y costumbres están relacionadas con la celebración de su santo patrono San Francisco de Asís; como parte de las festividades y ferias que se llevan a cabo en el municipio se encontraron el festival allesano realizado en el mes de marzo donde se realizan actividades deportivas, cabalgatas, exposiciones artísticas y gastronómicas. También se tiene la feria de Santa María celebrada en el barrio del mismo nombre donde se le rinde culto al cristo negro mediante peregrinaciones, toritos, fuegos artificiales y mojjangas, también se consume mole el cual sirven afuera de la iglesia de Santa María. Por otro lado, está la fiesta de San Francisco de Asís quien es el santo patrono de Valle de Bravo donde se le cantan las mañanitas y se realiza un desfile de yuntas decoradas con flores y papeles de colores llamativos junto a una verbena popular donde se pueden encontrar antojitos mexicanos y concursos de mojjangas. Durante la celebración de semana santa se realiza el vía crucis en diferentes barrios cada día y la representación de la pasión y muerte de Jesucristo en los barrios de Santa María Ahuacatlán y Barranca Seca. El día de muertos se celebra en los panteones y espacios de convivencia social donde se llevan a cabo actividades aptas para todas las edades con espectáculos de teatro, danzas, literatura, música, cine, muestras gastronómicas, entre otras; sumado a esta celebración se realiza el festival de las almas que tiene como objetivo fortalecer el sentido de pertinencia en los pobladores y visitantes del municipio. Otra fiesta que se celebra es la asunción de la virgen María al cielo que dura nueve días de rezos para que el 15 de agosto se le canten las mañanitas y se realice el recorrido de la virgen acompañada de mojjangas, también se encuentran comida típica, fuegos artificiales y juegos mecánicos. Una de las celebraciones más importantes es la feria regional celebrada del 1 de mayo al 5 de mayo donde se encuentra una muestra gastronómica de la región junto artesanías y eventos culturales donde pueden participar los asistentes. Por último, se tiene el aniversario de la fundación de Valle de Bravo donde se pueden encontrar diferentes platillos tradicionales que se han conservado a través de los años junto a diferentes talleres y exposiciones culturales.

El análisis de las fichas 56: Feria de Santa María, 57: Fiesta de San Francisco de Asís, 58: Semana Santa, 59: Día de muertos, 60: Asunción de la virgen María, 61: Festival de las almas, 62: Aniversario Valle de Bravo y 63: Feria del pulque que se presentan enseguida, muestra las prácticas sociales y culturales que se tienen en Valle de Bravo, así mismo, se puede ubicar en el mapa 7 presentado anteriormente en que parte del municipio tiene lugar cada una de ellas.

Ficha 56: Feria de Santa María

Nombre	Feria de Santa María	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Templo de Santa María Ahuacatlán	1 de mayo	3 de mayo
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Es una de las fiestas patronales más emblemática, en esta celebración se le rinde culto al Cristo Negro ubicado en la iglesia de Santa María.	Esta celebración data del año 326 cuando la emperatriz Elena de Constantinopla viajó a Jerusalén a buscar la cruz en la que había muerto Jesús. La leyenda cuenta que, en el Monte Calvario, tras una excavación, se encontraron tres cruces, las cuales se presentaron ante una mujer moribunda para que su santidad la sanará. La última de ellas, fue la que levantó de la cama a aquella mujer un 3 de mayo, y desde ese entonces se venera a la madera en la que murió el hijo de Dios en la tierra.	
Observaciones	Rituales	
Se cuenta con la visita desde el día primero hasta el tres e inclusive hasta el cuatro de mayo de personas de distintos lugares de la región, del estado y del país	Durante esta celebración la gente lleva cruces de madera hasta el altar del cristo para ser bendecidas, los mayordomos de la parroquia llevan a cabo una novena y una celebración especial el día 3 de mayo donde se realizan peregrinaciones, toritos, danzas prehispánicas, espectáculos de fuegos artificiales, castillos de pirotecnia por la noche y mojigangas.	
Platillos que se consumen	Mole rojo, pulque, sangre de conejo, tamales, entre otros	

Fuente: elaboración propia

Ficha 57: Fiesta de San Francisco de Asís

Nombre	Fiesta de San Francisco de Asís	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Parroquia de San Francisco de Asís	4 de octubre	4 de octubre
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Se realiza una celebración en memoria del Santo Patrono, el motivo e agradecer por el pan de cada día al patrón de la ciudad.	Esta localidad fue fundada por una misión de padres franciscanos del convento de Toluca, recién conquistado el país, quienes permanecieron en la población hasta que entregaron la administración a los sacerdotes seculares, por los años de 1607 a 1615, en esa época ya existía el templo en el mismo lugar que hoy ocupa y había además un convento	
Observaciones	Rituales	
Esta tradición ha tenido cambios por el crecimiento poblacional que ha sufrido Valle de Bravo en los últimos años, ya que los nuevos vallesanos no rescatan algunas prácticas culturales del lugar.	Comienza a las 6 de mañana con unas mañanitas, más tarde aproximadamente a las 11am campesinos de la región participan en un desfile de yuntas con sus animales adornadas de flores y papales de colores muy llamativos. Recorriendo el centro del pueblo, los campesinos aprovechan el momento para mostrar algunos productos de sus cosechas. Mas tarde en la plaza central del pueblo se organiza una verbena donde gente del pueblo y de comunidades aledañas participan en un concurso de mojigangas acompañadas de fuegos artificiales y antojitos mexicanos. Las personas suelen colocar faroles de papel realizados artesanalmente en sus puertas desde el 25 de septiembre para iluminar el paso del patrón de la ciudad, esto se hacía antes debido a que no tenían luz eléctrica y se sigue realizando por tradición. También se colocan flores de pericón por la creencia de que sirven como protección para evitar a los malos espíritus y curarse de espanto	
Platillos que se consumen	antojitos mexicanos como tacos, tostadas, pambazos, frutas y verduras de la región.	

Fuente: elaboración propia

Ficha 58: Semana santa

Nombre	Semana santa	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
En todo el municipio	abril	variable
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Se lleva a cabo el vía crucis en barrios diferentes cada día; a lo largo del recorrido comercios, casas y calles se llenan de adornos morados y blancos	Comienza desde la colonización española en el siglo XVIII aproximadamente	

señalando de esta manera el camino de la vía dolorosa	
Observaciones	Rituales
Valle de Bravo suele tener mayor número de visitantes durante semana santa	El viernes Santo se lleva a cabo a las 10 de la mañana la representación de la pasión y muerte de Jesucristo en el barrio de Santa María Ahuacatlán y otra en el barrio de Barranca Seca; el sábado santo también a las 10 de la mañana se lleva a cabo la vigilia pascual y el domingo de resurrección se realiza una misa que da inicio a la celebración de la pascua
Platillos que se consumen	Debido a la vigilia suelen consumirse platillos a base de pescado o vegetales

Fuente: elaboración propia

Ficha 59: Día de muertos

Nombre	Día de muertos	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
En todo el municipio	1 de noviembre	2 de noviembre
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
En esta fiesta se honra a los difuntos y se realizan ofrendas y altares con comida y bebida y todo aquello que era del gusto de aquellos que ya no están	En la cultura mexicana los muertos deben ir al inframundo (Mictlán), ya que es el sitio de transición a una nueva vida, también es posible hacerlo en otra figura como puede ser un animal; durante la conquista y la colonia con la llegada de los españoles, la muerte toma otra visión, en donde influyó el catolicismo y se pasó del festejo de día muertos que es de origen prehispánico con la colocación del altar, al de todos santos que es más bien religioso, en donde existe cierto luto.	
Observaciones	Rituales	
Como parte de un intercambio de pensamientos y creencias entre las 5 etnias indígenas de la entidad se llevan a cabo actividades aptas para todas las edades con espectáculos de teatro, danzas, literatura, música, cine, así como ritos, muestras gastronómicas, artes pasticas, artesanías y esculturas	Se realizan altares para los difuntos; este es el alimento y la bebida que se llevan las personas fallecidas en su evolución o transición al Mictlán. En estas fechas las calles, los panteones y los espacios de convivencia social en Valle de Bravo se visten de tonos naranjas y amarillos y se llenan de aromas inigualables provenientes de la flor de cempasúchil icono de esta celebración, se realizan representaciones de la muerte a forma de catrinas que están decoradas con colores llamativos y festivos; también se realiza el festival de las almas	
Platillos que se consumen	Antojitos a base de maíz, pulque, atole, mole, entre otros	

Fuente: elaboración propia

Ficha 60: Asunción de la virgen María

Nombre	Asunción de la virgen María al cielo	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Pipioltepec y Santa María Ahuacatlán	15 de agosto	15 de agosto
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Se celebra que la virgen María fue elevada en cuerpo y alma a los cielos donde actúa como mediadora entre Dios y los hombres; se le agradece por los favores ofrecidos durante el año		
Observaciones	Rituales	
Pipioltepec es una comunidad dedicada a la vida del campo, siendo una de las regiones vallesanas más destacadas en su producción de girasol. La mayoría de las mandas por las que acude la gente en esta fecha al templo tienen que ver con el campo	Se realizan las tradicionales mañanitas en la misa, después se realiza un recorrido con la imagen de la Asunción de María Santísima acompañada con música de y mojíngangas. Los mayordomos organizan una celebración posterior a la peregrinación que consta de fuegos artificiales, comida típica de la región y juegos mecánicos. La fiesta termina con el tradicional "destape" de mojíngangas, el cual consiste en quitarse la máscara con la que bailó para recibir un premio material dado por la misma comunidad	
Platillos que se consumen	Tamal de ceniza, mole rojo con guajolote, antojitos a base de maíz, bebidas con alcohol	

Fuente: elaboración propia

Ficha 61: Festival de las almas

Nombre	Festival de las almas	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Cabecera municipal	25 de octubre	2 de noviembre
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Se organiza para conmemorar el día de muertos teniendo como temas el arte, la cultura y el deporte	Comenzó en 2003 con el propósito de preservar las costumbres ancestrales de México, como parte de un legado trascendente a través de las generaciones en donde predomina la espiritualidad y a su vez fortalece el sentido de pertenencia de cada mexicano hacia su tierra	
Observaciones	Rituales	
Para reafirmar el intercambio de creatividad y pensamiento entre las etnias indígenas mazahua, tlahuica, otomí, náhuatl y matlatzinca también rescatan los ritos, la gastronomía, los bailes y	Se realizan actividades culturales de música, literatura, danza, teatro y cine basadas en las tradiciones de las comunidades indígenas que conviven en el estado de México. Dentro de las actividades se encuentra el paseo de las almas que es una carrera recreativa en la que puede	

las creencias pertenecientes a ellas	participar todo el público; también se pueden encontrar la representación de una boda mazahua, talleres dirigidos a los niños, representaciones teatrales, danzas indígenas, entre otras actividades. Se exhiben ofrendas con las características de las 5 etnias que conviven en el estado: la náhuatl está toda cubierta de flor de cempasúchil, la mazahua, privilegia la fruta más que el adorno floral, La matlatzinca y la tlahuica son muy parecidas con frutas y cazos llenos de diversos platillos u por último, la otomí que es la única que cuenta con el copal
Platillos que se consumen	Mole rojo con guajolote, tamal de ceniza, pulque,

Fuente: elaboración propia

Ficha 62: Aniversario de Valle de Bravo

Nombre	Aniversario de la fundación de Valle de Bravo	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Centro de Valle de Bravo	15 de noviembre	15 de noviembre
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Se conmemora la fundación de esta ciudad con una ceremonia seguida de una pequeña celebración	La fundación se dio gracias a la conquista de frailes franciscanos que llegaron un 15 de noviembre de 1530 a las 10 de la mañana, después de una misa en un altar improvisado, procedieron a dar posesión en nombre de Dios y del rey de España, de las tierras y aguas del Valle habiéndose bautizado a este lugar con el nombre de "Pueblo del Valle"	
Observaciones	Rituales	
	Se realiza un acto cívico en el zócalo de Valle encabezado por el presidente municipal en el ahuehuete donde se realizó la misa en 153, posteriormente se realiza una verbena donde se realizan actividades artísticas, deportivas y culturales, también hay fuegos pirotécnicos, puestos de comida y juegos mecánicos	
Platillos que se consumen	Antojitos a base de maíz, atole, pilque, mole, tamales	

Fuente: elaboración propia

Ficha 63: Feria del pulque

Nombre	Feria del pulque	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
San Lorenzo	Mediados de octubre	Un día después de inaugurarse
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Esta feria se realiza para honrar y conocer más sobre esta bebida	Es organizada por la comunidad mazahua desde el 2016 con el propósito de honrar esta bebida sagrada y heredar las prácticas culturales de este grupo étnico a las nuevas generaciones	
Observaciones	Rituales	

Durante la comida en la que se puede convivir con la comunidad se explica la importancia de esta bebida para aliviar algunos dolores, su uso en ceremonias y como se elabora. La asistencia de visitantes no es muy alta, pero se espera que aumente en los siguientes años	Durante la inauguración de la feria se realiza una ceremonia a los cuatro puntos cardinales dirigida por el jefe supremo mazahua en la que se bendice al maguey, posteriormente se realizan danzas con magueyes, quema de cohetes y se reparte a los asistentes mole para que convivan con la comunidad mazahua del municipio acompañado de jarros de pulque para acompañar los alimentos
Platillos que se consumen	Pulque natural, curado de pulque, pan, mole,

Fuente: elaboración propia

La gastronomía de Valle de Bravo está basada en la combinación de la trilogía nacional que es frijol, chile y maíz; dentro de los platillos y bebidas tradicionales que ofertan se encuentran:

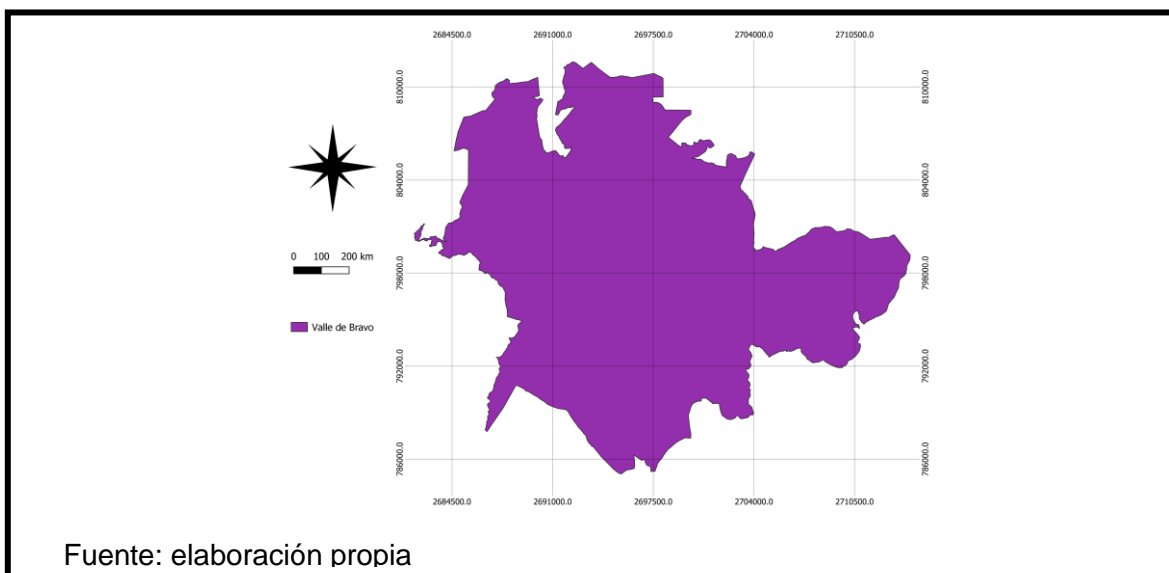
- Alcachofas: regularmente preparadas con cuatro quesos, se pueden encontrar en los mercados y restaurantes locales todo el año.
- Ates: se preparan con la variedad de frutas producidas en el municipio como el membrillo, guayaba y zarzamora; se pueden encontrar en los tianguis de los martes y los mercados locales.
- Carnitas con carne de puerco rostizada: se pueden encontrar todo el año en los tianguis y mercados locales, se preparan a base de carne de cerdo, manteca de cerdo, leche, jugo de naranja, azúcar quemada, sal y agua y tardan alrededor de tres horas en estar listas.
- Mole rojo: esta receta pertenece a los mazahuas, es un platillo fundamental para las festividades y celebraciones de este pueblo; se elabora mediante tres tipos de chiles secos que son la chilaca, chile mulato y jaral, también lleva ajonjolí, canela, pimienta, anís, ajo, cebolla, clavo, almendras, caldo de pollo, chocolate y sal.
- Cabeza de cerdo o res al vapor: cualquiera de estas dos proteínas se cocina con los mismos ingredientes y de la misma forma, lo único que cambia es el tiempo de cocción ya que el cerdo tardará un poco más en estar listo; los ingredientes que se ocupan son una cabeza de cerdo o res, ajo, cebolla, sal, pimienta, hojas de laurel y tarda aproximadamente 5 horas en estar listo.

- Tamal de frijol: suelen ser acompañamiento del mole rojo y se elaboran con masa de maíz, frijol negro, manteca de puerco, sal, hojas de aguacate, chile morita, envueltos en hojas de totemoxtle; es un platillo simple pero lleno de sabor.
- Tamal de charal: a diferencia de los tamales de frijol, estos no llevan masa de maíz, la masa está conformada por los charales molidos con epazote, chile y otros ingredientes que les aportan su gran sabor, se pueden encontrar todo el año en los mercados locales.
- Tamal de capulín: se trata de un tamal dulce y de color rojo dado por la fruta con que se elaboran, su base es de harina de maíz, capulines, azúcar y canela; esta es una receta prehispánica que sigue realizándose de la manera tradicional.
- Tamal de ceniza: también conocidos como corundas se preparan a base de maíz nixtamalizado, ceniza de leña, manteca de cerdo, sal y envueltos en hojas de maíz frescas; el sabor que aporta la ceniza es único y forma parte de las técnicas tradicionales de preparación de los alimentos usadas desde épocas prehispánicas.
- Nieves de frutas: se realizan con fruta natural sin ningún tipo de conservadores y de manera artesanal en barricas de madera y botes de acero que mantienen la temperatura necesaria para que tengan la consistencia y textura deseada.
- Piloncillo: se trata de un producto derivado de la caña de azúcar elaborado a partir de su jugo, el cual se calienta hasta que hierva y en una máquina revoladora se pone a espesar, cuando esto sucede se coloca en moldes de madera en forma de cono para desmoldarlos una vez que estén fríos; se usa como endulzante y en la elaboración de dulces y bebidas.
- Atole de frutas: esta bebida tiene como base el atole blanco espesado con masa de maíz a la que se le agrega la pulpa licuada o molida de la fruta que se desee, suele consumirse en las mañanas acompañada de un tamal o por la noche con un pan de leña.


- Sambumbia zende: se trata de una bebida fermentada elaborada con cebada o arroz molido, clavo, canela, pimienta, pulque, piloncillo y una hoja de maíz tostada y molida; esta bebida es herencia de los mazahuas que usaban esta bebida en rituales vinculados con aspectos agrarios y religiosos, aunque también es consumida de forma regular, es decir sin necesidad de hacer rituales o una celebración específica.
- Sambumbia: esta bebida es de origen cubano, sin embargo, su elaboración se volvió una tradición en Valle de Bravo; se prepara con miel de caña, agua y maíz quemado, esto se deja fermentar por seis días para poder consumirse.
- Licores de fruta: elaborados a base de alcohol de caña y frutas naturales de la región estos vinos son muy parecidos al mosquito que es una bebida típica de Toluca y que se elabora en diferentes municipios del Estado de México, su graduación alcohólica es alta y su sabor es dulce por lo que se recomienda consumirlo con cuidado.
- Pulque: obtenida del maguey, esta bebida cuenta con una feria dedicada a ella realizada por la comunidad mazahua de la localidad de San Lorenzo.

El mapa 39: Municipio de Valle de Bravo se presenta a continuación para visualizar la extensión territorial del lugar donde se realizan los platillos y bebidas expuestos anteriormente y que se encuentran con mayor detalle en las fichas 64: Alcachofas, 65: Ate, 66: Carnitas de cerdo, 67: Mole rojo, 68: Cabeza al vapor, 69: Tamal de frijol, 70: Tamal de charal, 71: Tamal de capulín, 72: Tamal de Ceniza Valle de Bravo, 73: Nieves, 74: Piloncillo, 75: Atole de fruta, 76: Sambumbia zende, 77: Sambumbia, 78: Pulque Valle de Bravo y 79: Licores presentadas enseguida y permiten realizar un análisis sobre las prácticas culinarias que se tienen actualmente en Valle de Bravo.

Mapa 39: Municipio de Valle de Bravo



Ficha 64: Alcachofas

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Alcachofas a los 4 quesos	Platos fuertes	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
No se consumen en una fecha especial, están disponibles todo el año en los restaurantes y mercados locales	<ul style="list-style-type: none"> - 4 alcachofas - jugo de un limón - 100 gr de queso manchego - 200 gr de queso de hebra - 100 gr de queso parmesano rallado - 100 gr de queso mozzarella - 90 gr de mantequilla - Sal - Pimienta 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual			
Sabor	<p>Al principio es ligeramente amargo y deja una sensación dulce al final que es muy sutil ya que el</p> <p>Se colocan las alcachofas en una olla con agua hasta que las cubra junto con la sal y el jugo de limón para cocerlas por 30 minutos aproximadamente hasta que estén bien cocidas; se escurren y se ponen en un molde cubierto de mantequilla.</p> <p>Se separan las hojas con cuidado de no desprenderlas, se colocan pedazos pequeños de mantequilla entre las hojas, posteriormente se les pone sal y pimienta para sazonarlas.</p>		

	sabor de los quesos predomina	En un recipiente se mezclan los quesos para después colocar un poco de esta mezcla sobre cada alcachofa; se hornean durante 15 minutos a 180°C o hasta que el queso se derrita
Textura	Carnosa y suave	


Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 65: Ate

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción	
Ate	Dulces	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México	
Estacionalidad	Todo el año			
Festividad	Ingredientes principales			
Se pueden encontrar en las ferias, celebraciones como día de muertos, día de la independencia y fiestas patronales	<ul style="list-style-type: none"> - 700gr de fruta (la que uno elija) - 500 gr de azúcar - 2 limones - 100 ml de agua 			
Análisis sensorial	Modo de preparación			
Visual	<p>Se limpian las frutas, es decir, si se usa manzana se le quita el corazón, a la guayaba se le quita el rabito negro, se trata de dejar solo aquello que es comestible; posteriormente se colocan en una olla con el jugo de los limones y el agua y se pone a hervir hasta que la fruta esté suave; una vez lista la fruta se licúa todo hasta formar un puré y se regresa a la olla, se le añade azúcar y se cocina moviendo constantemente la mezcla hasta que se pueda ver el fondo de la olla cuando se mueva, es decir, cuando espese.</p> <p>Se vacía el ate en un molde con papel encerado para que sea más fácil sacarlo y se refrigera por un día preferentemente, después de este tiempo se puede desmoldar y consumir</p>			
Sabor				Dulce, el sabor depende de la fruta con que se prepare
Textura				Suave y un poco arenosa


Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 66: Carnitas de cerdo

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Carnitas de cerdo	Platos fuertes	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se consumen en fiestas patronales y ferias, aunque también se encuentran en los tianguis, mercados y restaurantes locales	<ul style="list-style-type: none"> - 1 kg de carne de cerdo - 1 kg de manteca de cerdo - ¼ de taza de leche - ¼ de taza de jugo de naranja - 3 cucharadas de azúcar morena - Sal de grano - Agua 		
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual		<p>En un cazo de cobre grande calentar la manteca cuidando que no llegue a hervir y agregar la carne. Aparte se diluye la sal en un recipiente con suficiente agua; esto se le agrega lentamente al agua cuidando que la temperatura de la manteca no baje y al mismo tiempo que no esté muy alta para que no queme la carne; se deja cocinando por aproximadamente tres horas (depende de la cantidad de carne). Pasado este tiempo se agrega la leche, el jugo de naranja y el azúcar; se retira la carne de la grasa hasta que esta esté bien cocida y suave</p>	
Sabor	Ligeramente salado y con una sensación grasosa en boca, aunque depende la parte del cerdo que se coma el sabor que tienen		
Textura	Suave en general, depende de la parte del cerdo que se coma, las partes que están conformadas de cartílago son un poco duras		


Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 67: Mole rojo

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Mole rojo (mazahua)	Salsas	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se puede encontrar en las ferias y fiestas patronales	<ul style="list-style-type: none"> - Chile ancho (jaral) - Chile pasilla (chilaca) - Chile mulato - Almendras - Canela - Ajonjolí - Anís - Ajo - Cebolla - Clavo de olor - Pimienta - chocolate amargo - Caldo de pollo - Sal - Tortilla de maíz 		
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual		Se les quitan las venas y semillas a los chiles y se ponen a tostar en un comal a fuego medio, solo se tuestan un poco y después se ponen en agua hirviendo y se reservan.	
Sabor	Un poco picante con notas de las especias que lo conforman	Se muelen el ajo, la cebolla, los chiles y la tortilla para luego freírlos y posteriormente se licuan con un poco de caldo de pollo hasta que hierva la mezcla; en este momento se agrega el chocolate y un poco más de caldo de pollo para evitar que se pegue y se deja a fuego bajo media hora aproximadamente hasta que tenga la consistencia deseada y esté listo para servir;	
Textura	Un poco espeso y con sensación ligeramente arenosa (en algunos lugares puede ser más líquido)	se le agrega ajonjolí tostado una vez servido	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 68: Cabeza al vapor

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Cabeza de res o cerdo al vapor	Platos fuertes	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad		Todo el año	
Festividad		Ingredientes principales	
Se encuentra en las ferias y mercados locales		<ul style="list-style-type: none"> - Cabeza de cerdo o res - Ajo - Cebolla - Sal - Pimienta - Hojas de laurel 	
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual		<p>En una olla profunda a modo de vaporera, es decir con un poco de agua al fondo y sobre esta una base que la cubra para colocar ahí los ingredientes (hay quien pone una moneda para saber si hace falta agregar agua mientras se cocina el platillo.</p> <p>Se coloca la cabeza (puede ser entera o partida a la mitad, según sea necesario) con el ajo, cebolla, hojas de laurel, sal y pimienta para ponerlo a cocer durante 4 horas aproximadamente en el caso de la res y 5 horas en el caso del cerdo, pasado este tiempo se revisa y si falta sal se le agrega junto con un poco más de agua, se deja por 5 o 10 minutos más y se retira del fuego para poder servir</p>	
Sabor	Ligeramente salado e intenso		
Textura	Suave		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 69: Tamal de frijol

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Tamal de frijol	Antojitos	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad		Todo el año	
Festividad		Ingredientes principales	
Suelen ser acompañamiento del mole rojo por lo que se consumen en fiestas patronales, ferias, mercados y restaurantes locales		<ul style="list-style-type: none"> - 1 ½ kg de masa para tortillas - 200 gr de manteca de puerco - Sal - 250 gr de frijol negro cocido - 6 hojas de aguacate tostadas - 6 chiles morita asados y remojados - Hojas de totemoxtle 	
Análisis sensorial		Modo de preparación	

Visual		<p>Se muelen los frijoles con las hojas de aguacate y los chiles y sal hasta formar un puré, este será el relleno de los tamales.</p> <p>A la masa de tortillas se le agrega agua hasta hacerla manejable, después se mezcla con la manteca y un poco de sal hasta que todo esté muy bien incorporado; esta masa se extiende sobre un plástico en una mesa y sobre ella se untan los frijoles preparados al principio, posteriormente se envuelve a manera de rollo; se cortan trozos de 10 cm aproximadamente a lo largo de este, cada trozo se envuelve en las hojas de totemoxtle previamente remojadas y escurridas.</p> <p>Por último, se colocan en una olla tamalera o vaporera forrada con algunas hojas de totemoxtle para dejarlos cocer alrededor de una hora, estarán listos cuando la masa se desprenda de la hoja fácilmente</p>
Sabor	El frijol adquiere el sabor del chile sin que llegue a ser picante y de la hija de aguacate	
Textura	Suave y un poco arenosa	


Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 70: Tamal de charal

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Tamal de charal	Antojitos	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se consumen de manera regular y se encuentran en los mercados y ferias locales	<ul style="list-style-type: none"> - 500 gr de charales - Epazote al gusto - 15 piezas de chile serrano - 100 gr de cebolla - 10 Hojas de maíz previamente remojadas para suavizarlas - Sal al gusto 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		<p>Lavar los charales para eliminar el exceso de sal. Remojar las hojas hasta reblandecer y escurrir. Colocar una porción de charales dentro de la hoja de maíz, agregar chiles picados, cebolla y epazote. Envolver con doble hoja a manera de tamal. Colocar directo sobre un comal por 10 minutos hasta que las hojas se tatemén.</p>	
Sabor	Salado y picante		
Textura	Ligeramente crujiente		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 71: Tamal de capulín

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Tamal de capulín	Antojitos	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad	Suele prepararse en primavera ya que el fruto se da en esta temporada		
Festividad	Ingredientes principales		
Se consume en las fiestas patronales, ferias y también se puede encontrar en los mercados locales	<ul style="list-style-type: none"> - 1 kg de capulín - 50 gr de harina o masa de maíz - 250 gr de azúcar - 3 rajas de canela - Hojas de totemoxtle 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		Se pueden preparar de dos formas; la primera es poner los capulines en una olla de barro y cocinarlos hasta que estén muy suaves, en este punto se les agrega la harina poco a poco y se mezcla bien, después se les agrega el azúcar y la canela, después de un par de minutos se retira del fuego; se pone una porción de la mezcla en una hoja de totemoxtle y están listos para comer. La segunda forma de hacerlos es cocinar los capulines con el azúcar y la canela, una vez listos se dejan enfriar, se revuelven con la masa de maíz para formar una pasta, se coloca una porción de masa en una hoja de totemoxtle y se cocinan en una vaporera por una hora u hora y media	
Sabor	Dulce		
Textura	Suave y un poco arenosa		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 72: Tamal de ceniza Valle de Bravo

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Tamal de ceniza (corunda)	Antojitos	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se consumen en día de muertos, ferias y también se encuentran en mercados locales	<ul style="list-style-type: none"> - 750 gr de harina de maíz - 300 gr de ceniza de leña - 200 gr de manteca de cerdo - Sal - Hojas de maíz frescas 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		

Visual		Se coloca en un recipiente la manteca para batirla a mano hasta que tome una consistencia cremosa, se le agrega la harina de maíz y la ceniza de manera envolvente, se sigue batiendo por alrededor de media hora hasta que duplique su tamaño la masa; cuando esta lista la masa se coloca una porción de ella en una hoja de maíz fresca previamente lavada y escurrida para envolverla y darle forma de triángulo, esto se repite hasta terminar la masa. Se colocan los tamales en una olla tamalera o vaporera y se cocinan por una hora aproximadamente; se sirven como acompañamiento de diferentes platillos como cerdo en salsa verde o mole
Sabor	Se percibe un sabor ahumado	
Textura	suave	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 73: Nieves

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Nieves	Postres	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se pueden conseguir en los mercados y con vendedores ambulantes	<ul style="list-style-type: none"> - Hielo - Azúcar - Jugo de fruta (depende del sabor de la nieve) - Agua 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		Se requiere una tina de madera o barrica la cual, con un bote de acero inoxidable dentro se llena poco a poco con una cama de hielo y otra de sal; cuando el hielo llegue hasta arriba y el bote esté a una temperatura bajo cero se vierte el jugo de la fruta, azúcar y agua en el bote de acero y se bate con una pala de madera. A partir de este momento quien prepara la nieve se encarga de girar con fuerza durante varios minutos el bote intercalando el uso de la pala para obtener la consistencia y textura que se desean. Este proceso tarda alrededor de una hora a hora y media. El propósito de girar es para que los ingredientes se peguen a las paredes de acero y la parte de abajo se congele, si no se hace de esta manera la nieve se convierte en un bloque de hielo; se debe revisar el deshelado ya que a pesar de tener sal entre el hielo se llega a derretir y se debe continuar poniendo capas de hielo y sal hasta que quede la nieve y para conservarla una vez lista	
Sabor	Dulce, el sabor es de fruta natural		
Textura	Es más ligera y líquida que la de un helado		


Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 74: Piloncillo

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Piloncillo	Endulzante	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Estacionalidad		Todo el año	
Festividad		Ingredientes principales	
Es un endulzante usado en la preparación de dulces, bebidas y platillos tradicionales		- Jugo de caña	
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual		se calienta el jugo de caña en un horno hasta que hierva y en una máquina revoladora se pone a espesar, cuando esto sucede se coloca en moldes de madera en forma de cono para desmoldarlos una vez que estén fríos	
Sabor	Dulce, intenso con notas a caramelo		
Textura	Sólida y granulosa		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 75: Atole de fruta

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Atole de fruta	Bebidas tradicionales sin alcohol	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - 500 gr de fruta (puede ser guayaba, piña, fresa, entre otras) - 250 gr de masa de maíz - 1 rama de canela - 2 litros de agua - 250 gr de piloncillo 		<p>Se limpia la fruta, es decir, se deja solo aquello que es comestible y se parte en 4 partes de preferencia.</p> <p>En una olla se pone la fruta, medio litro de agua y canela y se cocina a fuego medio por 10 minutos aproximadamente hasta que la fruta este suave y el agua reduzca. Aparte en otra olla se colocan los 2 litros de agua con el piloncillo y se disuelven.</p> <p>Una vez lista la fruta se le quita la rama de canela y se licúa con la masa y un poco del agua donde se coció la fruta, después se cuele y se pasa a la olla donde está el piloncillo y se deja hervir por 10 minutos moviendo a ratos hasta que quede ligeramente espeso</p>	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual		Suele tomarse por las mañanas acompañado de un tamal o pan	

Sabor	Dulce y adquiere el sabor de la fruta con que se prepare	
Textura	Ligeramente espesa	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 76: Sambumbia zende

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Sambumbia zende	Bebidas tradicionales con alcohol	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - Arroz o cebada molidos - Canela - Jugo de piña - Clavo - Pimienta - Hoja de maíz tostada y molida - Pulque - Piloncillo 		Esta bebida es de origen mazahua, se puede preparar con arroz o cebada molidos, a los cuales se les agrega jugo de piña, canela, clavo, pimienta, una hoja de maíz tostada y molida y pulque; se endulza con piloncillo y se deja fermentar por un día en un lugar cerrado y fresco	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual		Es una bebida refrescante que se toma sobre todo en época de calor, hoy en día su consumo ha disminuido igual que la transmisión de saberes en relación con el proceso e ingredientes empleados en su elaboración.	
Sabor	Ligeramente agrio y dulce		
Textura	Líquida		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 77: Sambumbia

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Sambumbia	Bebidas tradicionales sin alcohol	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - Miel de caña - Agua - ¼ de mazorca de maíz quemado 		En un recipiente de cristal se añade la miel de caña, el agua (2 litros aproximadamente) y se agrega la mazorca de maíz quemado, posteriormente se tapa el recipiente y se deja fermentar por seis días; pasado este tiempo se cuela, se le añade un poco más de agua y está lista para tomar	
Análisis sensorial		Modo de consumo	

Visual		Es una bebida de origen cubano, sin embargo, su preparación se volvió una tradición en Valle de Bravo y es muy buscada por los visitantes. Se consume en días de calor como agua de día
Sabor	Dulce y un poco agrio	
Textura	Líquida	


Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 78: Pulque Valle de Bravo

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Pulque	Bebidas tradicionales con alcohol	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
- Maguey		<p>Cuando la planta de maguey ha alcanzado una edad entre 8 y 12 años, la planta se “quiebra” o se “capa” para evitar que el corazón del maguey crezca y se convierta en quiote y este empiece a alimentarse de la savia; posteriormente se rapa el maguey para la obtención del aguamiel a través de succión por medio de un acocote (se pueden obtener entre tres y cuatro litros diarios de aguamiel durante seis meses aproximadamente).</p> <p>El aguamiel se almacena en tinacales que son espacios cerrados donde es depositado en ollas de barro para comenzar el proceso de fermentación que se produce por bacterias y levaduras</p>	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual		<p>Se consume de manera regular como bebida alcohólica en las diferentes pulquerías tradicionales de la región y en algunos platillos como ingrediente dentro de la preparación; también se preparan curados de diferentes sabores utilizando frutas locales.</p> <p>La localidad principal que lo elabora es San Lorenzo</p>	
Sabor	Un poco amargo y ácido		
Textura	viscosa		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 79: Licores

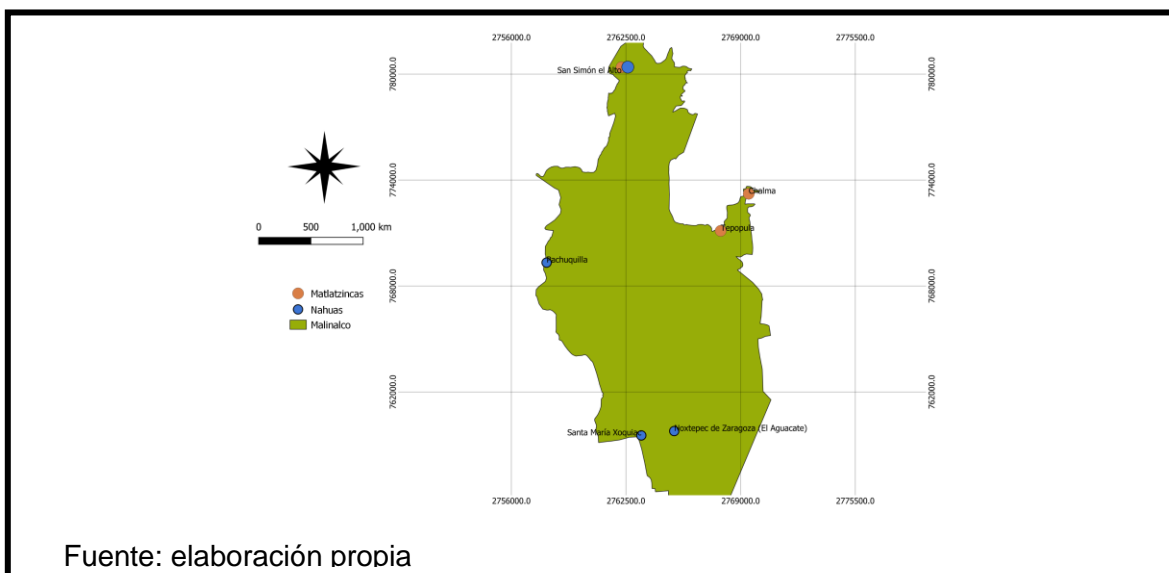
Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Licores de fruta	Bebidas tradicionales con alcohol	Altiplano Centro	Valle de Bravo Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - Alcohol de caña -Fruta a elección (nanche, guayaba, anís, tejocote, zarzamora, membrillo, entre otras) - Azúcar granulada - Agua potable 		<p>Se lava la fruta y se le realizan perforaciones con un palito (esto ayuda a que el alcohol penetre en la fruta), se coloca la fruta hasta llenar un tercio del envase donde va a reposar y se rellena con alcohol de caña por completo para después sellarlo teniendo cuidado de dejarlo muy bien cerrado ya que si queda un poco abierto el alcohol puede volatizar el alcohol. Se deja reposar durante cinco meses aproximadamente en un lugar fresco y oscuro; pasado este tiempo se pasa por un colador para separar la fruta del líquido.</p> <p>En este punto se realiza un almíbar con 500 gr de azúcar granulada con 300ml de agua y dejar enfriar un poco, no completamente, posteriormente se agrega el almíbar al alcohol infusionado mezclando lentamente, una vez que está bien incorporado el almíbar se llenan las botellas para su venta con ayuda de un embudo</p>	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual		Se toman como digestivo, bebida alcohólica y en repostería	
Sabor	Dulce, adquiere el sabor de la fruta con que se prepara		
Textura	Líquida		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

4.3- Malinalco

Dentro de las localidades que conforman el municipio se encuentran: Malinalco que es la cabecera municipal, Monte Grande, Emiliano Zapata, Cerro Pelón, Angostura, Colonia Hidalgo, Colonia Juárez, Noxtepec de Zaragoza, Pachuquilla, Palo dulce, Palmar de Guadalupe, San Sebastián, entre otros; la temperatura máxima es de 23.5°C y la mínima es de 17.1°C. En él conviven los grupos indígenas nahuas y matlatzincas y se hablan el náhuatl, otomí, mazahua,

Mapa 41: Etnias en Malinalco



Ficha 80: Información geográfica de Malinalco

Nombre		Malinalco
Dimensión geográfica		
Ubicación geográfica	Se localiza entre las coordenadas geográficas 19° 57' 07" latitud norte y entre 99° 30' 06" longitud oeste	
Temperatura	La temperatura máxima es de 23.5°C y la mínima es de 17.1°C	
Tipo de flora	Tipo de fauna	Localidades involucradas
En las variedades de la vegetación mencionamos los siguientes: en los canales de riego y los manantiales: ahíles, sauces y ahuehuetes; en las zonas secas: guaje, tepehuaje, huajillo, timbre, palo dulce; en las huertas: aguacate, níspero, cítrico,	Se pueden encontrar trucha, rana, vacas, caballos, borregos, aves de corral. También se encuentra venado, tejón, mapache, tlacoyote, cacomixtle, zorrillo listado, coyote, zorro, gato montés, conejo, tlacuache, armadillo, y entre las aves predatoras tenemos: gavilán, halcón, lechuza, zopilotes, garzas, cuervos y demás. Reptiles como tortuga, lagartija, víbora de cascabel y distintas clases de serpientes. En arroyos y manantiales se encuentran cangrejos de agua dulce y otros.	En él conviven los grupos indígenas nahuas y matlatzincas. Dentro de las localidades que conforman el municipio se encuentran: Malinalco que es la cabecera municipal, Monte Grande, Emiliano Zapata, Cerro Pelón, Angostura, Colonia Hidalgo, Colonia Juárez, Noxtepec de Zaragoza, Pachuquilla, Palo dulce, Palmar de Guadalupe, San Sebastián, entre otros

ciruelos, zapote, plátano y café.		
Lenguas que se hablan		Náhuatl, otomí, mazahua, zapoteco, triqui

Fuente: elaboración propia

Algunos de los productos obtenidos de las actividades agropecuarias que se realizan en Malinalco son:

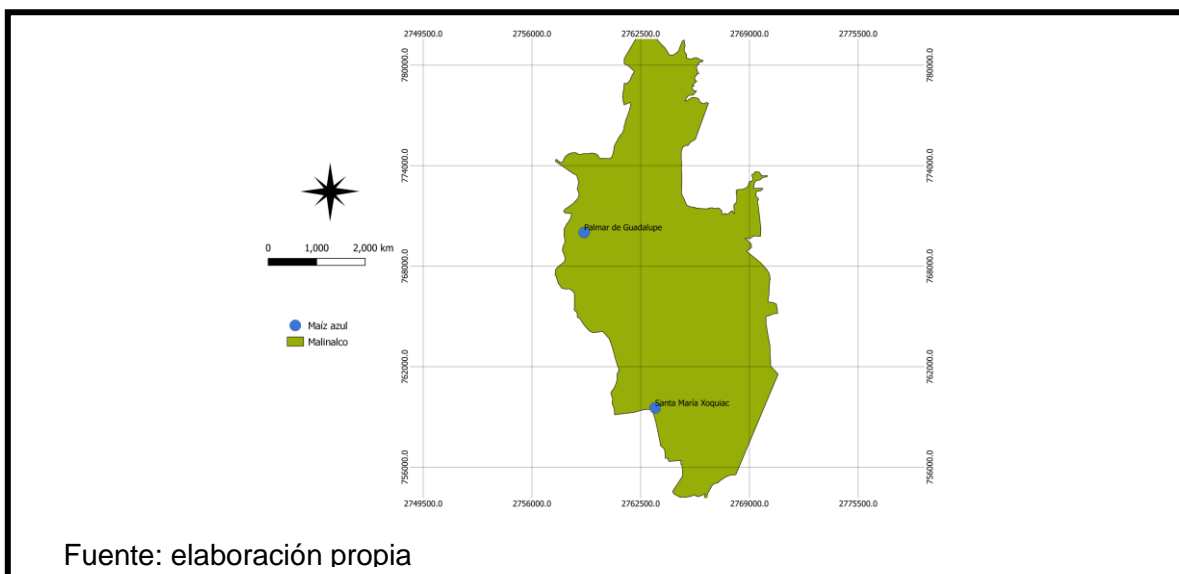
- Maíz azul: este tipo de maíz se utiliza en la elaboración de masa para antojitos, pinole, atole y tortillas, también se puede consumir solamente cocido siendo su sabor ligeramente dulce a comparación de otras variedades de maíz.
- Guayaba rosa: se encuentra durante todo el año, su sabor es dulce y es muy aromática por lo que se usa en la preparación de diferentes postres, dulces y bebidas; sus hojas suelen usarse para infusiones como auxiliar en problemas estomacales.
- Maíz cacahuazintle: es de grano grande con sabor dulce, se cosecha antes del mes de diciembre ya que mientras mayor sea el porcentaje de humedad, el grano es más susceptible a plagas y enfermedades que lo pueden podrir.
- Miel: suele recolectarse en verano y otoño seleccionando la miel suficientemente madura y la recolección puede ser de panal completo o extrayendo únicamente la miel.
- Trucha arcoíris: se produce en mayor cantidad en el barrio de soledad, su reproducción se realiza solo una vez al año durante los meses de octubre a marzo, pero se puede encontrar disponible todo el año para su consumo en las diferentes formas de preparación que tienen los restaurantes y cocineras del municipio.
- Jitomate: la siembra se realiza a finales de diciembre y principios de enero para ser cosechado cuatro meses después y se recolecta de forma manual; se usa en diferentes preparaciones como salsa, sopas, guisos, ensaladas, entre otras.

- Alverjón: se siembra todo el año, para su obtención se dejan secar los granos de las vainas de chícharo maduras; poseen un sabor ligero y un poco insípido teniendo una textura en crudo dura y suave cuando está cocido.
- Frijol flor de mayo: este tipo de frijol es de un color más claro con un sabor ligeramente dulce y una textura cremosa y suave al cocinarlo, es usado para acompañar algunos guisos o como relleno de antojitos a base de maíz.
- Aguacate: Se puede cosechar durante todo el año, sin embargo, los meses de octubre y febrero son los que mayor producción se tiene, mientras que entre marzo y mayo es más baja; se consume la pulpa del producto quitando la cáscara y la semilla del interior; es usado para elaborar salsas y diferentes platillos.
- Níspero: de sabor refrescante, agrídulce y textura carnosa, esta fruta se usa en la elaboración de dulces y bebidas, aunque también puede consumirse fresco como botana; la cosecha se realiza en primavera cuando ya están maduros.
- Ciruela: su cosecha se realiza desde junio hasta agosto, posee un sabor dulce y ácido con una textura carnosa y un color rojizo; suele consumirse fresca y es usada en la elaboración de dulces, aguas frescas y diferentes platillos.
- Zapote negro: esta fruta tiene una textura cremosa muy parecida a la de un mousse, con sabor dulce y aterciopelado, así como un color negro característico por dentro y por fuera posee un color verde, es un ingrediente muy popular de la época prehispánica; actualmente se usa en la elaboración de dulces, nieves y bebidas.
- Café: su recolección se realiza de septiembre a marzo, este producto es usado en la elaboración de bebidas alcohólicas y postres tradicionales.
- Lima: pertenece a la familia de los cítricos, tiene un sabor ácido y dulce a la vez; se utiliza en la preparación de mermeladas, bebidas, helados y como complemento en sopas y ensaladas.


- Caña: Se utiliza en la preparación de bebidas y dulces; la parte fibrosa no se consume, únicamente su jugo; esta planta se siembra durante las épocas de primavera y verano para ser cosechada en otoño e inicios de invierno.

Esta información permite ubicar en los mapas 42: Malinalco maíz azul, 43: Malinalco maíz cacahuacintle, 44: Malinalco miel, 45: Malinalco caña, 46: Malinalco trucha arcoíris, 47: Malinalco guayaba rosa, 48: Malinalco alverjón, 49: Malinalco jitomate, 50: Malinalco frijol flor de mayo, 51: Malinalco café, 52: Malinalco ciruela, 53: Malinalco lima, 54: Malinalco níspero, 55: Malinalco zapote negro y 56: Malinalco aguacate, presentados enseguida, la ubicación donde se produce cada uno de estos alimentos, así como también realizar un análisis sobre el modo de consumo que se tiene para cada uno de ellos, esto mediante los datos expuestos en las fichas 81: Malinalco maíz azul, 82: Malinalco maíz cacahuacintle, 83: Malinalco miel, 84: Malinalco caña, 85: Malinalco trucha arcoíris, 86: Malinalco guayaba rosa, 87: Malinalco alverjón, 88: Malinalco jitomate, 89: Malinalco frijol flor de mayo, 90: Malinalco café, 91: Malinalco ciruela, 92: Malinalco lima, 93: Malinalco níspero, 94: Malinalco zapote negro y 95: Malinalco aguacate presentadas a continuación.

Mapa 42: Malinalco maíz azul

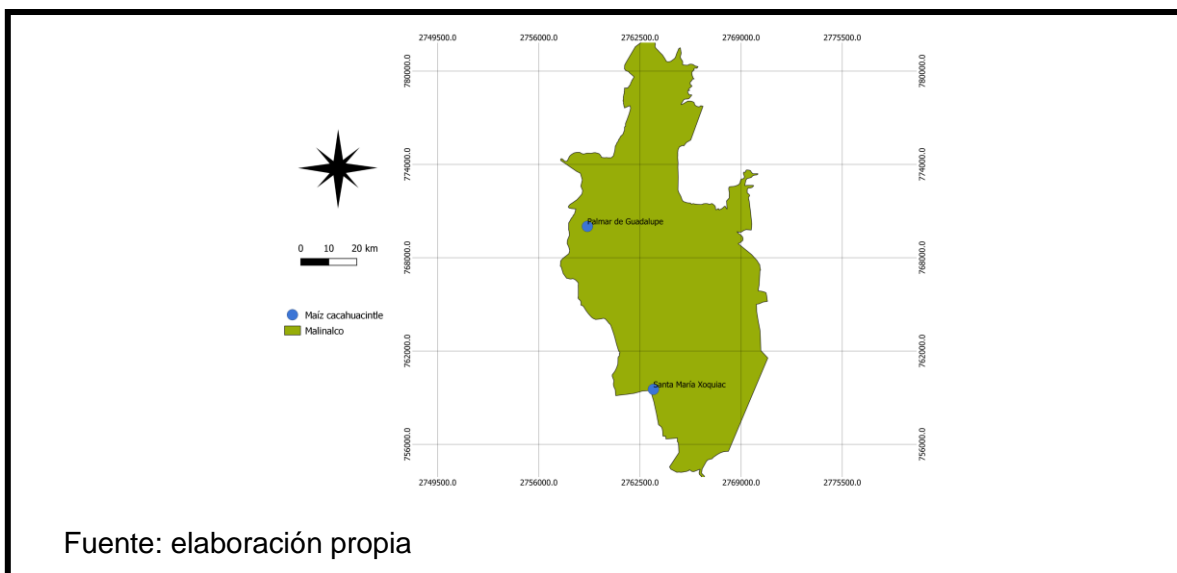


Ficha 81: Malinalco maíz azul


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Maíz azul	Cereales, granos y harinas	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Maíz de temporal que se siembra entre marzo y junio		Entre los 110 y 195 días después de la siembra	Palmar de Guadalupe y Santa María Xoquiac
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		El maíz se cultiva con diferentes propósitos como la producción de forraje verde y ensilaje para consumo animal, producción de granos secos o como hortaliza (elote) para el consumo humano	
Sabor	Un poco más dulce que el maíz convencional		
Textura	De grano grande a mediano y de textura harinosa	Técnicas de recolección tradicionales	
		Cosecha y recolección de elotes para el consumo humano. Arranque y desgrane de mazorcas maduras para obtener granos secos; se corta la planta después de la cosecha de mazorcas	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 43: Malinalco maíz cacahuacintle

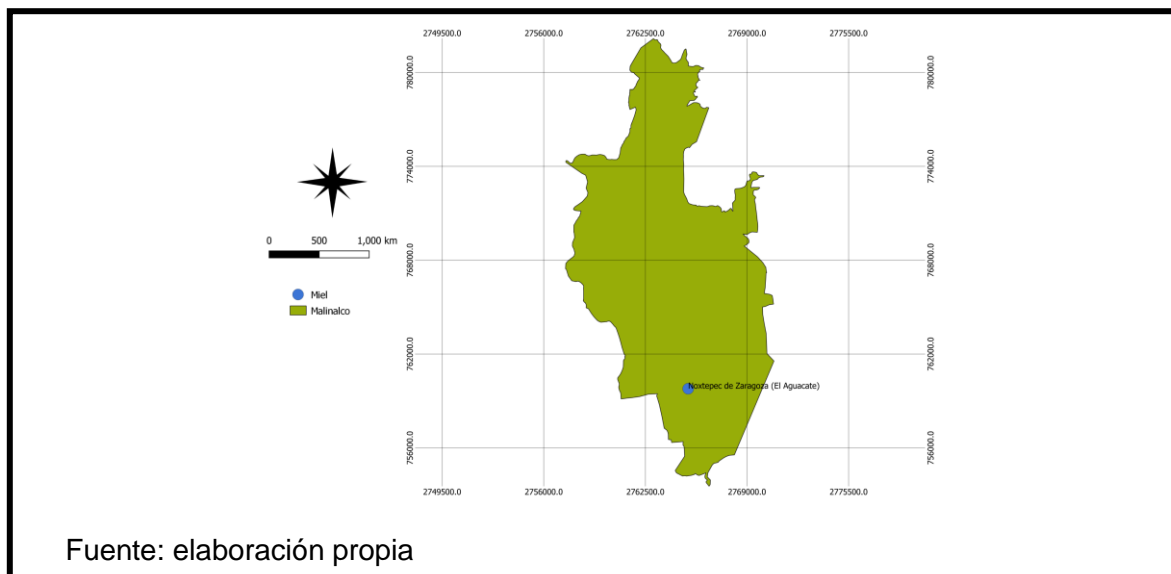


Ficha 82: Malinalco maíz cacahuacintle

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Maíz cacahuacintle	Cereales, granos y harinas	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Maíz temporal que se siembra entre marzo y mayo		Generalmente se realiza en los meses de diciembre y enero	Palmar de Guadalupe y Santa María Xoquiác
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		El maíz se cultiva con diferentes propósitos como la producción de forraje verde y ensilaje para consumo animal, producción de granos secos o como hortaliza (elote) para el consumo humano	
Sabor	Dulce		
Textura	De grano grande, textura suave y consistencia harinosa	Técnicas de recolección tradicionales	
		La cosecha se realiza una vez que el grano presenta un porcentaje de humedad menor o igual a 11 por ciento; si la cosecha se realiza antes de diciembre y con mayor porcentaje de humedad el grano es susceptible a plagas y enfermedades lo que propicia manchado o pudrición del grano	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 44: Malinalco miel

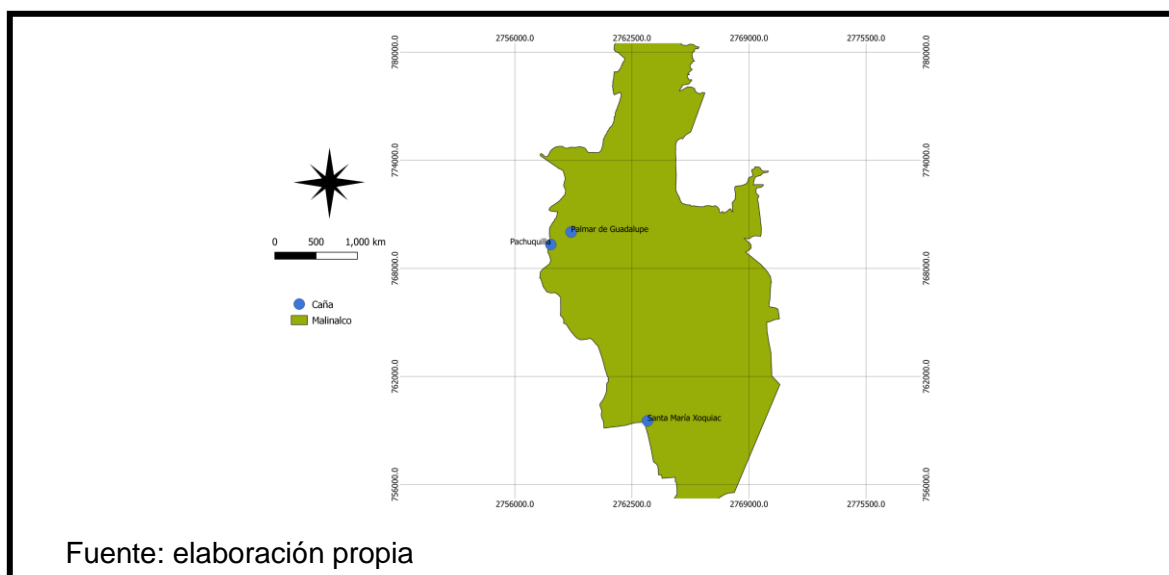


Ficha 83: Malinalco miel

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Miel	Edulcorante	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Primavera (es la época de pre-cosecha)	Generalmente se extrae en verano y otoño	Noxtepec de Zaragoza	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se puede consumir tanto el panal como la miel. Se consumen al natural para endulzar bebidas o alimentos, como postre y también se usa en la preparación de salsas y dulces tradicionales	
Sabor	Dulce y ligeramente ácida		
Textura	Ligeramente espesa y pesada	Técnicas de recolección tradicionales	
		Se puede recolectar el panal completo, para esto se necesita mucha experiencia y tener mucho cuidado con la colmena; también se puede extraer la miel seleccionando aquellos marcos que están listos para su recolección, con ayuda de algo parecido a un cuchillo caliente se retira la cera y se colocan los marcos en el extractor de miel (este aparato funciona con fuerza centrífuga) para llenar los recipientes donde se quiera depositar la miel	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 45: Malinalco caña

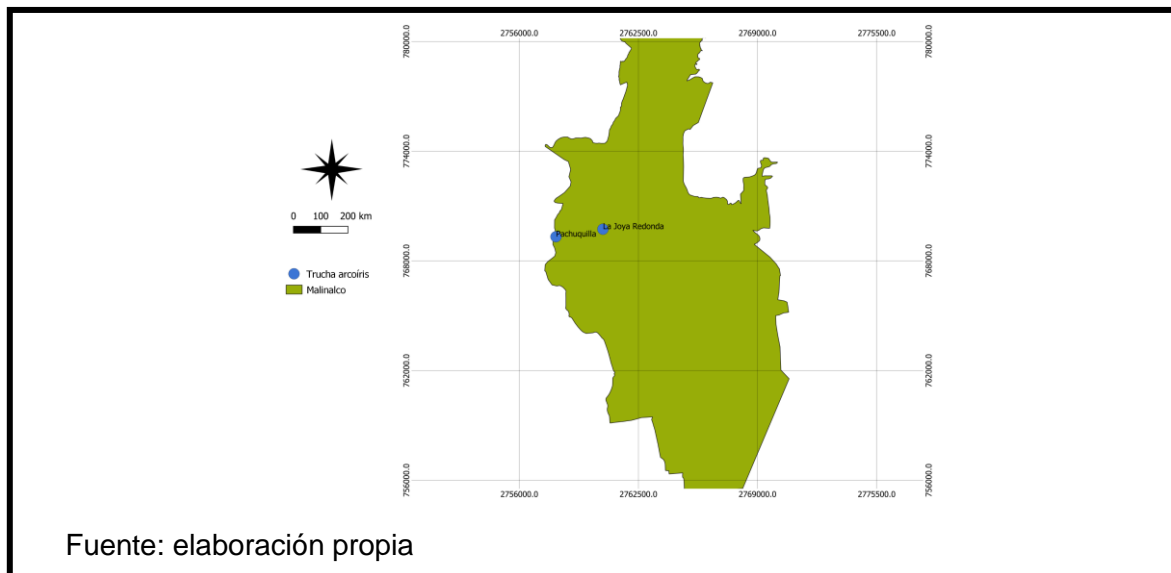


Ficha 84: Malinalco caña


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Caña de azúcar	Plantas con tallo	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Primavera- Verano		Otoño e inicios de invierno	Palmar de Guadalupe, Pachuquilla y Santa María Xoquiac
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		El tallo de la caña se puede consumir como futa extrayendo únicamente su jugo, sin consumir la parte fibrosa del producto y también se usa en la preparación de bebidas y de endulzantes como el piloncillo	
Sabor	dulce		
Textura	Dura y fibrosa	Técnicas de recolección tradicionales	
		Se realiza el primer corte del tallo de caña para fruta a finales de octubre, continua en noviembre, diciembre y en poca proporción a principios de enero, posteriormente se cortan, amarran y en su caso se pelan las cañas para su comercialización	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 46: Malinalco trucha arcoíris

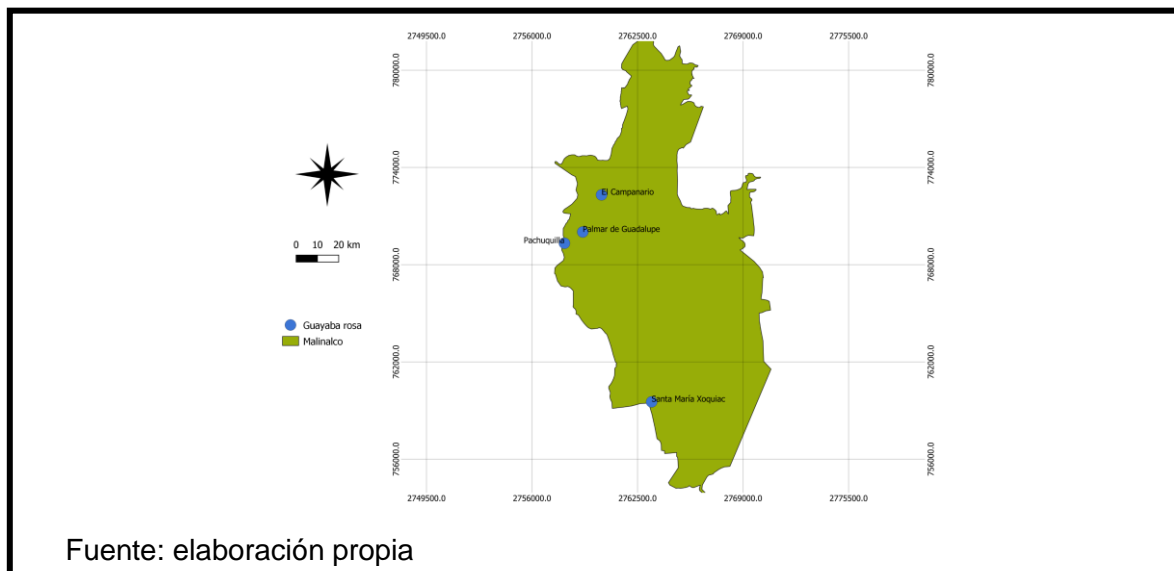


Ficha 85: Malinalco trucha arcoíris

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Trucha arcoíris	Pescados y mariscos	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Se reproduce una vez al año durante los meses de octubre a marzo		Se realiza un ciclo de cosecha al año que dura alrededor de siete meses	Pachuquilla y La Joya
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume todo en el pescado menos el esqueleto y las tripas; después de limpiarlo (quitar las tripas y los huevos) se puede preparar de la manera que más agrade (empapelado, al mojo de ajo, a la diablo, entre otros). Los huevos se consumen de diferentes formas	
Sabor	Suave		
Textura	Suave, se deshace con facilidad		
		Técnicas de recolección tradicionales	
		Normalmente se realiza la pesca deportiva con cañas de pescar y anzuelos, sin embargo, también se pueden recolectar con redes (esto es común cuando se van a comerciar)	


Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 47: Malinalco guayaba rosa



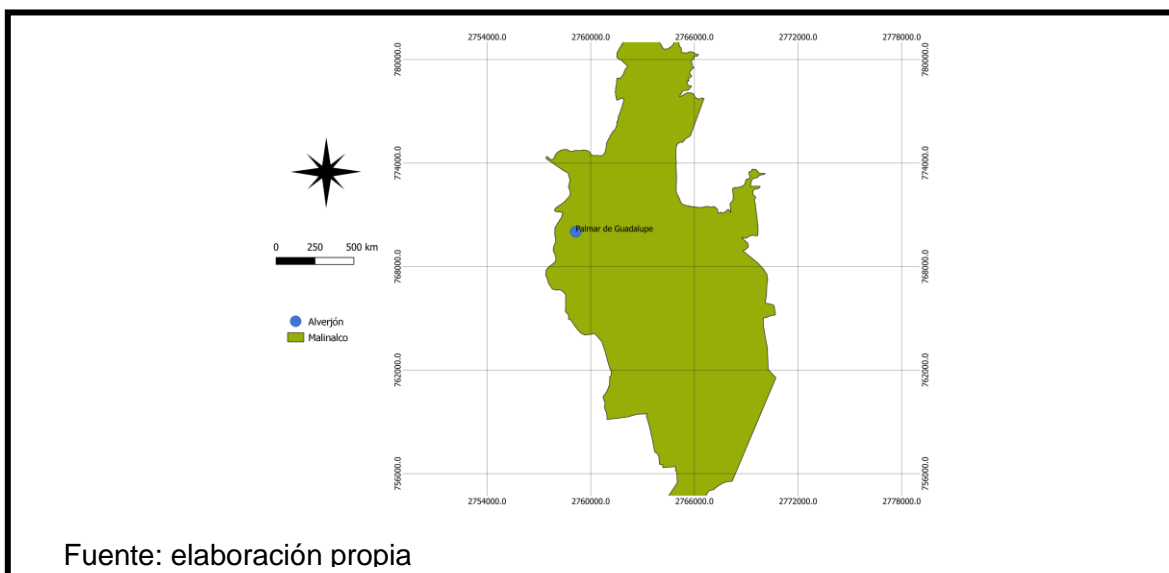
Fuente: elaboración propia

Ficha 86: Malinalco guayaba rosa


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Guayaba rosa	Frutas	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Cualquier época del año		A finales de verano/ principio de otoño y a finales de invierno/ principios de primavera	Palmar de Guadalupe, Pachuquilla, El Campanario y Santa María Xoquiac
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume la fruta con todo y cáscara y se usa para comer sola como fruta, como dulce, en postres, en bebidas como tés o aguas frescas y también se realizan tés con sus hojas	
Sabor	Dulce		
Textura	Suave y con pequeños huesos duros	Técnicas de recolección tradicionales	
		El índice de madurez depende del uso que se le dará, para usarlos de inmediato se toman aquellos que tengan un color amarillo; si se desea mantener un tiempo antes de usarlo se toman aquellos que tengan un color verde amarillento. La recolección se hace de manera manual, únicamente se jala el fruto del árbol	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 48: Malinalco alverjón

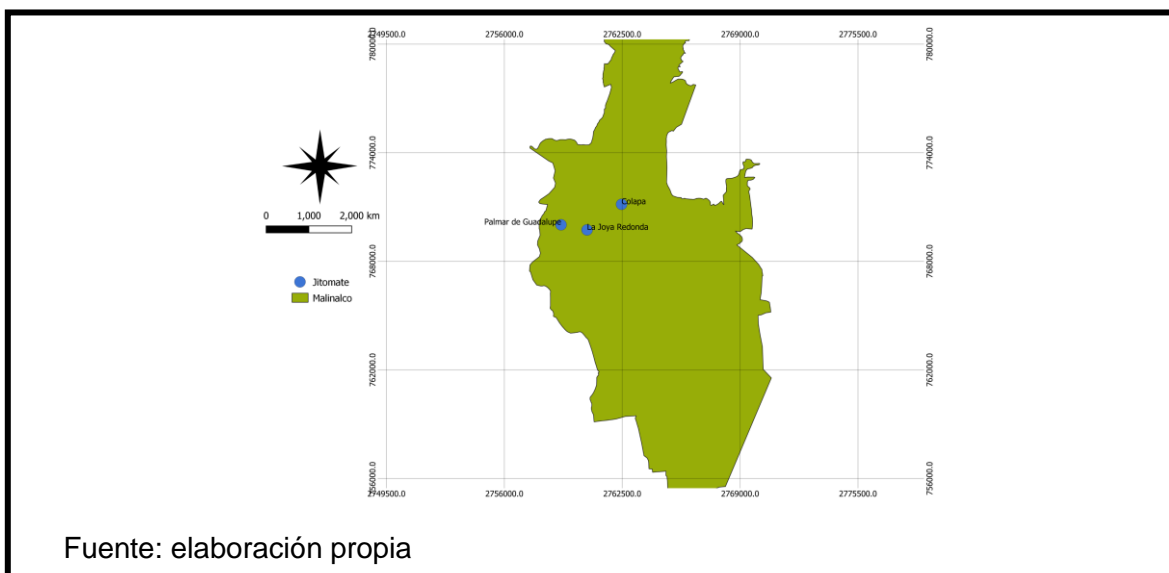


Ficha 87: Malinalco alverjón

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Alverjón	Legumbres	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Se siembra todo el año		Los meses de mayor producción son los meses de abril, mayo, septiembre y octubre	Palmar de Guadalupe
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		El alverjón son los granos de chícharo secos por lo que esta es la única parte que se ocupa en este caso. Se cuece igual que el frijol y se usa en sopas, en pasta y de relleno para tamales y tlacoyos	
Sabor	Su sabor es ligero y un poco seco (a algunas personas se les hace insípido por si solo)		
Textura	En crudo son duros y ya cocidos son blandos (lo suficiente para hacerlos como puré)		
		Técnicas de recolección tradicionales	
		Se recolecta a mano tomando las vallas de chícharo maduras y dejando secar sus granos	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 49: Malinalco jitomate

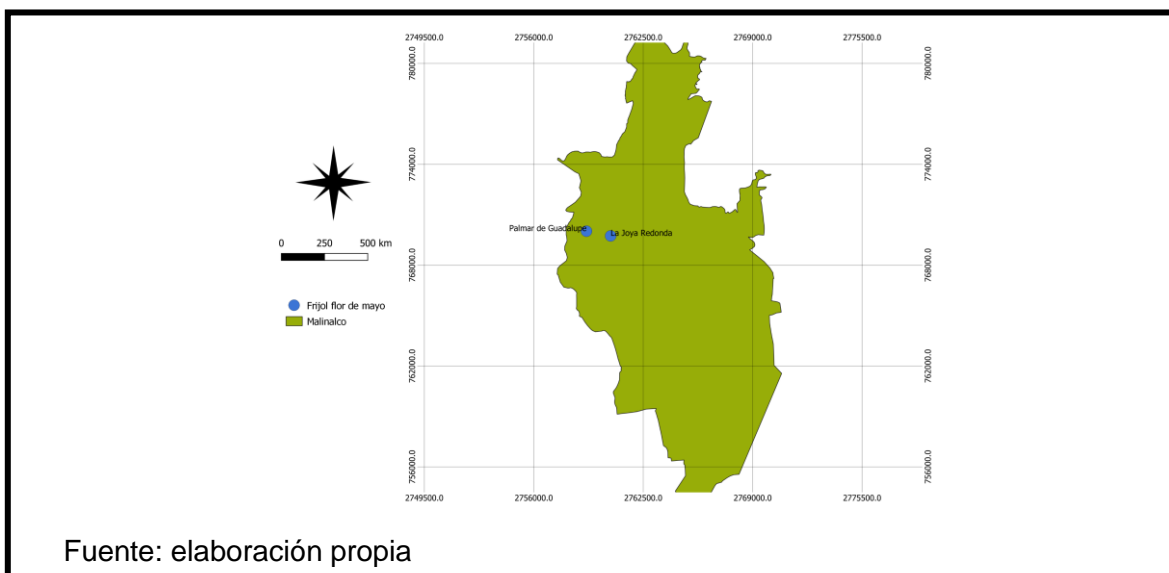


Ficha 88: Malinalco jitomate

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Jitomate	Hortalizas	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Finales de diciembre, principios de enero		4 meses después de sembrar aproximadamente, se pueden tener hasta 3 cosechas por año	Palmar de Guadalupe, La Joya y Colapa
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se come todo el fruto quitando únicamente el ramillete. Se utiliza para muchas de las recetas mexicanas como salsas, caldos, sopas, ensaladas, entre otras	
Sabor	Ligeramente dulce		
Textura	Firme	Técnicas de recolección tradicionales	
		La recolección es manual cortando los frutos que tengan mejor tamaño, color y firmeza, la cosecha dura alrededor de un mes donde se deben ir recolectando los frutos que estén listos para su consumo	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 50: Malinalco frijol flor de mayo

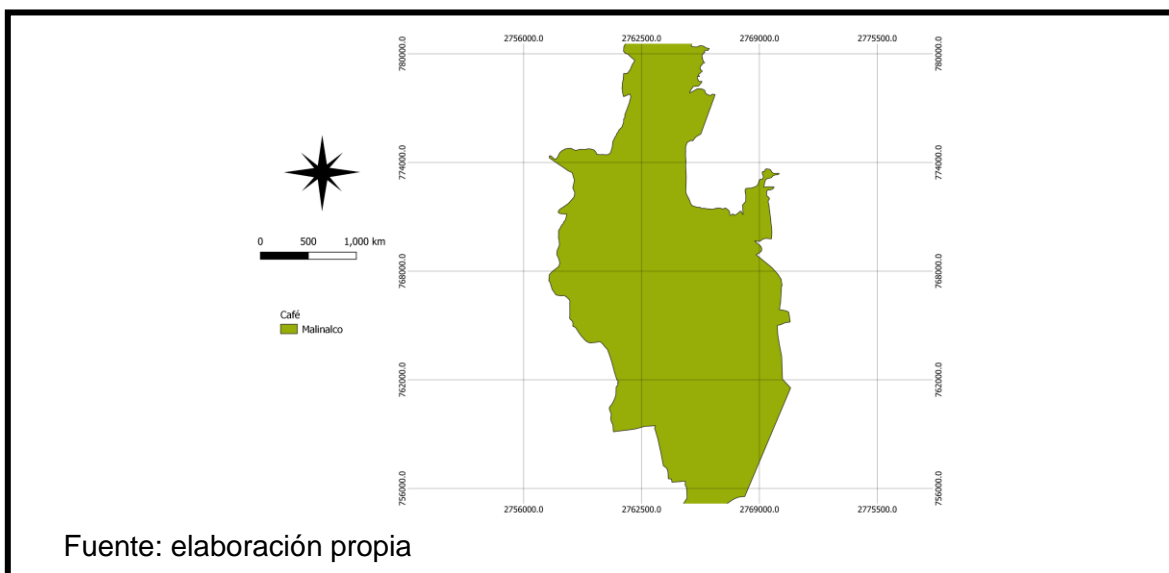


Ficha 89: Malinalco frijol flor de mayo


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Frijol flor de mayo	Legumbres	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
1 de mayo- 15 de mayo		De 90 a 95 días después de sembrado	Palmar de Guadalupe y la joya
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume completo y es usado para acompañar algunos guisos o como relleno de antojitos a base de maíz	
Sabor	Ligeramente dulce		
Textura	Duro en crudo y cremoso y suave al cocinarlo	Técnicas de recolección tradicionales	
		La cosecha se realiza manualmente cuando las vainas han madurado, se cortan y se acarrean las plantas por la mañana	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 51: Malinalco café

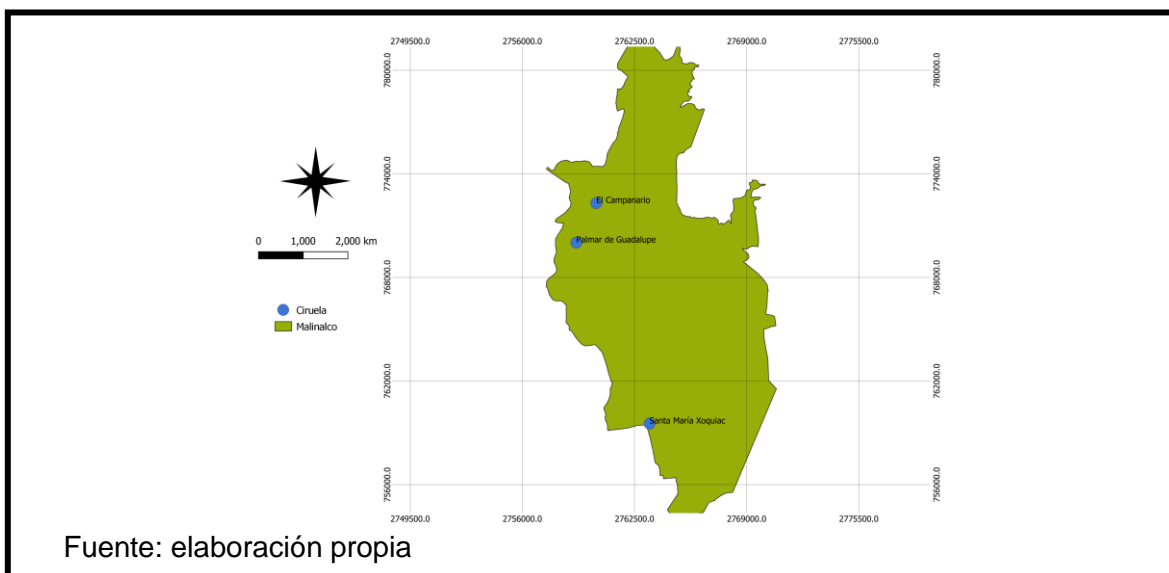


Ficha 90: Malinalco café


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Café	Cereales, granos y harinas	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
	De septiembre a marzo	Malinalco	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume el grano tostado; es usado en la elaboración de bebidas alcohólicas y postres tradicionales	
Sabor	Aromático		
Textura	El grano es firme y duro	Técnicas de recolección tradicionales	
		Se recolectan a mano cuando crecen por completo los frutos rojos del café, después se extraen las semillas y se secan; es importante no tomar los frutos verdes ya que como no están maduros no servirán	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 52: Malinalco ciruela

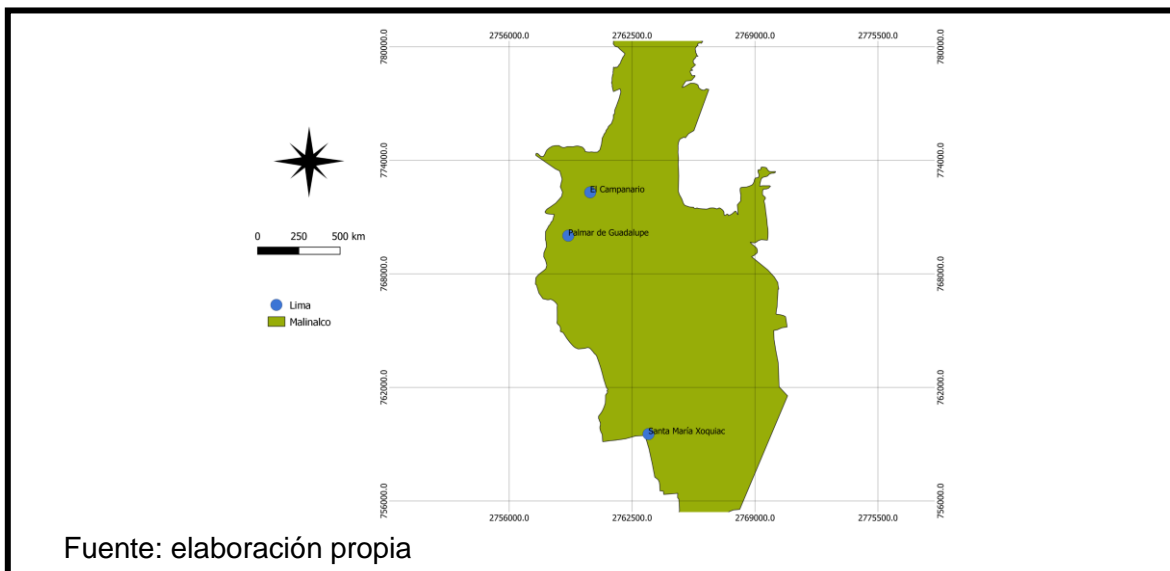


Ficha 91: Malinalco ciruela


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Ciruela	Frutas	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
		De junio a agosto	Palmar de Guadalupe, El Campanario y Santa María Xoquiác
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se puede comer la pulpa de la fruta y la cáscara, la semilla no es comestible; suele consumirse fresca y es usada en la elaboración de dulces, aguas frescas y diferentes platillos.	
Sabor	Dulce y ácido		
Textura	Carnosa	Técnicas de recolección tradicionales	
		Su recolección es manual procurando tener cuidado de no golpearlas	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 53: Malinalco lima

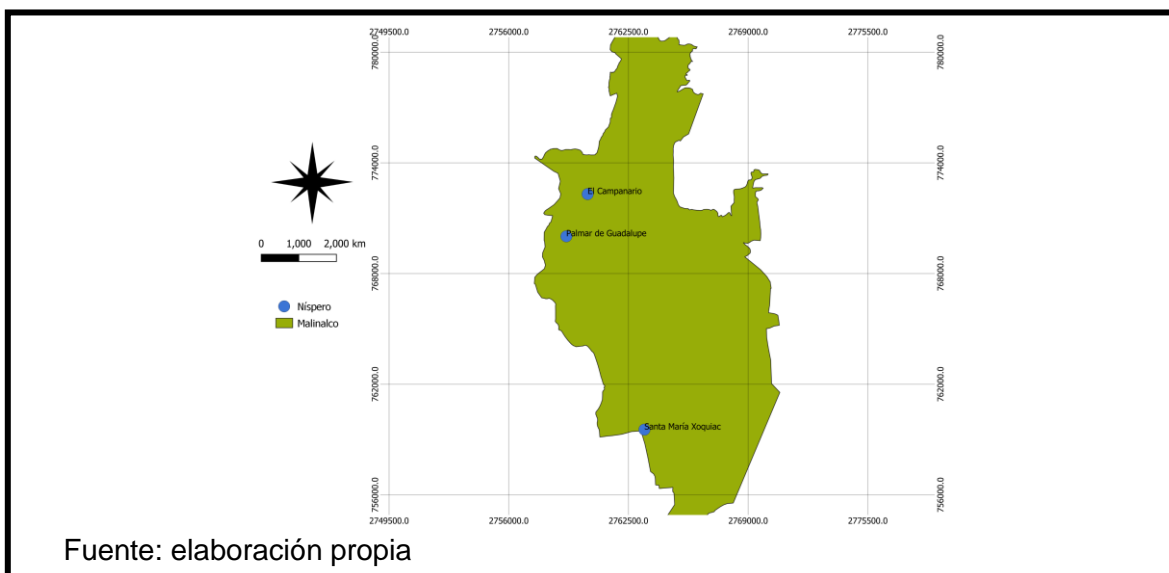


Ficha 92: Malinalco lima

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Lima	Cítricos	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
		Durante otoño e invierno	Palmar de Guadalupe, El Campanario y Santa María Xoquiác
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume la pulpa y se utiliza en la preparación de mermeladas, bebidas, helados y como complemento en sopas y ensaladas	
Sabor	Ácido y dulce		
Textura	Firme y de piel lisa, la pulpa es carnosa y jugosa	Técnicas de recolección tradicionales	
		Se recolectan de forma manual con ayuda de un cuchillo filoso o pinzas sin jalar de ellas	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 54: Malinalco níspero

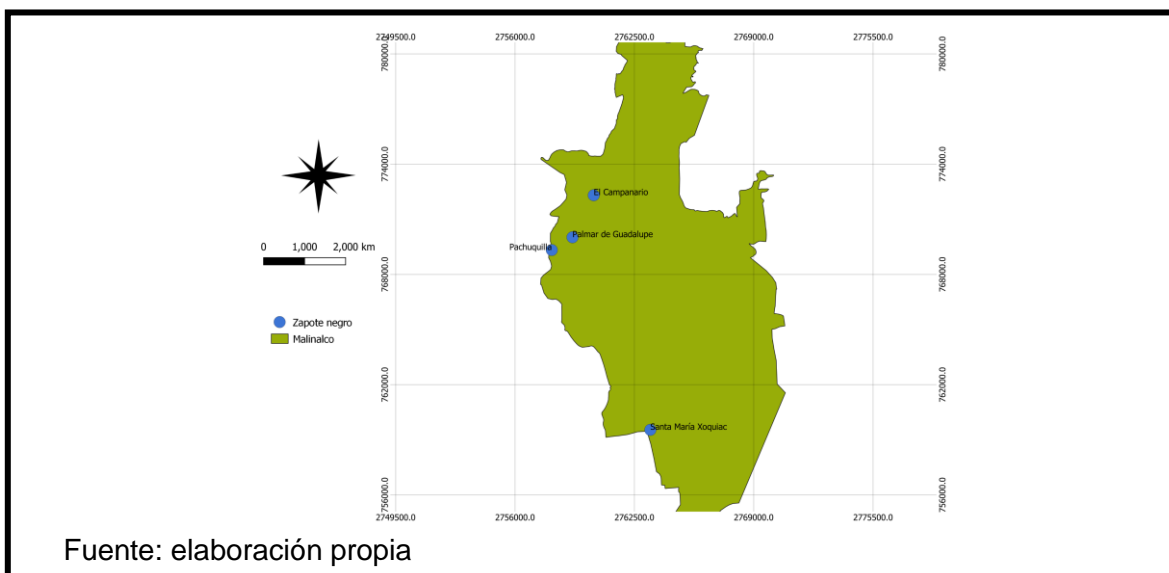


Ficha 93: Malinalco níspero

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Níspero	Frutas	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
		En primavera	Palmar de Guadalupe, El Campanario y Santa María Xoquiac
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		La pulpa es lo único que se puede consumir de esta fruta, la cáscara y las semillas que tienen no suelen consumirse. Se usa en la elaboración de jugos, mermeladas, dulces y bebidas, aunque también puede consumirse fresco como botana	
Sabor	Agridulce y refrescante		
Textura	La piel es gruesa y suave y la pulpa es carnosa	Técnicas de recolección tradicionales	
		La recolección es manual, se toma el fruto y se gira levemente con cuidado, mientras más maduro esté el fruto más fácil se desprende	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 55: Malinalco zapote negro

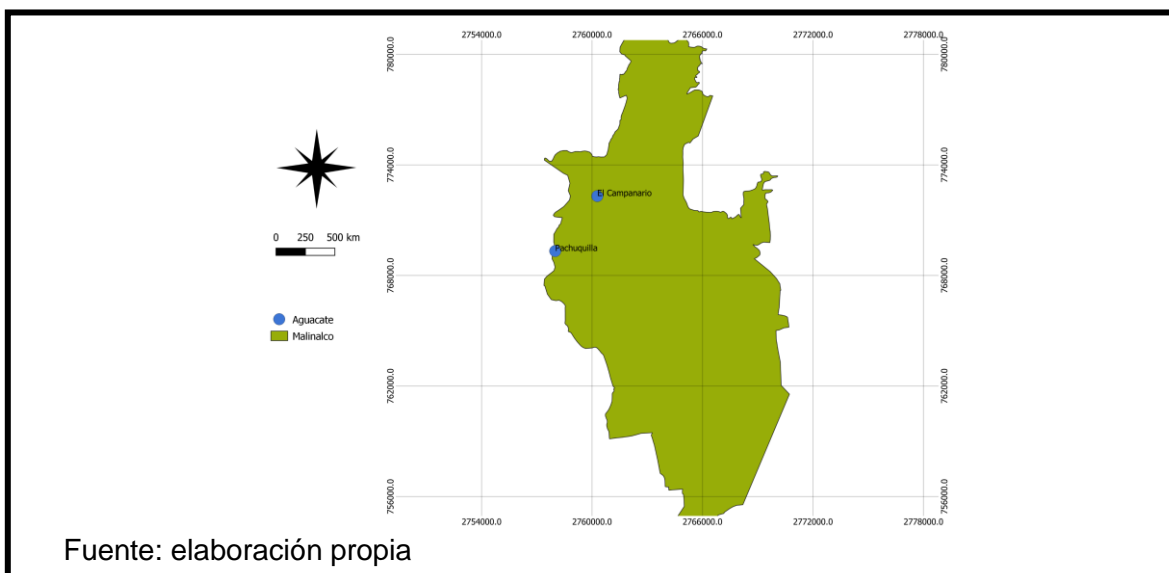


Ficha 94: Malinalco zapote negro


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Zapote negro	Frutas	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
		De agosto a enero	Palmar de Guadalupe, Pachuquilla, El Campanario y Santa María Xoquiác
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se come la pulpa sin semilla ni cáscara; es usada en la elaboración de mermeladas, dulces, nieves y bebidas, también se usa como un laxante suave, para controlar niveles de azúcar, calmar el dolor de garganta, ayuda con el insomnio y como diurético	
Sabor	Dulce (parecido al caramelo) y aterciopelado (equilibrado)		
Textura	Cremosa (parecida a la de un mousse)	Técnicas de recolección tradicionales	
		Se recolectan de forma manual cuando están medio maduros o de color verde oliva, ya que cuando están maduros los frutos suelen desprenderse y romperse en el suelo	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 56: Malinalco aguacate



Ficha 95: Malinalco aguacate

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Aguacate	Frutas	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha		Localidad
	Todo el año, los meses de octubre y febrero se tiene mayor producción, mientras que en marzo y mayo es más baja		Pachuquilla y El Campanario
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual			Se consume la pulpa del producto quitando la cáscara y la semilla del interior; es usado para elaborar salsas y diferentes platillos.
Sabor	No es intenso, tiene notas a avellana o nuez		
Textura	Tierna y cremosa	Técnicas de recolección tradicionales	

		Se hace de forma manual procurando que el producto no esté muy maduro para no maltratarlo; se mantienen en un lugar fresco y seco
--	--	---

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Entre las fiestas que se celebran en este municipio se pueden destacar la celebración de los judíos realizada en el jardín principal de Malinalco y el barrio de Santa María donde un grupo de personas a caballo y entre melodías de tambores, clarines y flautas de carrizo, recorren las calles principales del pueblo, alrededor de esta festividad existen algunas leyendas como la del judío errante. El velorio de los angelitos es una festividad dedicada a los pequeños que fallecen a temprana edad, ya que estos niños mueren con el alma pura la festividad suele ser alegre y llena de música y no triste como podría pensarse. Por otra parte, se tiene la fiesta del pentecostés celebrada en el jardín principal de Malinalco en el mes de mayo donde se tienen juegos mecánicos, fuegos artificiales y diferentes platillos locales. El día de Malinalco se celebra el primero de enero en el jardín principal y consiste en desfiles donde participan alumnos de las escuelas del municipio, actividades culturales y exhibiciones de charrería. Dentro de los festivales se encuentra el festival cultural que se realiza a principios de marzo y dura una semana, este cuenta con más de 60 eventos culturales de música, danza, teatro y algunas exposiciones que son gratuitas. Sumado a esto el municipio celebra fiestas patronales en cada barrio que lo conforman.

En las fichas 96: Celebración de los judíos, 97: Velorio de los angelitos, 98: Fiesta del pentecostés, 99: Día de muertos Malinalco, 100: Semana santa Malinalco, 101:Fiesta del divino salvador, 102: Festival cultural, 103: Fiesta de San Nicolás, 104: Fiesta de San Guillermo, 105: Señor de la escalera, 106: Fiesta de San Juan y 107: Fiesta de San Andrés (que se presentan a continuación) se expone esta información más a detalle, con apoyo del mapa 9 presentado al inicio de este apartado se puede identificar la ubicación de cada lugar donde se llevan a cabo estas celebraciones y mediante un análisis de la información que conforman las fichas se puede observar las prácticas sociales que se llevan a cabo en Malinalco.

Ficha 96: Celebración de los judíos

Nombre	Celebración de los judíos	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Jardín principal de Malinalco y Barrio de Santa Mónica	La noche anterior del miércoles de ceniza	Ese mismo día
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Una agrupación de personas que a lomo de caballo y entre melodías de tambores, clarines y flautas de carrizo, recorren las calles principales del pueblo	Se inició gracias a la inclusión de la religión católica en el municipio y esta es una de las festividades que se adoptaron	
Observaciones	Rituales	
Existen algunas leyendas alrededor de esta festividad como la del judío errante	Una agrupación de jóvenes y adultos a caballo y al son de clarines, tambores y carrizo musical comienzan a salir la víspera de la noche del miércoles de ceniza y simulan el episodio bíblico de la búsqueda de Jesucristo para la crucifixión, actúan sólo los días domingos hasta la pascua.	
Platillos que se consumen	Generalmente se consume trucha en diferentes preparaciones, pan de leña y atole	

Fuente: elaboración propia

Ficha 97: Velorio de los angelitos

Nombre	Velorio de los angelitos	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Malinalco	Es u ritual realizado cuando fallece un niño	
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Se realiza una celebración en honor de los pequeños que fallecen en temprana edad		
Observaciones	Rituales	
Por el hecho de que estos niños mueren con el alma pura, el ambiente de esta festividad no es triste, sino jubiloso y lleno de música	Se realizan juegos y representaciones que protagonizan niños y adultos como el remolino, el ramo, el moyote, el gorrión, la rata, el florón, el gorrión, la cacería y la llorona, entre otros.	
Platillos que se consumen	Dulces tradicionales y mole	

Fuente: elaboración propia

Ficha 98: Fiesta del pentecostés

Nombre	Fiesta del pentecostés	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Santuario de Chalma en Malinalco	Finales de mayo	Suele realizarse en domingo
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Se celebra al señor de Chalma con misas y danzas	La leyenda dice que en 1537 los frailes Sebastián de Tolentino y Nicolás Perea mientras evangelizaban la región de Malinalco y Ocuilán, se enteraron que en una cueva cercana a Chalma se veneraba a Oxtotéotl (dios de la cueva) con sacrificios humanos; al ir y observar las escenas los obligaron a destruir el ídolo y venerar a Jesucristo, al tercer día regresaron y vieron con sorpresa que en el lugar se encontraba la imagen que hoy se venera	
Observaciones	Rituales	
	El domingo en la mañana se realiza peregrinación que tiene como destino el santuario donde se hace una misa dedicada al señor de Chalma, posteriormente se realiza una pequeña celebración donde hay fuegos pirotécnicos, danzas, música, juegos mecánicos y venta de alimentos	
Platillos que se consumen	Pan, atole, mole, pulque	

Fuente: elaboración propia

Ficha 99: Día de muertos Malinalco

Nombre	Día de muertos (recorrido al Mictlán)	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Jardín principal de Malinalco	1 de noviembre	2 de noviembre
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Se celebra a los muertos con danzas, fiesta y representaciones de rituales	En la mitología azteca, el dios del inframundo, Mictlantecuhtli o Señor del lugar de los muertos habitaba el Mictlán, lugar al que llegaban los muertos tras pasar por los distintos niveles del inframundo, y donde quedaban los restos de todos los que habían fallecido de muerte natural, ya que los caídos en combate reposaban en otro terreno mitológico. Mictlantecuhtli y Mictecacíhuatl, su esposa y contraparte femenina, por ser los dioses de los muertos se representan como calaveras, y esperaban en su reino a los muertos que llegaban a ellos sólo después de haber atravesado nueve diferentes escalafones o niveles en los que habrían de superar diferentes pruebas y, al final de éstas, el muerto se volvía uno con todo para dejar de padecer y entrar al Mictlán. Este viaje duraba cuatro años durante los cuales cada tanto	

	podían detenerse, volver a casa a comer algo y recuperar las fuerzas
Observaciones	Rituales
	Se realiza un recorrido nocturno lleno de vida donde se hacen representaciones culturales como rituales prehispánicos y danzas de catrines en los que participan adultos, niños y abuelitos. En lo que se realiza el recorrido es común ver calles llenas de puestos de alimentos, agrupaciones musicales que acompañan el recorrido junto a los catrines y calaveritas cuidando los detalles que representan las raíces prehispánicas
Platillos que se consumen	Pan, mole, atole, pulque,

Fuente: elaboración propia

Ficha 100: Semana santa Malinalco

Nombre	Semana santa	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Iglesia del divino salvador en el jardín de la plaza principal de Malinalco	abril	variable
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Se representa el vía crucis y se llevan a cabo misas	Comienza desde la colonización española en el siglo XVIII aproximadamente	
Observaciones	Rituales	
Los visitantes suelen asistir en esta época por las pinturas murales que adornan sus templos	Se realiza la representación de la pasión y muerte de cristo en las calles y diferentes templos que se encuentran en Malinalco; sumado a esto se realizan pequeñas celebraciones con juegos mecánicos, fuegos artificiales, alimentos y bebidas de la zona	
Platillos que se consumen	Pulque, atole, tamales de diferentes tipos	

Fuente: elaboración propia

Ficha 101: Fiesta del divino salvador

Nombre	Fiesta del divino salvador	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Parroquia del divino salvador	6 de agosto	6 de agosto
En qué consiste	Origen y peculiaridades	

Se celebra al santo patrono de Malinalco agradeciendo por las cosechas del año	El ex convento del divino salvador es una construcción iniciada por los agustinos alrededor de 1540, el interior del templo cuenta con una bóveda de cañón corrido y capillas laterales por donde se cuela sutilmente la luz aunque la verdadera riqueza de este lugar está en las pinturas que recubren totalmente el claustro bajo, hechas por tlacuilos indígenas a mediados del siglo XVI
Observaciones	Rituales
	Se realizan misas a lo largo del día dedicadas al santo patrono del lugar seguidas de una verbena popular donde hay fuegos pirotécnicos, danzas prehispánicas, puestos de artesanías y alimentos, juegos mecánicos y bandas que tocan durante la fiesta
Platillos que se consumen	Mole, tamales, atole, pulque, antojitos a base de maíz

Fuente: elaboración propia

Ficha 102: Festival cultural

Nombre	Festival cultural	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Jardín principal de Malinalco	Mediados de noviembre	Una semana después de iniciar
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Más de 60 eventos culturales gratuitos, música, danza, teatro, exposiciones	Comenzó en 2013 y busca promover a Malinalco como un destino que rescata la memoria precolombina y que invita a cargarse de energía por lo que cuenta con eventos tradicionales y recreativos	
Observaciones	Rituales	
Las ganancias obtenidas durante este festival se destinan a obras de interés público del poblado	Se realizan más de 60 eventos culturales gratuitos conformados por conciertos de jazz, recitales de ópera, representaciones prehispánicas, expresiones artísticas y culturales, obras de teatro, cabalgatas, globos aerostáticos y muestras gastronómicas	
Platillos que se consumen	Antojitos a base de maíz, armadillo, jabalí, mole, pan, pulque	

Fuente: elaboración propia

Ficha 103: Fiesta de San Nicolás

Nombre	Fiesta de San Nicolás	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Barrio de San Nicolás	10 de enero	10 de enero
En qué consiste	Origen y peculiaridades	

Se celebra a este santo con una misa y procesión a lo largo del barrio	
Observaciones	Rituales
	Por la mañana se realiza una misa dedicada al santo, después se realiza una procesión con la imagen del mismo a lo largo del barrio de San Nicolás y al terminar se tiene una pequeña fiesta con fuegos artificiales, puestos de comida, artesanías y juegos mecánicos
Platillos que se consumen	Tamal de ceniza, pulque, atole, pan, mole

Fuente: elaboración propia

Ficha 104: Fiesta de San Guillermo

Nombre	Fiesta de San Guillermo		
Dónde se celebra	Empieza	Termina	
Barrio de San Guillermo	10 de febrero	10 de febrero	
En qué consiste	Origen y peculiaridades		
Se celebra a este santo con una misa y procesión a lo largo del barrio			
Observaciones	Rituales		
	Por la mañana se realiza una misa dedicada al santo, después se realiza una procesión a lo largo del barrio de San Guillermo con la imagen del mismo y al terminar se tiene una pequeña fiesta con fuegos artificiales, puestos de comida, artesanías y juegos mecánicos		
Platillos que se consumen	Tamal de ceniza, pulque, atole, pan, mole		

Fuente: elaboración propia

Ficha 105: Señor de la escalera

Nombre	Señor de la escalera		
Dónde se celebra	Empieza	Termina	
Barrio de San Martín	abril	abril	
En qué consiste	Origen y peculiaridades		
Se celebra a este santo con una misa y procesión a lo largo del barrio			
Observaciones	Rituales		
	Por la mañana se realiza una misa dedicada al santo, después se realiza una procesión a lo largo del barrio de San Martín con la imagen del mismo y al terminar se tiene una pequeña fiesta con fuegos artificiales, puestos de comida, artesanías y juegos mecánicos		

Platillos que se consumen	Tamal de ceniza, pulque, atole, pan, mole
----------------------------------	---

Fuente: elaboración propia

Ficha 106: Fiesta de San Juan

Nombre	Fiesta de San Juan	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Barrio de San Juan	24 de junio	24 de junio
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Se celebra a este santo con una misa y procesión a lo largo del barrio		
Observaciones	Rituales	
	Por la mañana se realiza una misa dedicada al santo, después se realiza una procesión con la imagen del mismo a lo largo del barrio de San Juan y al terminar se tiene una pequeña fiesta con fuegos artificiales, puestos de comida, artesanías y juegos mecánicos	
Platillos que se consumen	Tamal de ceniza, pulque, atole, pan, mole	

Fuente: elaboración propia

Ficha 107: Fiesta de San Andrés

Nombre	Fiesta de San Andrés	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Barrio de San Andrés	30 de noviembre	30 de noviembre
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Se celebra a este santo con una misa y procesión a lo largo del barrio		
Observaciones	Rituales	
	Por la mañana se realiza una misa dedicada al santo, después se realiza una procesión con la imagen del mismo a lo largo del barrio de San Andrés y al terminar se tiene una pequeña fiesta con fuegos artificiales, puestos de comida, artesanías y juegos mecánicos	
Platillos que se consumen	Tamal de ceniza, pulque, atole, pan, mole	

Fuente: elaboración propia

La gastronomía de este municipio es muy variada y con mucha influencia prehispánica, algunos de los platillos y bebidas tradicionales que se ofertan en los mercados, restaurantes y los tianguis que se encuentran los días miércoles, sábado y domingo son:

- Pan: se prepara en grandes hornos de barro utilizando para ello madera de ocote y encino que le otorgan su sabor inconfundible.
- Trucha estilo Malinalco: Incluye un relleno de ajo, jitomate, epazote, mantequilla y chile; aunque suele prepararse la trucha de muchas formas, esta es la que más destaca en este municipio y se puede encontrar todo el año en los mercados y restaurantes locales.
- Tlacoyos de comal: se trata de un antojito a base de maíz y manteca de cerdo que va relleno ya sea de frijol, alverjón o requesón y acompañado de crema, cebolla, queso y salsa; se cocen en un comal con aceite o manteca de cerdo para que queden dorados y con mucho sabor.
- Tamales de rana: es muy parecido al tlapique (tamal que se vende en Xochimilco), la diferencia es que en este caso solo lleva un producto animal y no varios en un mismo tamal, sin embargo, también llevan nopal, verduras y chiles; tampoco lleva masa de maíz como la mayoría de los tamales que se conocen.
- Tamales de ajolote: se elabora con carne de ajolote guisada, chile guajillo, chile verde y nopales, van envueltos en hojas de totemoxtle y cocidos al vapor; al igual que los tamales de rana este se parece mucho al tlapique y aunque su elaboración ya está prohibida debido a que el ajolote es una especie protegida, aun se elaboran en ocasiones dentro de las localidades del municipio, pero no están disponibles para los visitantes.
- Tamal de ceniza: los ingredientes son un poco diferentes a los que se encuentran en Valle de Bravo ya que en este tamal la nixtamalización se elabora con maíz, ceniza de leña, cal y tequesquite, una vez que el maíz ya está suave se muele para poder hacer la masa que servirá de base.
- Iguana en caldillo: para la elaboración de este platillo se usa carne de iguana, hierbabuena, cebolla, chile ancho, ajo, sal y pimienta; su tiempo de preparación es de aproximadamente una hora cuando la carne está suave.
- Sorbetes: se elaboran con puré o jugo de fruta natural, a diferencia de las nieves de otros municipios donde se agitan en barricas de madera, los

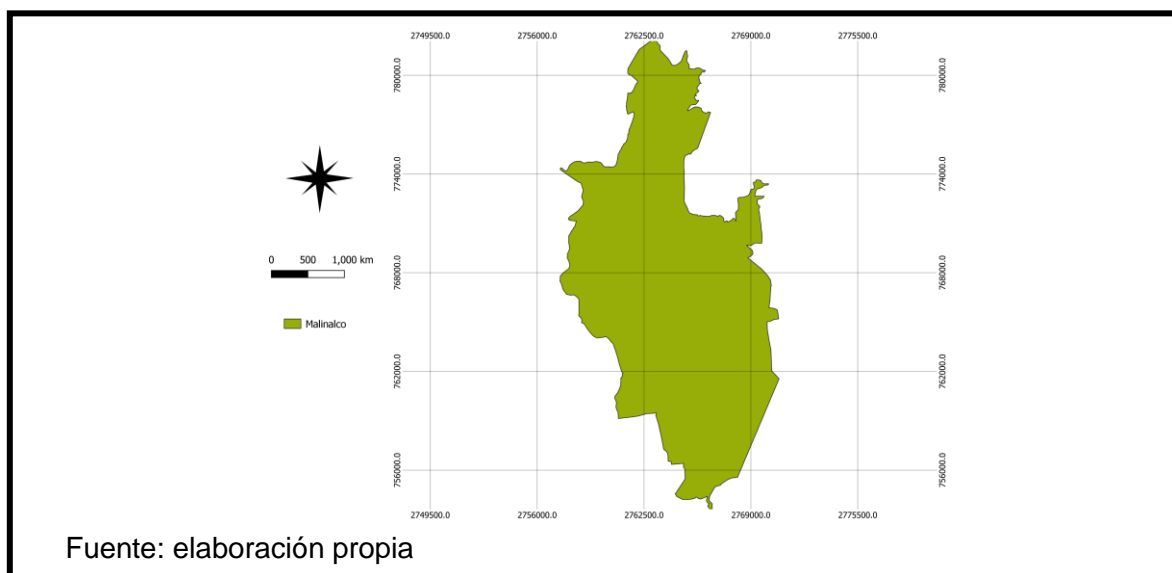
sorbetes se ponen en congelación y se van mezclando cada cierto tiempo para obtener la consistencia deseada.

- Armadillo guisado: para cocinarlo se le quita el caparazón, se le quitan las vísceras y se lava en agua con jugo de limón; su tiempo de cocción es de cuatro horas aproximadamente y su sabor es parecido al de la carne de conejo o cerdo.
- Jabalí adobado: el adobo de este platillo se realiza a base de cebolla, ajo, vinagre, laurel, perejil, tomillo, pimienta, achiote, sal y aceite; su preparación tarda alrededor de cuatro días ya que la carne debe reposar en el adobo para obtener el sabor que se desea, para este momento ya debe tener un proceso de cocción y después de estos cuatro días se vuelve a cocer por una media hora más para que la carne esté suave.
- Pulque: la graduación alcohólica de esta bebida depende del tiempo de fermentación que se le dé, mientras mayor sea este, mayor será la graduación alcohólica que posee; para su elaboración se extrae el aguamiel de la penca de maguey para después ponerlo a fermentar en un espacio cerrado y fresco.
- Mezcal: el destilado de agave en Malinalco es conocido como mezcal, aunque por denominación de origen no se puede nombrar así al embazarlo, se obtiene de la planta de maguey y se extrae como cualquier mezcal en México.
- Vinos: elaborados de frutas procedentes de Tenancingo, esta bebida es dulce, con un grado alcohólico bajo y con una tradición de elaboración desde 1930.

En el mapa 57: Municipio de Malinalco (presentado a continuación) se puede ver el territorio en general de la oferta gastronómica presentada anteriormente y explicada más a detalle en las fichas 108: Pan, 109: Tamal de capulín Malinalco, 110: Trucha estilo Malinalco, 111: Caldo de iguana, 112: Armadillo guisado, 113: Tamal de ceniza Malinalco, 114: Tlacoyos de comal, 115: Tamal de ajolote, 116: Sorbete, 117: Jabalí adobado, 118: Tamal de rana, 119: Pulque Malinalco, 120: Licor de fruta y 121: Mezcal (que se encuentran enseguida), estas fichas permiten

realizar un análisis sobre aquellos métodos de elaboración que se tienen actualmente en los platillos y bebidas, se puede reflexionar sobre cuales han sido conservados con el paso de los años y cuales han sido modificados.

Mapa 57: Municipio de Malinalco




Ficha 108: Pan

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Pan artesanal	Panes	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Fiestas patronales, ferias, día de muertos, también se encuentra de forma regular en los mercados y tianguis locales	Se muestra cómo prepararlo en el tour gastronómico que ofrece este lugar		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		Se prepara en grandes hornos de barro que utilizan madera de ocote y encino que otorgan al pan un sabor ahumado muy característico. Algunos de los panes que se preparan son los aparejos, biscochos, bolillo, bombones, borrachos, cacomiztles, camarones, conchas, conejos, corbatas, cortadillos, cuernos, donas, empanadas, estribos, galletas,	
Sabor	Dulce y ligeramente ahumado		

Textura	Depende el tipo de pan puede ser suave, crujiente o una mezcla de los dos	hojaldras, hojarascas, huesos, laureles, mestizas, moños, muñecos, pelucas, pintas, plomos, polvoreadas, polvorones, regañadas, retorcidos, roscas, semitas, tacos, teleras y veladoras
----------------	---	---

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 109: Tamal de capulín Malinalco

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Tamal de capulín	Antojitos	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad	Suele prepararse de junio a agosto		
Festividad	Ingredientes principales		
Se consume en las fiestas patronales, ferias y también se puede encontrar en los mercados locales	<ul style="list-style-type: none"> - 1 kg de capulín - 50 gr de harina o masa de maíz - 250 gr de azúcar - 3 rajas de canela - Hojas de totomoxtle 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		Se pueden preparar de dos formas; la primera es poner los capulines en una olla de barro y cocinarlos hasta que estén muy suaves, en este punto se les agrega la harina poco a poco y se mezcla bien, después se les agrega el azúcar y la canela, después de un par de minutos se retira del fuego; se pone una porción de la mezcla en una hoja de totomoxtle y están listos para comer. La segunda forma de hacerlos es cocinar los capulines con el azúcar y la canela, una vez listos se dejan enfriar, se revuelven con la masa de maíz para formar una pasta, se coloca una porción de masa en una hoja de totomoxtle y se cocinan en una vaporera por una hora u hora y media	
Sabor	Dulce		
Textura	Suave y un poco arenosa		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 110: Trucha estilo Malinalco

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Trucha estilo Malinalco	Platos fuertes	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se puede encontrar en las ferias y de manera regular en mercados y tianguis locales	<ul style="list-style-type: none"> - Hoja de plátano - Trucha - Chile manzano - Cebolla - Jitomate - Epazote 		

		<ul style="list-style-type: none"> - Ajo - Aceite - Sal - Pimienta - Mantequilla
Análisis sensorial		Modo de preparación
Visual		<p>Se lava y sazona con sal y pimienta la trucha; aparte en un sartén con aceite se saltea la cebolla, ajo, chile y el jitomate por 5 minutos aproximadamente.</p> <p>Con la preparación anterior se rellena la trucha y se le agrega epazote y mantequilla igual al interior; se coloca la trucha sobre la hoja de plátano y se le pone aceite encima, después se envuelve con la hoja de plátano y se hornea durante 20 o 25 minutos (normalmente en horno de piedra), pasado este tiempo se saca del horno y se sirve acompañada de verduras</p>
Sabor	Ahumado, un poco picante	
Textura	Suave	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 111: Caldo de iguana

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Caldo de iguana	Platos fuertes	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Su consumo ha disminuido mucho por lo que ya no se consumen en las fiestas locales y solo se encuentran en algunos restaurantes locales	<ul style="list-style-type: none"> - 1 iguana grande - 1 manojo de hierbabuena - 1 cebolla grande - 1 chile ancho - 3 dientes de ajo - Sal - Pimienta 		
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual		<p>Con un cuchillo se abre la iguana para sacarle las tripas y todo aquello que no se come; después se lava por dentro y por fuera, se le quita la piel y se corta en pedazos.</p> <p>En una olla con suficiente agua se colocan los trozos de iguana y se pone a fuego medio, cuando esté hirviendo se agregan los demás ingredientes picados y se sigue cocinando por alrededor de una hora más hasta que la carne este suave, cuando esto pase ya puede servirse</p>	
Sabor	La iguana tiene un sabor parecido al pollo y el caldo toma el sabor tanto de la carne como del chile ancho, no pica		
Textura	Suave y caldosa		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 112: Armadillo guisado

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Armadillo guisado	Platos fuertes	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Su consumo ha disminuido mucho por lo que ya no se consumen en las fiestas locales y solo se encuentran en algunos restaurantes locales	<ul style="list-style-type: none"> - Armadillo - Limones - Achiote - Dientes de ajo pelados y molidos - Chiles guajillos cortados en tiras - Cebolla molida - Sal - Cilantro 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		<p>Se le quita el caparazón al armadillo para abrirlo por la panza y quitarle las vísceras, después se lava muy bien en agua con jugo de limón. En una olla o cazuela se acomoda el armadillo y se le agrega agua hasta que lo cubra, se le agrega el achiote (de preferencia diluido en poquita agua caliente para que se incorpore bien), los chiles, ajos, cebolla y sal.</p> <p>Posteriormente se puede meter al horno a 200° C o dejar a fuego medio durante tres o cuatro horas hasta que la carne esté suave, una vez que esto pase se puede servir agregando un poco de cilantro sobre la carne</p>	
Sabor	Es parecido al del conejo o el cerdo		
Textura	Suave		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 113: Tamal de ceniza Malinalco


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Tamal de ceniza (tamal nejo)	Antojitos	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Fiestas patronales principalmente y ferias, también se encuentran en mercados, restaurantes y tianguis locales	<ul style="list-style-type: none"> - 5 cuartillos de maíz - 1 ½ kg de ceniza de leña - 100 gr de cal viva - 4 kg de tequesquite - Hojas frescas de maíz (las de la mata, no de la mazorca) - Sal 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		

Visual		<p>En un recipiente se pone agua con la ceniza, el tequesquite (previamente disuelto en agua), la cal y el maíz (previamente lavado); y se deja por un día a “cocer” moviendo de vez en cuando para evitar que se pegue, pasado este tiempo se lava muy bien el nixtamal y se muele para obtener la masa que será la base de los tamales; al molarla debe quedar un poco aguada pero que se pueda manejar, es decir, no tan aguada para que se puedan formar los tamales.</p> <p>La masa se coloca en el extremo ancho de la hoja de maíz y se va enredando con ella la masa para que quede bien envuelta, la punta de la hoja se atora entre los pliegues de la misma para evitar que se abra, esto se repite hasta terminar con la masa; posteriormente se ponen a cocer en una olla tamalera o vaporera hasta que queden bien cocidos y firmes.</p> <p>Se usan como acompañamiento del mole o se pueden comer solos con un poco de salsa roja encima; no es necesario agregar sal ya que el tequesquite y la ceniza le aportan el sabor necesario</p>
Sabor	Ligeramente ahumado	
Textura	Firme	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 114: Tlacoyos de comal

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Tlacoyos de comal rellenos de frijol	Antojitos	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Fiestas patronales y ferias, también se encuentran en los tianguis, mercados y restaurantes locales	<ul style="list-style-type: none"> - 1 kg de masa de maíz - 1 taza de manteca de cerdo - 2 tazas de frijoles refritos - Epazote - Queso fresca - Crema - Cebolla picada - Salsa (a elección) 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		

Visual		<p>Se mezcla la manteca de cerdo con la masa de maíz, debe quedar húmeda pero firme; se toma un poco de la masa y se le da forma de ovalo, se tuesta hasta hacerla un poco más delgada, con una cuchara se rellena de frijoles y epazote para después cerrar con mucho cuidado y sin perder la forma ovalada.</p> <p>Se colocan en un comal caliente hasta que la masa esté cocida, tendrá un ligero cambio de color con lo que se sabe que está lista, se le da vuelta para cocer bien de ambos lados, cuando esté listo se sirve y se le pone crema, queso, cebolla y salsa encima</p>
Sabor	Seco y adopta el sabor del relleno junto con el de tortilla	
Textura	Firme, ligeramente crujiente, si se le pone aceite es un poco más dura	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 115: Tamal de ajolote

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Tamal de ajolote	Antojitos	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad			
Festividad		Ingredientes principales	
su elaboración ya está prohibida debido a que el ajolote es una especie protegida, aun se elaboran en ocasiones dentro de las localidades del municipio, pero no están disponibles para los visitantes		<ul style="list-style-type: none"> - Ajolote - Chile guajillo - Chile verde - Nopales - Hojas de totemoxtle 	
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual		<p>Se guisa el ajolote (previamente se lava y se le retiran las vísceras) con el chile guajillo, agua, sal y pimienta hasta que esté suave, después la carne se “deshebra” lo que se quiere es que la carne forme una especie de masa que se coloca en la hoja de totemoxtle, sobre ella se coloca un poco de chile verde en tiras, y nopales, se envuelven bien y se ponen a cocer en una vaporera por 20 minutos aproximadamente o hasta que estén firmes, esto se da gracias a que la carne se seca un poco y logra una mejor consistencia</p>	
Sabor	Un poco agrio. es parecido al de la anguila		
Textura	Suave		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 116: Sorbete

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Sorbete	Postres	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se encuentran en la s ferias, tianguis, mercados y con vendedores ambulantes	<ul style="list-style-type: none"> - 2 piezas de fruta (a elección) - 200 gr de azúcar - 200 ml de agua - Jugo de 2 limones 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		Se prepara un almíbar simple colocando en una olla el azúcar y el agua hasta que empiece a hervir, se deja hirviendo por 5 minutos y se deja enfriar, una vez frío se le agrega el jugo de limón y se licúa con la pulpa de la fruta hasta obtener un puré muy fino, se puede colar aunque hay quien no lo hace; se mete a congelar procurando moverlo cada media hora hasta que obtenga la consistencia deseada, cuando esto pase, se coloca en un recipiente que se pueda cerrar de forma hermética y se deja congelando por 4 o 5 horas, en caso de que endurezca de más, se puede dejar un rato afuera para poder servirlo cuidando que no se derrita	
Sabor	Dulce, adopta el sabor de la fruta con que se elabora		
Textura	Suave y un poco granulosa		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 117: Jabalí adobado

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Jabalí adobado	Platos fuertes	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se consume en algunas fiestas patronales, ferias y restaurantes locales	<ul style="list-style-type: none"> - 2 kg de jabalí - 2 cebollas - 3 dientes de ajo - 1 zanahoria - Vinagre blanco - Hojas de laurel - Tomillo - Perejil - Pimienta - Sal - Aceite - Achiote 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		

Visual		<p>Se corta el jabalí en trozos grandes y se coloca en una olla con aceite, cebollas picadas, zanahoria picada ajos, perejil, pimienta, tomillo y laurel, se sofríe todo hasta que la carne adopte un color dorado intenso; una vez que esto pase se le agrega alrededor de medio litro de agua, un cuarto de litro de vinagre, el achiote y sal para dejarlo hervir a fuego alto; cuando comience a hervir se baja el fuego y se deja cocer por media hora aproximadamente, después de este tiempo se saca del fuego y se deja en el adobo por cuatro días en un lugar fresco.</p> <p>Después de los cuatro días se escurre la carne reservando el líquido y se pone a asar la carne ya sea en un asador o en un horno por hora y media, durante este tiempo se rocía la carne de vez en cuando con el líquido del adobo, una vez que la carne está cocida se retira del fuego; por otra parte, el líquido que queda en el recipiente donde se asó la carne y el líquido del adobo que se reservó se mezclan y se ponen a hervir por 15 minutos para después colarlo y servirlo con la carne</p>
Sabor	A carne de cerdo, el adobo tiene un sabor sutil a achiote	
Textura	Suave, el adobo es ligeramente espeso	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 118: Tamal de rana

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Tamal de rana	Antojitos	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Estacionalidad	En época de lluvias		
Festividad	Ingredientes principales		
Se puede encontrar en las ferias, día de muertos y mercados locales	<ul style="list-style-type: none"> - Ancas de rana - Cebolla en rodajas - Jitomate en rodajas - Chile serrano - Granos de elote - Epazote - Calabaza - Aceite - Sal - Pimienta - Hojas de totomoxtle 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		<p>En la hoja de totomoxtle se colocan las ancas de rana para cubrirlas con la cebolla, jitomate, calabaza, chile, elote y un poco de aceite; después se cierra a modo de tamal (colocando más hojas de totomoxtle) y se coloca sobre una parrilla o comal para tatemarlo.</p>	
Sabor	Suave y sutil gracias a la rana, aunque el		

	epazote toma un poco de protagonismo y es un poco picante	Una vez que las hojas exteriores estén tatemadas (de color negro) y el jugo de los ingredientes comience a escurrir se revisa que la carne esté cocida, cuando sea así ya se puede servir. Este platillo es muy parecido al tlapique (tamal elaborado de varios tipos de pescados, verdura, nopal y chile)
Textura	Firme y suave	


Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 119: Pulque Malinalco

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Pulque (zona norte)	Bebidas tradicionales con alcohol	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
- Maguey		<p>Cuando la planta de maguey ha alcanzado una edad entre 8 y 12 años, la planta se “quiebra” o se “capa” para evitar que el corazón del maguey crezca y se convierta en quiote y este empiece a alimentarse de la savia; posteriormente se rapa el maguey para la obtención del aguamiel a través de succión por medio de un acocote (se pueden obtener entre tres y cuatro litros diarios de aguamiel durante seis meses aproximadamente).</p> <p>El aguamiel se almacena en tinacales que son espacios cerrados donde es depositado en ollas de barro para comenzar el proceso de fermentación que se produce por bacterias y levaduras</p>	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual		Se consume de manera regular como bebida alcohólica en las diferentes pulquerías tradicionales de la región y en algunos platillos como ingrediente dentro de la preparación	
Sabor	Un poco amargo y ácido		
Textura	viscosa		


Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 120: Licor de fruta

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Licores de fruta	Bebidas tradicionales con alcohol	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - Alcohol de caña -Fruta a elección (nanche, guayaba, anís, tejocote, zarzamora, membrillo, entre otras) - Azúcar granulada - Agua potable 		<p>Se lava la fruta y se le realizan perforaciones con un palito (esto ayuda a que el alcohol penetre en la fruta), se coloca la fruta hasta llenar un tercio del envase donde va a reposar y se rellena con alcohol de caña por completo para después sellarlo teniendo cuidado de dejarlo muy bien cerrado ya que si queda un poco abierto el alcohol puede volatizar el alcohol. Se deja reposar durante cinco meses aproximadamente en un lugar fresco y oscuro; pasado este tiempo se pasa por un colador para separar la fruta del líquido.</p> <p>En este punto se realiza un almíbar con 500 gr de azúcar granulada con 300ml de agua y dejar enfriar un poco, no completamente, posteriormente se agrega el almíbar al alcohol infundido mezclando lentamente, una vez que está bien incorporado el almíbar se llenan las botellas para su venta con ayuda de un embudo</p>	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual		Se toman como digestivo, bebida alcohólica y en repostería	
Sabor	Dulce, adquiere el sabor de la fruta con que se prepara		
Textura	Líquida		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 121: Mezcal

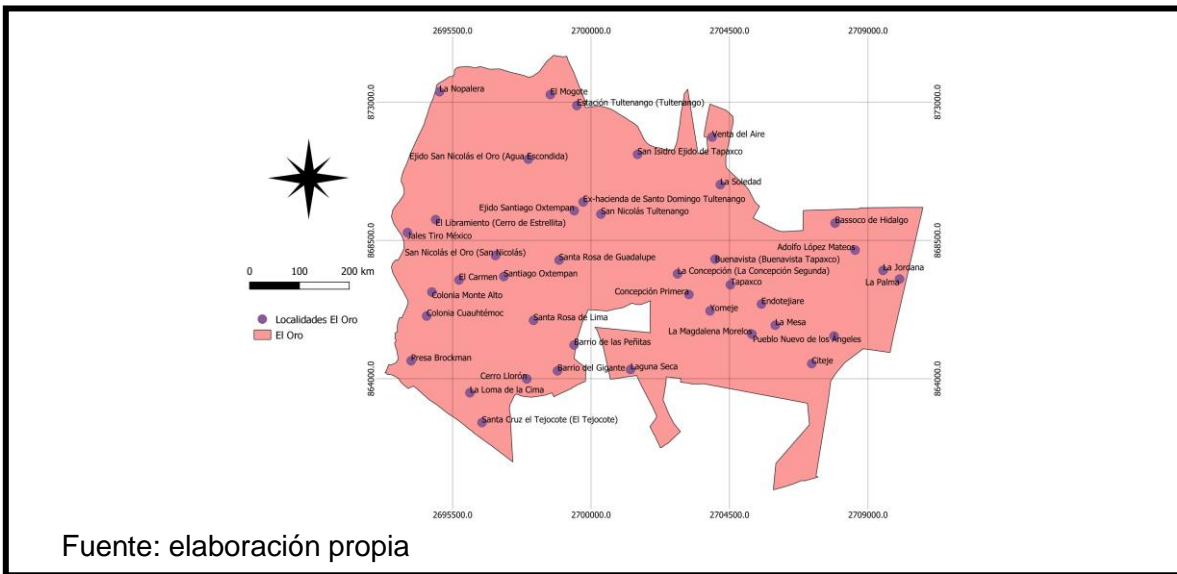
Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Mezcal	Bebidas tradicionales con alcohol	Altiplano Centro	Malinalco Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - Piñas de maguey - Agua de manantial o potable 		<p>En una poza de palma verde y piedra volcánica al rojo vivo se cocen las piñas de maguey formando una pila de metro y medio que es cubierto con tierra para poder guardar el calor durante tres días, pasado este tiempo la piña es triturada con un mazo de madera y posteriormente ser colocada en votes con agua de manantial donde se comienza a fermentar; esto es llevado a un horno que se encuentra debajo del sistema de alambique (el cual consiste en un tronco con alambre de cobre), el fogón es cubierto con leña, se pone a hervir el concentrado hasta que este se convierta en vapor, dicho vapor sube a la estructura de alambique donde el alambre de cobre y el agua lo enfrían para convertirlo en mezcal que baja por un tubo hasta un recipiente.</p> <p>Al primer destilado se le llama “macho” ya que alcanza un porcentaje de alcohol de hasta 75 grados y conforme hierve el zumo el grado de alcohol va disminuyendo hasta convertirse en “colas” que son el último destilado, éstas ayudan a los productores a lograr darle un porcentaje de alcohol de 45 a 50 grados al mezcal.</p> <p>El proceso en total tarda alrededor de 28 días</p>	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual		Se toma solo y a pequeños sorbos acompañado de rodajas de naranja y sal	
Sabor	Ahumado intenso		
Textura	Líquida		

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

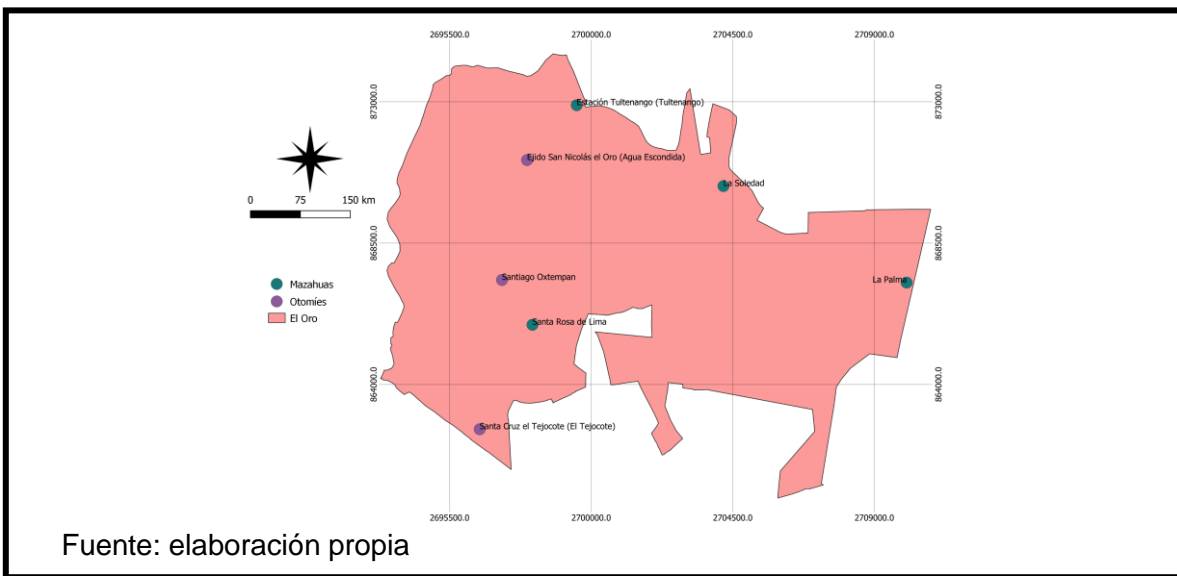
4.4- El Oro

Este sitio pertenece a la región II de Atlacomulco conformada también por los municipios de Acambay, Aculco, Atlacomulco, Chapa de Mota, Ixtlahuaca, Jilotepec, Jiquipilco, Jocotitlán, Morelos, Polotitlán, San Felipe de Progreso, San Juan del Rincón, Soyaniquilpande Juárez, Temascalcingo y Timilpan; aquí conviven los grupos indígenas otomí y mazahua y se hablan cuatro lenguas indígenas siendo estas: mazahua, otomí, náhuatl y mixteco. El clima que predomina es subhúmedo con lluvias en verano y temperaturas entre los 12°C y 16°C; las especies de árboles con las que se cuentan son el cedro, encino, trueno, casuarinas, eucalipto, fresno, ocote, oyamel, pino, roble y sauce llorón; dentro de los árboles frutales se tienen el manzano, perón, ciruelo, durazno, membrillo, tejocote y capulín; también se encuentran diferentes tipos de hiervas medicinales como altamisa, árnica, romero, ruda, toronjil, ajenjo, jocoquera, manzanilla, pericón, yerbabuena, marrubio, entre otros. Dentro de las especies domésticas se tiene el ganado bovino, ovino, caprino, equino, porcino, y aves de corral como los guajolotes, pollos, gallinas, gallos, patos, gansos y palomos; mientras que en las presas se encuentran ranas, acociles, ajolotes, carpas, sapos, y trucha arcoíris (esta última solamente en la presa Brockman). En la ficha 122: Información geográfica de El Oro presentada a continuación se muestra más a detalle lo anteriormente expuesto y es posible ubicar los datos que la conforman en los mapas 58: Localidades de El Oro y 59: Etnias en El Oro también presentados a continuación.

Mapa 58: Localidades de El Oro



Mapa 59: Etnias en El Oro



Ficha 122: Información geográfica de El Oro

Nombre		El Oro, estado de México
Dimensión geográfica		
Ubicación geográfica	Entre los paralelos 19° 44' y 19° 52' altitud norte; los meridianos 99° 59' y 100° 09' longitud oeste; altitud entre 2400 y 3200 m	Se localiza en la parte montañosa del estado, al noreste de Toluca, colinda al norte con Temascalcingo; al este con Atlacomulco y Jocotitlán y al oeste con el estado de Michoacán
Temperatura	Templado subhúmedo con lluvias en verano, con temperaturas entre 12 y 16°C	
Tipo de flora	Tipo de fauna	Localidades involucradas
Las especies de árboles que se pueden encontrar son el cedro, encino, trueno, casuarinas, eucalipto, fresno, ocote, oyamel, pino, roble y sauce llorón; los árboles frutales con los que cuenta son el manzano, perón, ciruelo, durazno, membrillo, tejocote y capulín. Otras especies que se encuentran son la pitaya, nopales de diversas especies; hiervas medicinales como altamisa, árnica, romero, ruda, toronjil, ajeno, jocoquera, manzanilla, pericón, yerbabuena y marrubio	Las especies que pueden encontrarse y están en vías de extinción son el conejo, coyote, gato montés, ardilla, rata de campo, lince, tlacuache, hurón, zorrillo, cacomiztle, armadillo y el murciélago. También existen lagartijas, escorpiones, camaleones, lagartos, y víboras de cascabel. Dentro de las especies domésticas se encuentran el ganado bovino, ovino, caprino, equino, porcino, y aves de corral como los guajolotes, pollos, gallinas, gallos, patos, gansos y palomos. En las presas se encuentran ranas, acociles, ajolotes, carpas, sapos, y trucha arcoíris (solamente en la presa Brockman).	La cabecera municipal es El Oro conformada por las colonias de Francisco I. Madero, La Cabecilla, Aquiles Serdán, Benito Juárez, Esperanza y San Rafael. Pertenece a la Región II Atlacomulco conformada por los municipios de Acambay, Aculco, Atlacomulco, Chapa de Mota, Ixtlahuaca, Jilotepec, Jiquipilco, Jocotitlán, Morelos, Polotitlán, San Felipe de Progreso, San Juan del Rincón, Soyaniquilpan de Juárez, Temascalcingo y Timilpan. Las comunidades indígenas que conviven son los mazahuas y los otomíes
Lenguas que se hablan		Mazahua y otomí

Fuente: elaboración propia

Algunos de los productos que resultan de las actividades de cultivo y pesca de la región y que son base para diferentes platillos elaborados en este Pueblo Mágico son:

- Maíz rojo: ubicado en la categoría de cereales, granos y harinas este producto se siembra entre los meses de marzo y abril en intervalos de dos

semanas para así poder plantar variedades con diferentes tiempos de maduración y se cosechan entre tres y cuatro meses después de sembrados; posee un sabor dulce y sus granos son medianos con una consistencia harinosa.

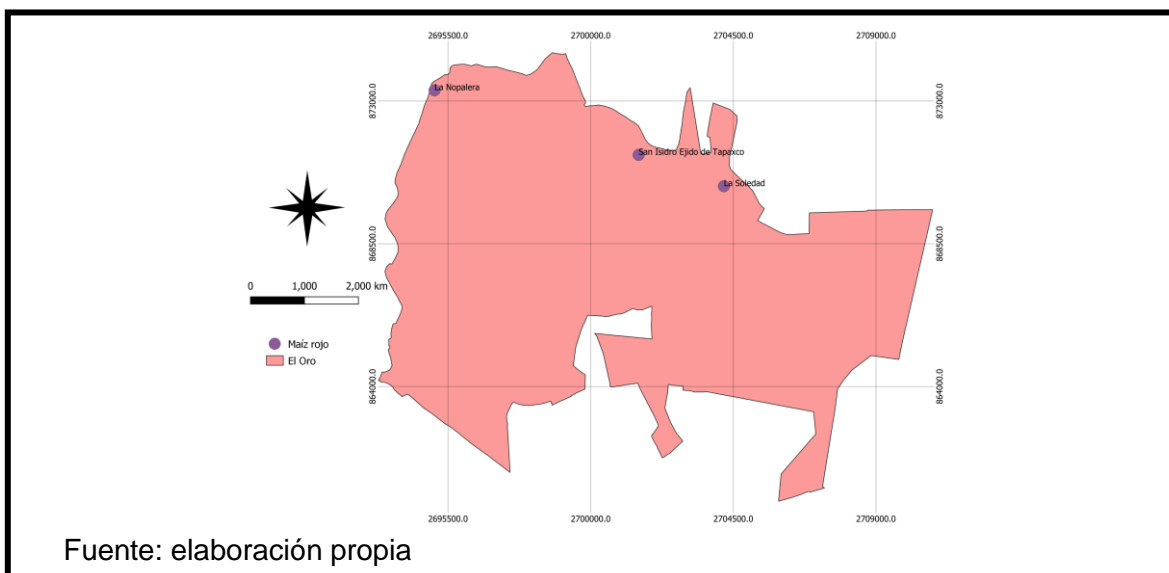
- Maíz azul: este cereal se siembra de forma temporal entre los meses de marzo y junio y se cosecha entre los 110 y los 195 días de sembrado; su sabor es un poco más dulce que el maíz convencional, el tamaño del grano es de mediano a grande y posee una textura harinosa.
- Caña de azúcar: se siembra en la época de primavera- verano y realiza el primer corte del tallo para fruta a finales de octubre, continúa en noviembre, diciembre y en poca proporción a principios de enero; el tallo de la caña se consume como fruta extrayendo únicamente su jugo, sin consumir la parte fibrosa del producto y también se usa en la preparación de bebidas y de endulzantes como el piloncillo.
- Guayaba: esta fruta se siembra en cualquier época del año y se cosecha a finales de verano/ principios de otoño y a finales de invierno/ principios de primavera; se consume toda la fruta con todo y cáscara y es usada para realizar dulces o bebidas a base tanto del fruto como de las hojas; su sabor es dulce, en ocasiones puede ser un poco ácido y tiene una textura suave con pequeños huesos en su interior.
- Anís: es una de las tantas hierbas medicinales que se puede encontrar en esta zona, se siembra entre abril y mayo, suele florecer en julio o agosto y es cosechada de forma manual entre agosto y septiembre; posee un sabor dulce y su textura es parecida a la del apio; en general se puede utilizar toda la planta excepto la raíz, aunque comúnmente se consumen los frutos también conocidos como semillas para preparar bebidas calientes o en la preparación de la chiva y en algunos platillos para aportarles aroma; su uso medicinal sirve para aliviar cólicos menstruales, tos, asma, bronquitis, gastritis y gases.
- Alverjón: son los granos de chícharo secos y se siembra todo el año siendo los meses de abril, mayo, septiembre y octubre los de mayor producción de esta legumbre; su sabor es ligero y al paladar suele ser un poco seco, en

crudo los granos son duros gracias al proceso de secado, sin embargo, una vez cocidos pueden ser lo suficientemente blandos para hacer un puré o una pasta.

- Trucha arcoíris: este pescado se reproduce una vez al año durante los meses de octubre a marzo y se realiza un ciclo de cosecha al año que dura alrededor de siete meses; su sabor es suave al igual que su textura ya que se deshace con facilidad una vez cocida; Normalmente se realiza la pesca deportiva con cañas de pescar y anzuelos, sin embargo, también se pueden recolectar con redes esto es común cuando se van a comerciar en mercados.
- Acociles: también conocidos como langostas de río por lo que son considerados mariscos, se trata de un crustáceo que se pesca entre febrero y junio; se encuentran en aguas poco profundas; suelen consumirse enteros ya sean asados o hervidos y poseen un sabor muy parecido al de los camarones.
- Miel: este endulzante natural se extrae con el panal completo o únicamente la miel líquida que es utilizada en la elaboración de dulces, postres, salsas y como endulzante para algunas bebidas.

Esta información fue tomada partiendo de las fichas 123: El Oro maíz rojo, 124: El Oro maíz azul, 125: El Oro caña, 126: El Oro guayaba, 127: El Oro anís, 128: El Oro alverjón, 129: El Oro trucha arcoíris, 130: El Oro acociles y 131: El Oro miel (presentadas a continuación), correspondientes a los alimentos endémicos del municipio y que junto a los mapas 60: El Oro maíz rojo, 61: El Oro maíz azul, 62: El Oro caña, 63: El Oro guayaba, 64: El Oro anís, 65: El Oro alverjón, 66: El Oro trucha arcoíris, 67: El Oro acociles y 68: El Oro miel que se encuentran enseguida, ayudan a conocer en que partes del municipio se pueden encontrar.

Mapa 60: El Oro maíz rojo



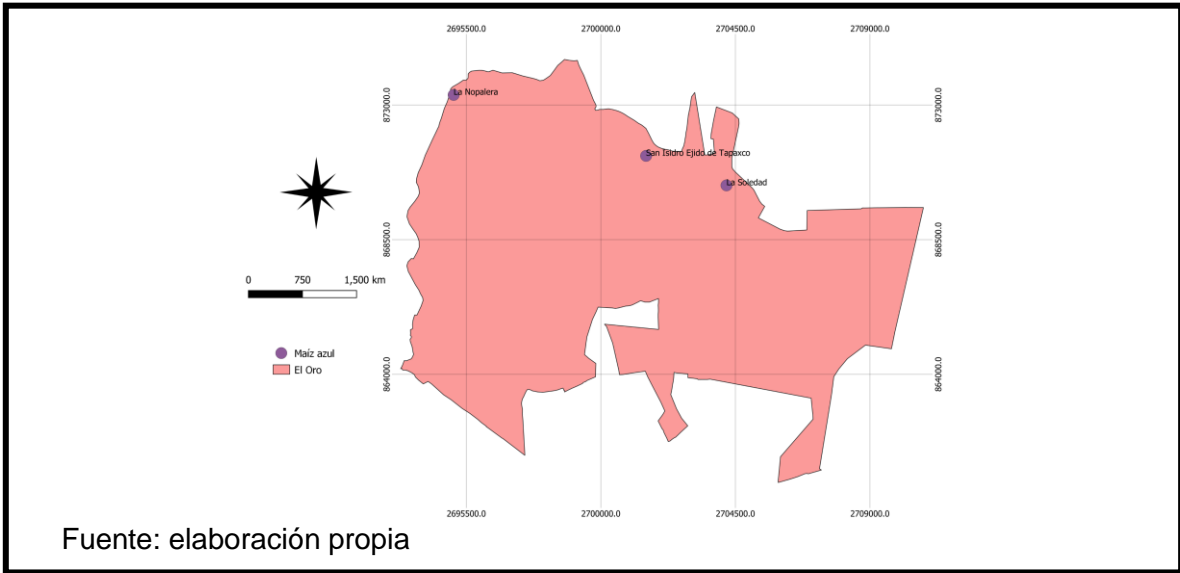
Ficha 123: El Oro maíz rojo

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Maíz rojo	Cereales, granos y harinas	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Maíz de temporal que se siembra entre marzo y abril (se realiza a intervalos de 2 semanas para plantar variedades con diferentes tiempos de maduración)	Tres o cuatro meses después de la siembra	San Isidro, La Soledad y La Nopalera	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		El maíz se cultiva con diferentes propósitos como la producción de forraje verde y ensilaje para consumo animal, producción de granos secos o como hortaliza (elote) para el consumo humano. Algunas personas lo consumen para normalizar el azúcar en sangre, fortalecer los vasos sanguíneos o como digestivo	
Sabor	Dulce		
Textura	De grano mediano y de consistencia harinosa	Técnicas de recolección tradicionales	
		Cosecha y recolección de elotes para el consumo humano. Arranque y desgrane de mazorcas maduras para obtener granos secos; se corta la planta después de la cosecha de mazorcas.	


		Es importante no dejar que la raíz crezca muy grande ya que el grano no crecerá correctamente
--	--	---

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 61: El Oro maíz azul



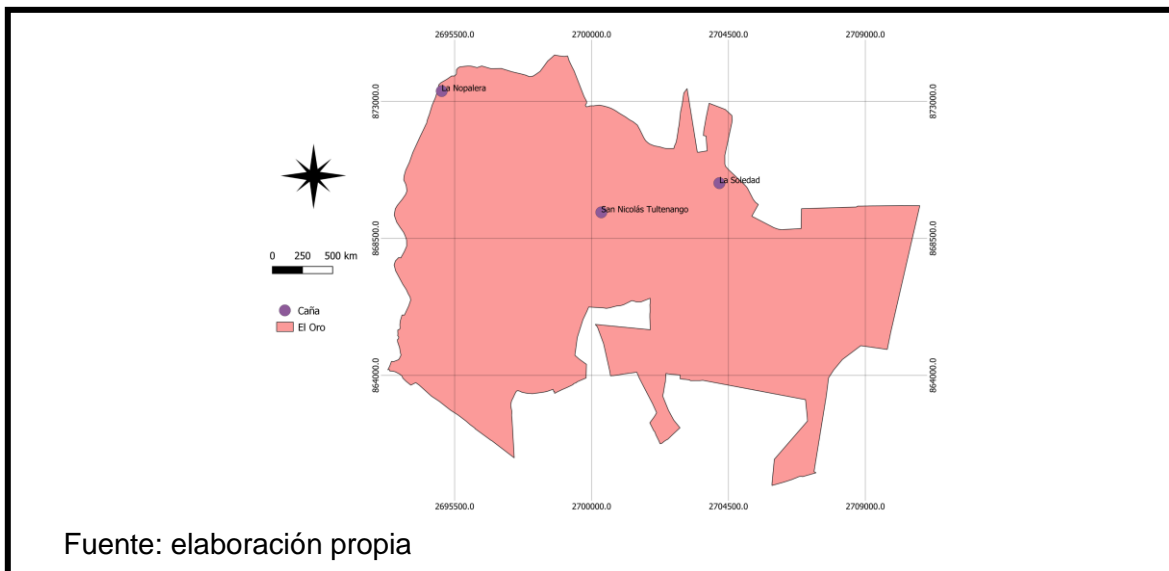
Ficha 124: El Oro maíz azul

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Maíz azul	Cereales, granos y harinas	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Maíz de temporal que se siembra entre marzo y junio		Entre los 110 y 195 días después de la siembra	San Isidro, La Soledad y La Nopalera
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		El maíz se cultiva con diferentes propósitos como la producción de forraje verde y ensilaje para consumo animal, producción de granos secos o como hortaliza (elote) para el consumo humano	
Sabor	Un poco más dulce que el maíz convencional		
Textura	De grano grande a mediano y de textura harinosa	Técnicas de recolección tradicionales	
		Cosecha y recolección de elotes para el consumo humano.	

Arranque y desgrane de mazorcas maduras para obtener granos secos; se corta la planta después de la cosecha de mazorcas

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 62: El Oro caña



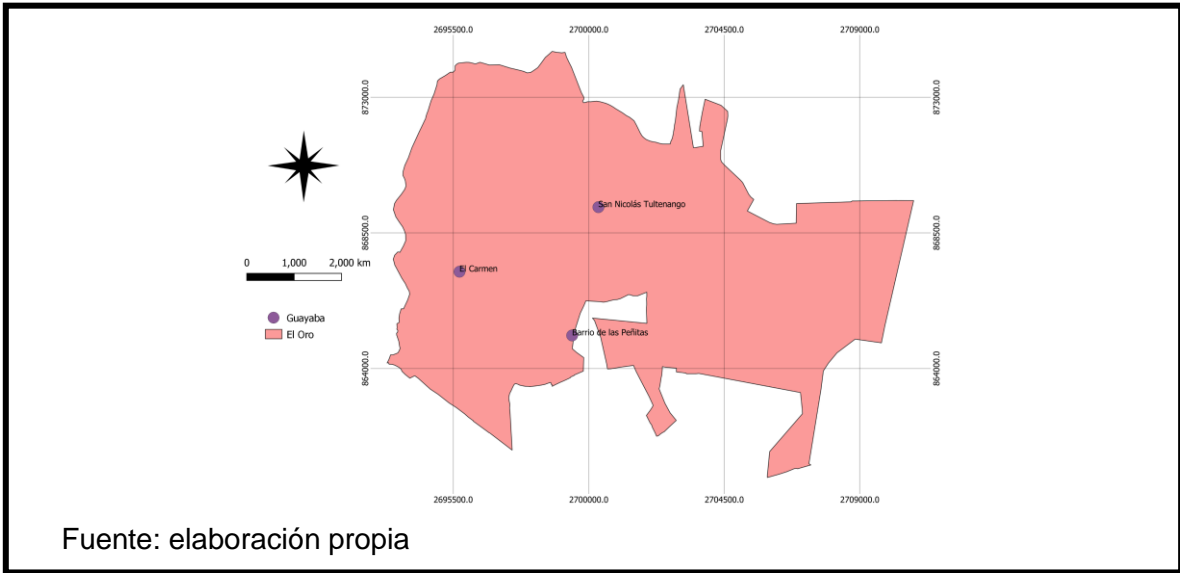
Ficha 125: El Oro caña

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Caña de azúcar	Plantas con tallo	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Primavera- Verano		Otoño e inicios de invierno	La Soledad, La Nopalera y Tultenango
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		El tallo de la caña se puede consumir como futa extrayendo únicamente su jugo, sin consumir la parte fibrosa del producto y también se usa en la preparación de bebidas y de endulzantes como el piloncillo	
Sabor	dulce		
Textura	Dura y fibrosa	Técnicas de recolección tradicionales	
		Se realiza el primer corte del tallo de caña para fruta a finales de octubre, continua en noviembre, diciembre y en poca proporción a principios de enero, posteriormente se	

		cortan, amarran y en su caso se pelan las cañas para su comercialización
--	--	--

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 63: El Oro guayaba



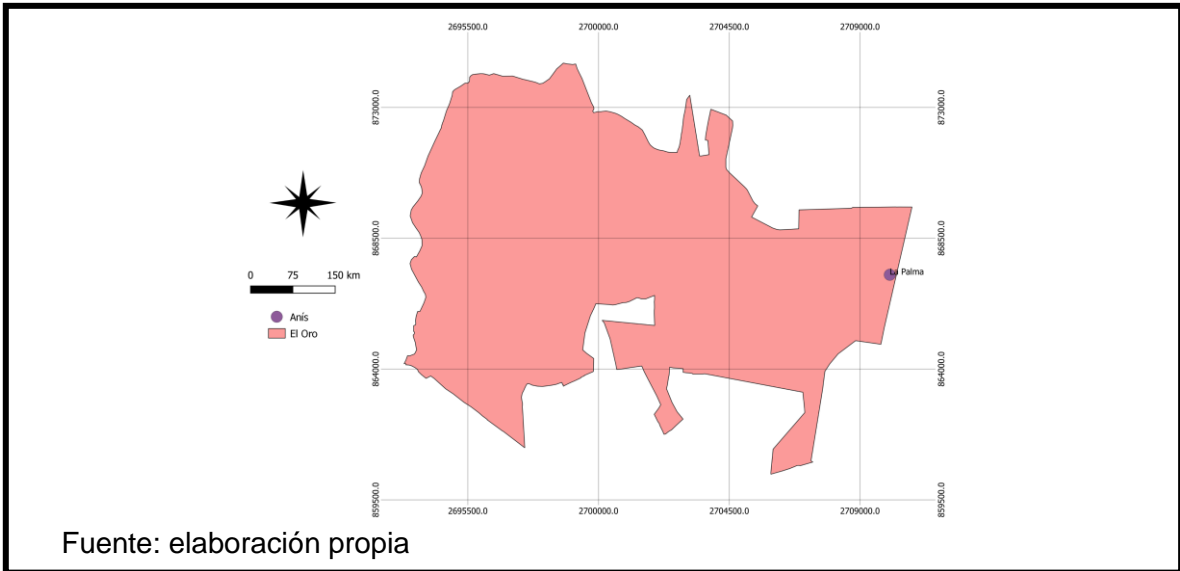
Ficha 126: El Oro guayaba

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Guayaba	Frutas	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Cualquier época del año		A finales de verano/ principio de otoño y a finales de invierno/ principios de primavera	Tultenango, Las Peñitas y El Carmen
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume la fruta con todo y cáscara y se usa para comer sola como fruta, como dulce, en bebidas como tés o aguas frescas y también se realizan tés con sus hojas	
Sabor	Dulce y en ocasiones ácido		
Textura	Suave y con pequeños huesos duros		Técnicas de recolección tradicionales
			El índice de madurez depende del uso que se le dará, para usarlos de inmediato se toman aquellos que tengan un color amarillo; si se desea mantener un tiempo antes de usarlo se toman aquellos que

	tengan un color verde amarillento. La recolección se hace de manera manual, únicamente se jala el fruto del árbol
--	---

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 64: El Oro anís

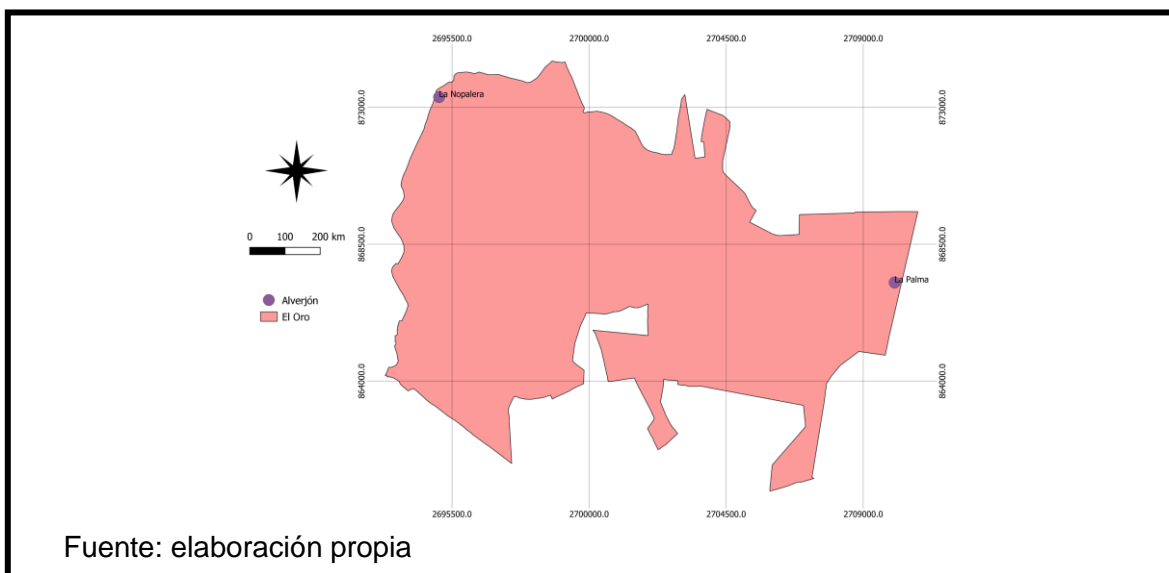


Ficha 127: El Oro anís


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Anís	Hiervas medicinales	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Entre abril y mayo, suele florecer en julio o agosto		Entre agosto y septiembre	La Palma
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		En general se puede utilizar toda la planta excepto la raíz, aunque comúnmente se consumen los frutos también conocidos como semillas para preparar bebidas calientes o en la preparación de la chiva y en algunos platillos para aportarles aroma; su uso medicinal sirve para aliviar cólicos menstruales, tos, asma, bronquitis, gastritis y gases	
Sabor	dulce		
Textura	Su textura parecida al apio	Técnicas de recolección tradicionales	
		La recolección se realiza de forma manual	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 65: El Oro alverjón

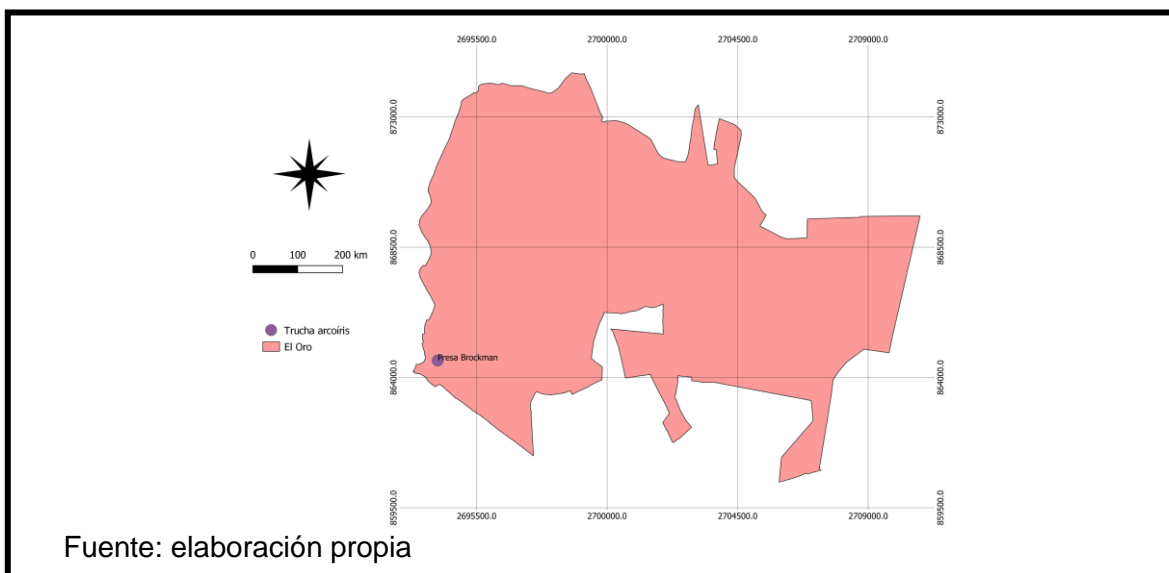


Ficha 128: El Oro alverjón


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Alverjón	Legumbres	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Se siembra todo el año		Los meses de mayor producción son los meses de abril, mayo, septiembre y octubre	La Nopalera y La Palma
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual			El alverjón son los granos de chícharo secos por lo que esta es la única parte que se ocupa en este caso. Se cuece igual que el frijol y se usa en sopas, en pasta y de relleno para tamales y tlacoyos
Sabor	Su sabor es ligero y un poco seco (a algunas personas se les hace insípido por si solo)		
Textura	En crudo son duros y ya cocidos son blandos (lo suficiente para hacerlos como puré)		
		Técnicas de recolección tradicionales	
		Se recolecta a mano tomando las vallas de chícharo maduras y dejando secar sus granos	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 66: El Oro trucha arcoíris

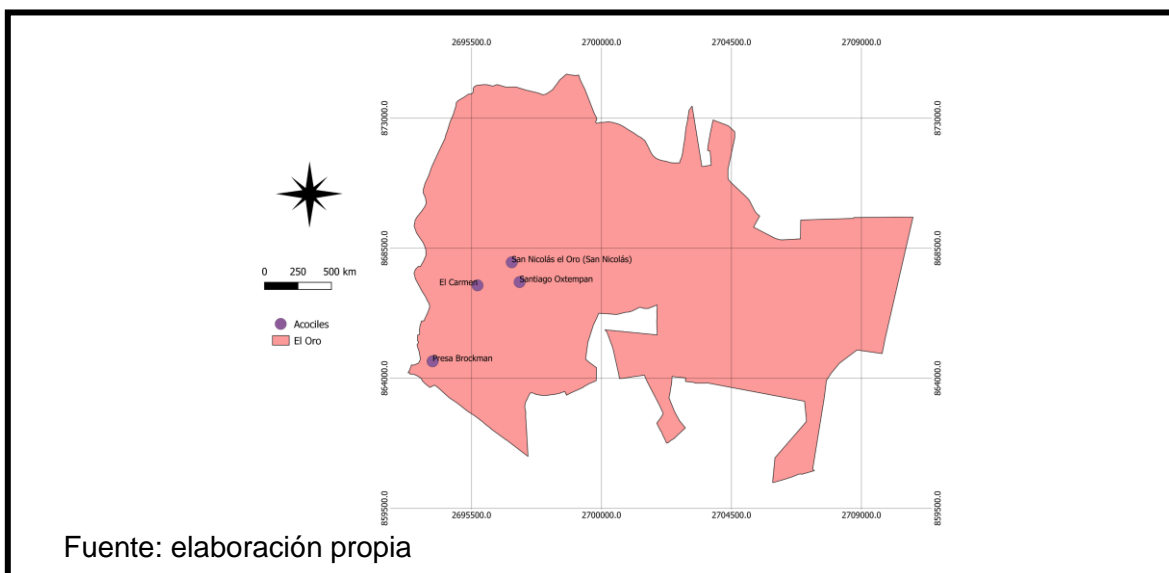


Ficha 129: El Oro trucha arcoíris


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Trucha arcoíris	Pescados y mariscos	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Se reproduce una vez al año durante los meses de octubre a marzo	Se realiza un ciclo de cosecha al año que dura alrededor de siete meses	Presa Brockman	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume todo en el pescado menos el esqueleto y las tripas; después de limpiarlo (quitar las tripas y los huevos) se puede preparar de la manera que más agrade (empapelado, al mojo de ajo, a la diabla, entre otros). Los huevos se consumen de diferentes formas	
Sabor	Suave		
Textura	Suave, se deshace con facilidad		
		Técnicas de recolección tradicionales	
		Normalmente se realiza la pesca deportiva con cañas de pescar y anzuelos, sin embargo, también se pueden recolectar con redes (esto es común cuando se van a comerciar)	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 67: El Oro acociles

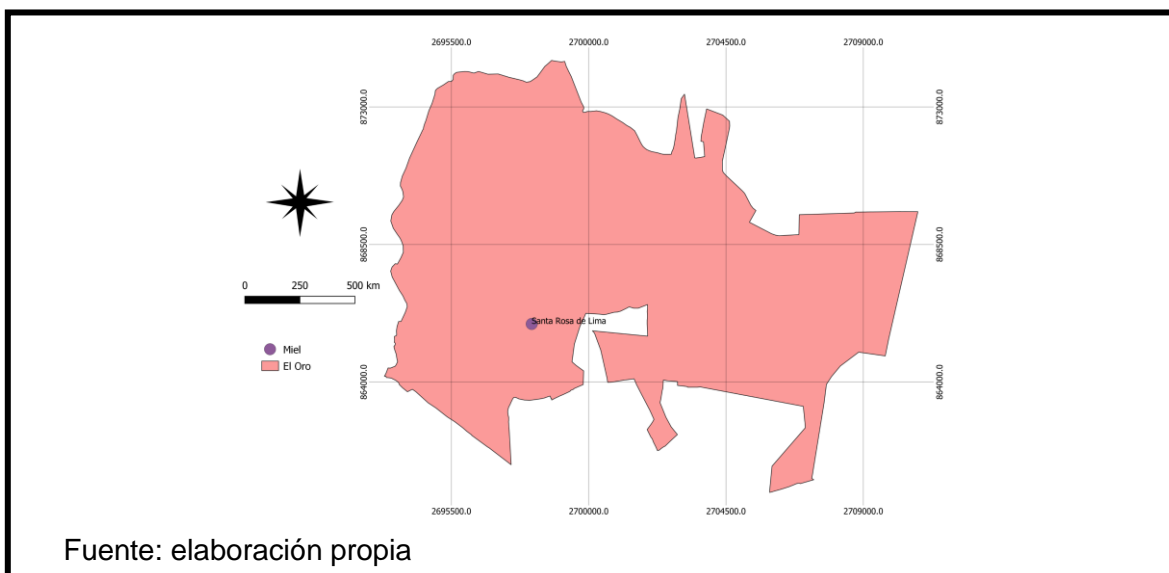


Ficha 130: El Oro acociles

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Acociles	Pescados y mariscos	Altiplano Centro	El Oro, Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Su periodo de pesca es entre febrero y junio			Presa Brockman, Santiago Oxtempán, San Nicolás el Oro y El Carmen
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume el crustáceo entero ya sea asado o hervido	
Sabor	Su sabor es parecido al de los camarones		
Textura	Crocante debido a su pequeño caparazón	Técnicas de recolección tradicionales	
		Tradicionalmente se pescan en aguas poco profundas, para atraparlos se utilizan redes de ayate (fibras de agave) o de otras fibras vegetales, con malla muy fina para evitar que los crustáceos puedan escapar al ser tan pequeños	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 68: El Oro miel



Ficha 131: El Oro miel

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Miel	Edulcorante	Altiplano Centro	El Oro, Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Primavera (es la época de pre-cosecha)		Generalmente se extrae en verano y otoño	Santa Rosa de Lima
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se puede consumir tanto el panal como la miel. Se consumen al natural para endulzar bebidas o alimentos, como postre y también se usa en la preparación de salsas y dulces tradicionales	
Sabor	Dulce y ligeramente ácida		
Textura	Ligeramente espesa y pesada	Técnicas de recolección tradicionales	
		Se puede recolectar el panal completo, para esto se necesita mucha experiencia y tener mucho cuidado con la colmena; también se puede extraer la miel seleccionando aquellos marcos que están listos para su recolección, con ayuda de algo parecido a un cuchillo caliente se retira la cera y se colocan los marcos en el extractor de miel (este aparato funciona con fuerza centrífuga) para llenar los recipientes donde se quiera depositar la miel	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Como parte de las festividades más representativas de El Oro se encuentra el carnaval que generalmente tiene una afluencia de más de 40,000 espectadores, se realiza en marzo, tiene una duración de una semana y se lleva realizando por más de 45 años; previo a este desfile se realiza un festival cultural en distintos foros como el teatro Juárez también se realizan charreadas, carreras de caballos y peleas de gallos; el cierre del carnaval consiste en un magno desfile por las principales calles en el que participan diferentes instituciones educativas de todos los niveles, las actividades que lo acompañan son juegos mecánicos, baile popular y venta de antojitos. La celebración de la virgen de Guadalupe también tiene gran importancia para este Pueblo Mágico, se realiza el 12 de diciembre mediante danzas, procesiones y peregrinaciones acompañados de una feria donde se venden alimentos y artesanías además de contar con juegos mecánicos y fuegos pirotécnicos; del 19 al 30 de agosto tiene lugar la fiesta de Santa Rosa de Lima, esta comunidad pertenece a la región mazahua y la imagen de las mujeres con su traje indígena conforma la imagen más representativa de la fiesta donde se adorna con arcos de flores de campo la entrada del pueblo, los postes de luz y los magueyes, se le llevan mañanitas a la virgen durante los días que dura el festejo y el día 29 se realizan danzas antes de entrar al templo de la virgen y durante la procesión, también se organiza una feria donde hay juegos mecánicos, fuegos pirotécnicos y venta de alimentos; por último se tiene la feria de San Miguel Arcángel el 29 de septiembre que se celebra desde 1913 y consiste en una representación que inicia con unos peregrinos en las antiguas capillas de San Miguel Arcángel y del Cristo de Monte Alto durante ella se realiza una obra teatral conformada por un arriero, un rey, un séquito real, unos ladrones, un arresto y un fusilamiento, por la noche se realizan la quema de castillos y toritos de cohetones.

El mapa 5 presentado al inicio de este apartado, junto con las fichas 132: Carnaval, 133: Celebración de la virgen, 134: Fiesta de Santa Rosa de Lima y 135: Feria de San Miguel Arcángel presentadas a continuación permiten identificar los lugares donde se celebran estos eventos y las dinámicas culturales que se llevan a cabo en ellos.

Ficha 132: Carnaval

Nombre	El carnaval		
Dónde se celebra	Empieza	Termina	
El Oro, estado de México	marzo	Una semana después de dar inicio	
En qué consiste	Origen y peculiaridades		
Consiste en un magno desfile por las principales calles, en el que participan diferentes instituciones educativas de todos los niveles y particulares, teniendo una afluencia de más de 40,000 espectadores; las actividades que lo acompañan son juegos mecánicos, baile popular y venta de antojitos.	Se lleva realizando por más de 45 años		
Observaciones	Rituales		
Se dice que en esta fiesta todo se vale y todo está permitido, por eso es que se llevan las máscaras y no solo se usan máscaras, también se disfrazan; esto es una proyección de lo que les gustaría ser (ángel, demonio, animal, mujer, payaso, dibujo animado o apache) y así bailan y se entregan a los placeres de la diversión	Previo al desfile se realiza un festival cultural en distintos foros como el teatro Juárez; también se realizan charreadas, carreras de caballos y peleas de gallos		
Platillos que se consumen	La chiva, antojitos a base de maíz, bebidas alcohólicas, en general la oferta gastronómica del lugar ningún platillo en específico		

Fuente: elaboración propia

Ficha 133: Celebración de la virgen

Nombre	La celebración de la virgen de Guadalupe		
Dónde se celebra	Empieza	Termina	
Cabecera municipal del Oro, estado de México	12 de diciembre	12 de diciembre	
En qué consiste	Origen y peculiaridades		
Se celebra a la virgen de Guadalupe mediante danzas, procesiones y peregrinaciones; también se pone una feria para venta de alimentos y artesanías	Con la llegada de los españoles se adoptaron actividades religiosas como esta		
Observaciones	Rituales		
Normalmente se celebra un fin de semana antes de semana santa	Se realizan peregrinaciones, procesiones, danzas regionales, juegos pirotécnicos y verbenas populares		
Platillos que se consumen	Antojitos a base de maíz principalmente y dulces típicos de la región		

Fuente: elaboración propia

Ficha 134: Fiesta de Santa Rosa de Lima

Nombre	Fiesta de santa Rosa de Lima	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Santa Rosa de Lima, El Oro estado de México	19 de agosto	30 de agosto
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
<p>Se adorna con arcos de flores de campo la entrada del pueblo, los postes de luz y los magueyes, se le llevan mañanitas a la virgen todos los días que dura el festejo; el 29 se realizan danzas antes de entrar al templo de la virgen y durante la procesión.</p> <p>Se organiza una feria donde hay juegos mecánicos, fuegos pirotécnicos y venta de alimentos; también se organiza un baile para el cierre de la fiesta</p>	<p>La virgen se apareció en el Cerro Llorón (lugar ubicado entre Santa Rosa y Santiago Oaxtepan) en 1645. Al principio se celebraba en conjunto con los habitantes de Santiago Oaxtepan ya que ellos tenían la imagen de la virgen en su capilla, sin embargo, el 2 de agosto de 1940 un grupo de jóvenes se organizó para que ya no dejaran salir a la virgen de Santa Rosa y a partir de esa fecha la imagen se quedó en la comunidad; aunque la aparición de la virgen fue en el mes de mayo de 1645, la festividad se lleva a cabo del 19 al 30 de agosto ya que son las fechas en que recuperaron la imagen.</p> <p>Las personas de la comunidad creen que si no van o no cooperan con la fiesta les puede pasar algo malo como ser llevados por el coyote de monte.</p>	
Observaciones	Rituales	
<p>La imagen de las mujeres con su traje indígena conforma la imagen más representativa de la fiesta.</p> <p>Esta comunidad pertenece a la región mazahua que se extiende de Ixtlahuaca hasta los límites con los estados de Michoacán, Hidalgo y Querétaro.</p>	<p>Todos los días a partir del 19 de agosto las jóvenes solteras de entre 12 y 20 años se turnan para llevarle mañanitas a la virgen (un barrio por día), las chicas van vestidas con el traje tradicional mazahua. El día más importante es el 29, es cuando se reúnen todos los barrios para llevar las mañanitas y se celebra la misa en el templo a las 9 de la mañana, es ahí cuando llegan todas las mujeres de los diferentes barrios vestidas con sus trajes mazahuas y con una de las chicas al frente mostrando un letrero que indica el barrio al que pertenecen. Los “santiagueros” y las “pastoras” efectúan danzas antes de entrar al templo y durante las procesiones; terminando la misa desocupan el espacio por barrios y se colocan en los jardines formando una valla para que salga la virgen vestida con el traje mazahua.</p>	

	Terminada la misa la gente va a comer y a disfrutar de la feria y realizan un baile para terminar la celebración.
Platillos que se consumen	Antojitos a base de maíz, chiva, tamales, mole, arroz

Fuente: elaboración propia

Ficha 135: Feria de San Miguel Arcángel

Nombre	Feria de San Miguel Arcángel	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Colonia Francisco I. Madero	29 de septiembre	29 de septiembre
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Representación que inicia con unos peregrinos en las antiguas capillas de San Miguel Arcángel y del Cristo de Monte Alto; se realiza una representación teatral conformada por un arriero, un rey, un séquito real, unos ladrones, un arresto y un fusilamiento. En la noche se realizan la quema de castillos y toritos de cohetones y fuegos pirotécnicos	Se comenzó a celebrar en 1913, esta devoción fue infundida probablemente por mineros de Hidalgo o Guanajuato o tal vez por una influencia devocional de Temascalcingo	
Observaciones	Rituales	
	Representación teatral por parte de las personas de la comunidad y música en vivo de diferentes bandas	
Platillos que se consumen	Antojitos a base de maíz, chiva, en general la oferta gastronómica del municipio	

Fuente: elaboración propia

La gastronomía de este pueblo minero tiene influencias prehispánicas en su mayoría, como parte de los platillos y bebidas representativos de El Oro se tienen los siguientes:

- Rollo de guayaba: se puede encontrar todo el año de forma regular en los mercados, tianguis, ferias y también se les puede encontrar en el carnaval; está elaborado a base de guayabas maduras, azúcar, jugo de limón y en caso de llevar relleno suele usarse cajeta y nuez; posee un sabor muy dulce con una textura suave y ligeramente pegajosa.

- Dulce de leche: también es conocido como jamoncillo, es un postre hecho con leche de vaca, azúcar, vainilla, bicarbonato de sodio, nuez y colorante vegetal, tiene un sabor muy dulce con una textura un poco arenosa pero suave; se encuentra disponible todo el año en las ferias, los mercados y tianguis del municipio y en el carnaval.
- Cola de macho: es un postre muy parecido a las palanquetas elaborado a base de piloncillo, frutas secas y bicarbonato de sodio, su sabor es dulce y puede llegar a tener notas ácidas dependiendo del tipo de fruta seca que lleve; al igual que los postres anteriores se encuentra todo el año en los mercados, ferias y en el carnaval que tiene lugar en este Pueblo Mágico.
- Mole rojo: tradicionalmente se sirve con carne de guajolote y está preparado con chile ancho, chile pasilla, chile mulato, almendras, canela, cacahuete, pasas, ajonjolí, anís, ajo, cebolla, clavo de olor, pimienta, plátano macho, chocolate amargo, tortilla de maíz, pepita verde, pan, caldo y sal; su sabor es un poco picante con un ligero sabor a cacahuete y su textura es ligeramente arenosa y espesa aunque en algunos locales puede ser un poco más líquida, esto depende mucho de quien lo prepara.
- Mole verde: al igual que el mole rojo suele ser servido con carne de guajolote, tiene un sabor herbáceo, ligeramente ácido y posee una consistencia espesa; está elaborado a base de tomate, pepita verde, chile poblano, chile serrano, cebolla, perejil, cilantro, bolillo, epazote, ajo, pimienta, clavo de olor, lechuga y aceite.
- Barbacoa de borrego: la preparación de este platillo es muy parecida a la de Hidalgo ya que se prepara un hoyo en la tierra para hacer el horno donde será cocida, gracias a esto tiene un sabor intenso ya que los jugos de la carne se concentran con los demás ingredientes y recibe el ahumado de la leña; para su elaboración se prepara un adobo con el que se marida el borrego hecho con chile ancho, chile chipotle, hojas de aguacate, pimienta, canela, agua y sal, posteriormente se ponen en una olla de barro y de boca grande agua, cebolla, ajo, garbanzo, chile chipotle, zanahoria, ejote, chícharo, hierbabuena, y sal; esta olla se coloca al fondo del hoyo y es donde caerán

los jugos de la carne formando el consomé, sobre esta olla se coloca una rejilla donde se pone la cazuela que contiene la carne marinada para después ser cubierta con pencas de maguey asadas cubriendo por completo el hoyo para dejarla coser por siete horas aproximadamente.

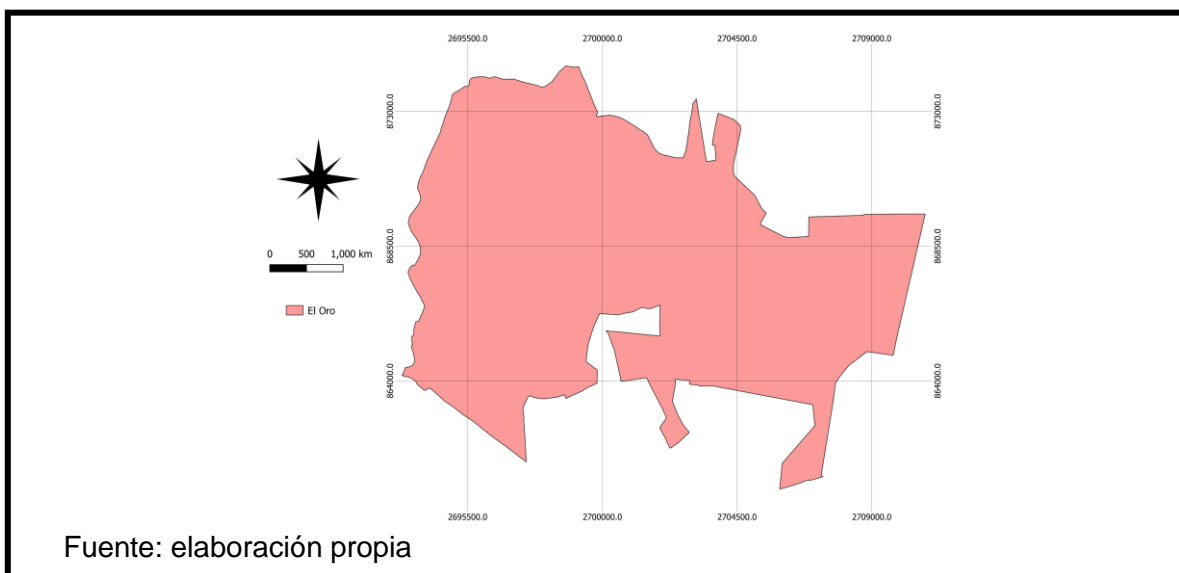
- Tamales de judas: este antojito suele consumirse durante semana santa, es de sabor dulce y textura suave; se preparan a base de pinole de maíz azul, miel de piloncillo y pasta de alverjón, se envuelven en hojas de totemoxtle para después colgarlos en un mecate; este platillo se consume frío y se dice que su sabor mejora conforme más tiempo se dejen colgados.
- Sende Choo: esta es una bebida tradicional con alcohol muy representativa de los mazahuas, la característica principal de esta bebida es que está hecha a base de granos de maíz germinados y fermentados teniendo como ingredientes principales el maíz rojo, agua y chile guajillo (este se incorpora solo al momento de servir sobre la bebida y en pequeña cantidad), el proceso de fermentación es el que proporciona la concentración alcohólica por lo que mientras más tiempo se deje fermentar mayor será esta; su sabor es ligeramente agrio con una consistencia parecida a la del pulque y un color lila muy característico gracias a los granos de maíz rojo.
- Chiva: probablemente es la bebida más conocida de este Pueblo Mágico cuya receta es guardada por los productores, aunque se sabe que está elaborada con anís y alrededor de 20 hiervas medicinales tanto dulces como amargas entre las que se encuentran el ajeno, hierba del burro, manzanilla, hierbabuena, toronjil, menta, te de limón, hojas de naranjo, malva, entre otras; el proceso de elaboración tarda alrededor de tres meses, actualmente se usa como digestivo o remedio para algunos dolores como los cólicos; es de un color verde fosforescente, de consistencia líquida y un sabor herbal, un poco amargo pero fuerte en cuanto a sensación alcohólica.
- Atole agrio: otra bebida elaborada mediante fermentación, pero sin grado alcohólico que se toma generalmente en época de frío o en fiestas regionales acompañado de un tamal por las mañanas; sus ingredientes principales son

elote tierno desgranado, canela, piloncillo y agua, tarda un par de días en prepararse y posee una consistencia espesa y un sabor agridulce.


- Agua de sambumbia: esta bebida con grado alcohólico se consume en época de calor y en fiestas patronales donde se coloca en un recipiente adornado de flores y lleno de esta bebida que tiene un sabor dulce con una ligera sensación agria y consistencia líquida; lleva un proceso de fermentación y se prepara a base de arroz, cebada, canela, clavo de olor, pimienta, hoja de maíz tostada y molida, pulque y piloncillo; la calidad del pulque que se utilice es de suma importancia para el sabor que tendrá al final.

El mapa 69: Municipio de El Oro presentado enseguida muestra la extensión territorial del municipio donde se encuentran los platillos y bebidas tradicionales brevemente explicados anteriormente, esta información se encuentra en las fichas 136: Rollo de guayaba, 137: Jamoncillo, 138: Cola de macho, 139: Mole rojo, 140: Mole verde, 141: Barbacoa de borrego, 142: Tamales de judas, 143: Sende Choo, 144: Chiva, 145: Atole agrio y 146: Agua de sambumbia que se muestran a continuación, con ellas se puede realizar una reflexión sobre las expresiones culturales que se dan alrededor de los alimentos y la importancia de los ingredientes que se producen en la zona para la elaboración de estas recetas.

Mapa 69: Municipio de El Oro




Ficha 136: Rollo de guayaba

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Rollo de guayaba	Postres	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Estacionalidad	Se puede encontrar todo el año no importando la estacionalidad de la guayaba ya que es un confitado		
Festividad	Ingredientes principales		
Se encuentra de manera regular en los mercados, tianguis y ferias, también se les puede encontrar en el carnaval	<ul style="list-style-type: none"> - ½ kilo de guayabas maduras - 2 tazas de azúcar - Jugo de 1 limón - Cajeta y nuez (en caso de querer rellenarlo) 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		<p>Colocar las guayabas en una olla a fuego medio hasta que la piel se desprenda con facilidad y dejarlas enfriar, ya frías se elabora un puré con ellas y se cuele para quitarle las semillas y así solamente quede la pulpa; posteriormente se le agrega azúcar y jugo de limón para mezclar todo, la mezcla se coloca sobre una mesa cubierta de azúcar y se extiende.</p> <p>Si se desea rellenar este es el momento de colocar la cajeta y la nuez para después enrollarlo y cortarlo del tamaño que se desee.</p> <p>En este municipio es más común encontrarlo sin relleno, sin embargo, si hay lugares donde lo venden con diferentes tipos de relleno</p>	
Sabor	Muy dulce		
Textura	Suave y ligeramente pegajosa		

Fuente elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 137: Jamoncillo

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Dulce de leche (jamoncillo)	Postres	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se puede encontrar en las ferias, los mercados y tianguis del municipio y en el carnaval	<ul style="list-style-type: none"> - 2 tazas de leche de vaca - 2 tazas de azúcar - Vainilla - 1 pizca de bicarbonato de sodio - Nuez al gusto - Colorante vegetal del color que se desee 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		

Visual		Se hierva la leche con el azúcar, después se le agrega la vainilla y el bicarbonato (si se quiere poner color a la mezcla, este es el momento de agregar el colorante) para revolverlo hasta que se haga una bola con consistencia suave, en este momento se retira del fuego.
Sabor	Muy dulce	Posteriormente se amasa la mezcla (teniendo cuidado ya que es una mezcla caliente) hasta tener una textura muy manejable.
Textura	Un poco arenosa pero suave	Ahora ya se pueden crear las figuras deseadas, lo más común es extender la masa y cortarla en rectángulos para obtener barritas, también se pueden formar bolitas y colocar una nuez en la parte superior. Una vez que se le dio forma se dejan enfriar hasta que tengan una consistencia dura y se puedan consumir.


Fuente elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 138: Cola de macho

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Cola de macho	Postres	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se puede encontrar en las ferias, los mercados y tianguis del municipio y en el carnaval	<ul style="list-style-type: none"> - Piloncillo - Futas secas a elección - Bicarbonato de sodio (opcional) 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual	Parecido a las palanquetas	Se pone el piloncillo en una olla con un poco de agua a fuego medio hasta que se disuelva, después se le agregan las frutas secas y se mezcla hasta que estén bien incorporadas se les da la forma deseada y se dejan enfriar hasta que endurezca el piloncillo	
Sabor	Dulce y dependiendo de la fruta que lleve puede ser un poco ácido		
Textura	Dura y crujiente		


Fuente elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 139: Mole rojo

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Mole rojo	Salsas	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se puede encontrar en las ferias, los mercados y tianguis del municipio y en el carnaval	<ul style="list-style-type: none"> - ¼ de kilo de chile ancho - ¼ de kilo de chile pasilla - ¼ de kilo de chile mulato - 10 almendras - 1 raja de canela - 1 taza de cacahuates pelados - 100 gramos de pasas - ¼ de kilo de ajonjolí - 3 dedos de anís (lo que tomen los dedos) - 1 cabeza de ajos - 1 cebolla mediana - 12 clavos de olor - 12 pimientas gordas - 1 plátano macho frito - 3 chocolates amargos o lo que serían 3 coronas - 1 tortilla de maíz - 100 gramos de pepita verde frita - 1 rebanada de pan frito - Caldo de pollo al gusto - Sal al gusto 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		Se les quitan las venas y semillas a los chiles y se ponen a tostar en un comal a fuego medio, solo se tuestan un poco y después se ponen en agua hirviendo y se reservan. Se muelen el ajo, la cebolla, los chiles, el plátano, la tortilla y el pan para luego freírlos y posteriormente se licuan con un poco de caldo de pollo hasta que hierva la mezcla; en este momento se agrega el chocolate y un poco más de caldo de pollo para evitar que se pegue y se deja a fuego bajo media hora aproximadamente hasta que tenga la consistencia deseada y esté listo para servir; normalmente se sirve con carne de guajolote	
Sabor	Un poco picante y con un ligero sabor a cacahuete		
Textura	Un poco espeso y con sensación ligeramente arenosa (en algunos lugares puede ser más líquido)		


Fuente elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 140: Mole verde

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Mole verde	Salsas	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se puede encontrar en las ferias, los mercados y tianguis del municipio y en el carnaval	<ul style="list-style-type: none"> - 1 ½ kg de tomate - ½ kg de pepita verde - 3 chiles poblanos - 3 chiles serranos - 4 cebollas con rabo - 1 manojo de perejil - 1 manojo de cilantro - 1 bolillo - 3 ramas chicas de epazote - 3 dientes de ajo - 2 pimientas gordas - 1 clavo de olor - 4 hojas de lechuga - 15 chiles - ½ litro de aceite 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		En el aceite caliente se fríe la pepita previamente cernida, se le agregan los ajos sin piel, la pimienta, el clavo y el pan muy bien molidos (preferentemente en metate), en caso de que haga falta aceite se puede agregar más; se debe mover constantemente raspando el fondo para evitar que se pegue.	
Sabor	Herbáceo y ligeramente ácido	Cuando esta pasta queda bien mezclada se le agregan molidos en crudo los tomates, las cebollas, los chiles poblanos (sin semilla), el perejil, el epazote, el cilantro, los chiles serranos y las lechugas; posteriormente se le agrega sal y caldo de la cocción del guajolote (carne con la que normalmente se sirve), una vez que hierve ya se puede servir	
Textura	Un poco espeso y con sensación ligeramente arenosa (en algunos lugares puede ser más líquido)		

Fuente elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 141: Barbacoa de borrego


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Barbacoa de borrego	Plato fuerte	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se puede encontrar en las ferias, los mercados y tianguis del municipio y en el carnaval	<ul style="list-style-type: none"> - 1 borrego tierno de 40 kg aproximadamente, cortado en piezas medianas y sazonadas con manteca, sal de grano y pimienta molida - 30 chiles anchos medianos, desvenados, ligeramente tostados y remojados en agua caliente - 20 chiles chipotles moritas preparados como los anteriores - 20 hojas de aguacate - 1 ½ cucharadas de pimienta gorda - 1 ½ rajas grandes de canela - 3 a 4 tazas de agua - Sal gruesa al gusto <p>Para la barbacoa</p> <ul style="list-style-type: none"> - 10 piedras medianas - Leña de encino - 20 pencas de maguey asadas - 1 olla de barro honda de boca grande, con capacidad par8 litros - 3 litros de agua - 4 cebollas medianas picadas finamente - 20 dientes de ajo picados finamente - 4 tazas de garbanzos - 250 gramos de chiles chipotles moritas lavados - 4 tazas de zanahorias peladas y picadas finamente - 4 tazas de ejotes picados finamente - 4 tazas de chicharos - 1 manojo mediano de hierbabuena - Sal gruesa al gusto - 1 rejilla metálica - 10 hojas de mixiote - 2 mantas para tapar 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual	 <p>Se embarran as piezas de carne de borrego con la manteca, sal y pimienta para después acomodarlas en una cazuela grande. En el metate o en una licuadora se muelen los chiles con las hojas de aguacate, pimienta, canela y sal; se vierte poco a poco el agua de los chiles para formar un adobo semi espeso y con este se bañan</p>		

Sabor	Su sabor es intenso por todos los ingredientes que lleva y por la concentración de los jugos de la carne al ser cocida en un horno de piedra	<p>las piezas del borrego para dejarlas macerar durante seis horas.</p> <p>Para preparar la barbacoa se hace en la tierra un hoyo de 1 metro de profundidad por un metro y medio de ancho, se colocan las piedras al fondo y pedazos de leña en forma de cruz hasta hacer una pirámide, en este momento se debe encender la leña. Hay que atizar el fuego para que la leña encienda pareja, esto se lleva 4 horas aproximadamente para obtener la braza; Con ayuda de un apala se retiran las piedras y un poco de braza para acomodar el resto de leña; encima se ponen las pencas de maguey entrelazadas procurando que las puntas sobresalgan del hoyo.</p> <p>En la olla de barro se pone el agua, con las cebollas, ajos, garbanzo, chiles hierbabuena, sal y las verduras; esta olla se pone al fondo del pozo sobre las pencas y se le coloca la rejilla encima; posteriormente se envuelve el borrego marinado en el resto de las pencas asadas y se cubre con las hojas de mixiote, hay que entrelazar bien las pencas para que esto quede totalmente cubierto (como si se tratara de un tamal); este se coloca sobre la rejilla y se cubre con una manta mojada para evitar que se queme y se cubre con una capa gruesa de tierra, sobre ella las piedras y la braza que se tiene apartada. Después de siete horas de cocción aproximadamente se retiran las brasas y la tierra, con cuidado de destapa la carne y se salpica con sal de grano.</p> <p>Se sirve con tortillas hechas a mano y el caldo que hay en la olla se sirve en jarritos</p>
Textura	Suave, fácil de masticar	

Fuente elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 142: Tamales de judas


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Tamales de judas	Antojitos	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Estacionalidad	Semana santa		
Festividad	Ingredientes principales		
Se acostumbra prepararlos en semana santa	<ul style="list-style-type: none"> - Pinole de maíz azul - Miel de piloncillo - Pasta de alverjón -Punta de maguey - Hojas de totemoxtle -Mecate 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		

Visual		Se mezcla el pinole con la miel de piloncillo hasta obtener una pasta similar al tzoatl (dulce típico de maíz elaborado en día de muertos durante la época prehispánica), esta pasta se extiende sobre un metate y encima se pone la pasta de alverjón; posteriormente se divide la masa en porciones con ayuda de una punta de maguey para enrollarlas y envolverlas en las hojas de totomoxtle. Después se cuelgan en un metate representando el momento en que judas se ahorcó por traicionar a Jesús; el colgarlos también ayuda a mantenerlos frescos para comerlos fríos y su sabor mejora conforme pasen los días
Sabor	Dulce	
Textura	Suave al morder y consumirlo	

Fuente elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 143: Sende Choo


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Sende Choo (pulque de maíz)	Bebidas tradicionales con alcohol	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - Maíz rojo seco - Agua - Chile guajillo molido en molcajete 		<p>Se desgrana el maíz rojo seco, se debe tener un chiquihuite (cesto de caña de carrizo donde suelen ponerse tortillas para mantenerlas calientes) forrado por dentro de ocoxal (hojas de ciertos tipos de pinos) a modo de nido, donde se depositarán los granos de maíz para bañarlos con agua tibia y cubrirlos con más ocoxal; para esto se hace uso de una tela o una tapa de barro, después esto se coloca a los rayos del sol; esto ayudará a que el grano se active y comience su germinación.</p> <p>Durante dos semanas se deben revisar diario para mantener la humedad en los granos y descartar aquellos que estén en estado de putrefacción, después de este tiempo el grano debe haber germinado y tener una raíz de aproximadamente 2 cm de largo. Los granos de maíz se extienden en el suelo sobre un petate para secarse directamente al sol por dos semanas aproximadamente; una vez secos se limpian perfectamente y se muelen en un metate como si se tratara de pinole para después disolverlo en agua fría (debe quedar como una masa semilíquida).</p> <p>Se colocan grandes ollas en el fuego y se les agrega la masa realizada, en cuanto rompe el hervor se termina de llenar con agua hirviendo y no se deja de mover en ningún momento, siempre hacia el mismo sentido y por la misma persona (esto es para que no se corte, según creencias de quien lo prepara), con esto se</p>	

		<p>obtiene una especie de atole al que se le agrega chile molido finamente en un molcajete (normalmente es chile guajillo); después de 6 horas de cocción aproximadamente se retira del fuego.</p> <p>Ya que está frío se cuela y se coloca en una zona tibia (suele ser a un lado del fogón), esto ayuda a la fermentación; una vez que fermenta se puede consumir, sin embargo, mientras más tiempo se deje fermentando, mayor concentración alcohólica tendrá</p>
Análisis sensorial		Modo de consumo
Visual		Se consume en las fiestas patronales ya que su preparación tarda un par de meses aproximadamente por lo que se reserva para este tipo de ocasiones
Sabor	Ligeramente agrio ya que se trata de un fermento	
Textura	Un poco babosa y parecida a la del pulque	

Fuente elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 144: Chiva


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Chiva	Bebidas tradicionales con alcohol	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - anís y alrededor de 20 hiervas (en su mayoría medicinales) - Alcohol 		<p>La receta es guardada por los productores, pero se sabe que lleva alrededor de 20 hierbas tanto dulces como amargas, entre las que se encuentran el ajeno, hierba del burro, manzanilla, hierbabuena, toronjil, menta, te de limón, hojas de naranjo, malva, anís, entre otras.</p> <p>Se mezclan los ingredientes para ponerlos a macerar, esto consiste en introducir las hiervas en un frasco con alcohol del 96 para que reposen por un mes aproximadamente, pasado ese tiempo se separan las hojas del líquido y éste último se mezcla con un almíbar elaborado a base de agua, azúcar y ácido cítrico.</p> <p>Como a la esencia de las hierbas suele salirle una nata con el tiempo, hay que estar colándola para obtener el líquido limpio y cristalino</p>	
Análisis sensorial		Modo de consumo	

Visual		Los mineros a finales de los siglos XIX y XX le atribuían propiedades curativas para sustos y corajes dados por su trabajo en las minas. Actualmente se usa como digestivo o remedio para algunos dolores como los cólicos
Sabor	Herbal, un poco amargo y fuerte en cuanto a sensación alcohólica	
Textura	Líquida	

Fuente elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 145: Atole agrio

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Atole agrio	Bebidas tradicionales sin alcohol	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - 2 kilos de elote tierno desgranado - 2 rajas de canela - 2 piloncillos - 3 litros de agua 		<p>En una olla de barro grande se colocan los granos de elote y se cubren con suficiente agua, la olla se tapa con un paño limpio y se deja reposar por dos días en un lugar alejado de la humedad y los rayos del sol; al tercer día se retira el agua y los granos de elote se enjuagan con agua limpia.</p> <p>Tradicionalmente el maíz se muele en un metate, sin embargo, es posible molerlos en licuadora después de ser bien escurridos; la masa que se obtiene se deja reposar un día más y de la misma forma que antes, se tapa con un trapo limpio y se guarda alejado de la humedad y el calor.</p> <p>Una vez que pasan los días de fermentación se colocan dos litros de agua en una olla y se incorpora la masa fermentada para cocinarla a fuego medio junto con la canela y el piloncillo; se debe mover constantemente para evitar que se pegue hasta que hierva, en este punto se obtiene una mezcla espesa; se retira del fuego y sirve caliente.</p> <p>Al servirla se puede adornar con unos granos de elote tierno o canela en polvo</p>	
Análisis sensorial		Modo de consumo	

Visual		Se toma generalmente en época de frío o en fiestas regionales acompañado de un tamal por las mañanas; tarda un par de días en prepararse
Sabor	Agridulce	
Textura	Líquida, ligeramente espesa	

Fuente elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 146: Agua de sambumbia

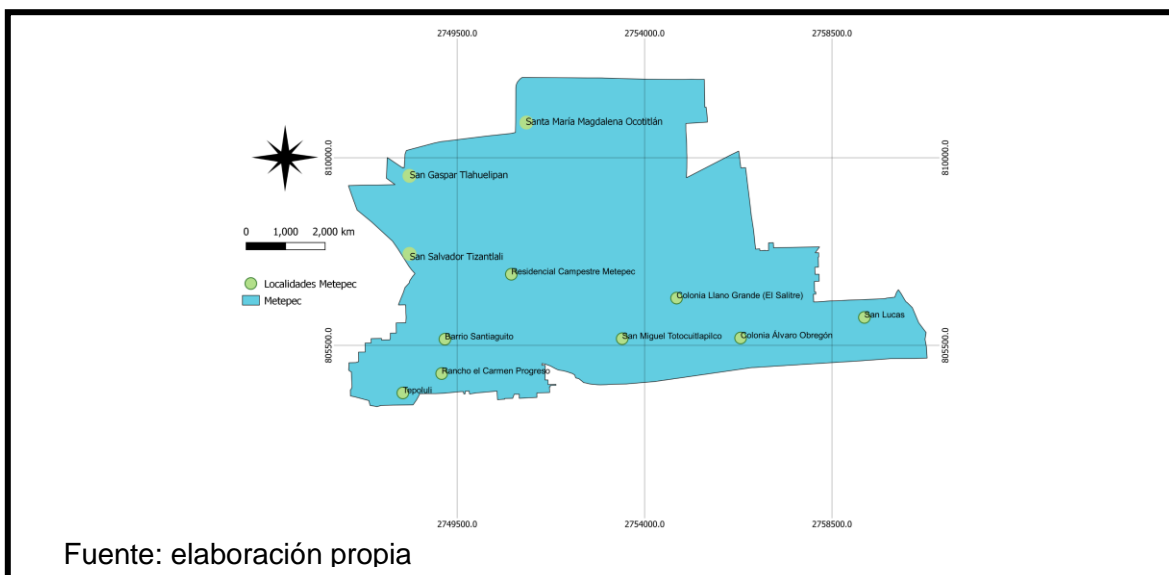
Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Agua de sambumbia	Bebidas tradicionales con alcohol	Altiplano Centro	El Oro Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - Arroz - Cebada - Canela - Clavo de olor - Pimienta - 1 hoja de maíz previamente tostada y molida - Pulque - Piloncillo 		<p>Los ingredientes son depositados en una sambumbiera (utensilio que se usa en la preparación de esta bebida, aunque ha sido sustituido en muchos lugares por ollas de acero, peltre o por cubetas) con capacidad para 20 litros aproximadamente, es aquí donde se realiza la fermentación; el sabor y la variedad de la bebida depende mucho de la calidad del pulque que se utiliza en ella haciendo de éste el ingrediente más importante. La sambumbia presenta un olor y sabor dulce que es característico de la bebida</p>	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual		Se consume en época de calor y en fiestas patronales donde se coloca en un recipiente adornado de flores y lleno de esta bebida	
Sabor	Predomina el sabor dulce, pero tiene una ligera sensación agria		
Textura	Líquida		

Fuente elaboración propia, foto tomada de la web

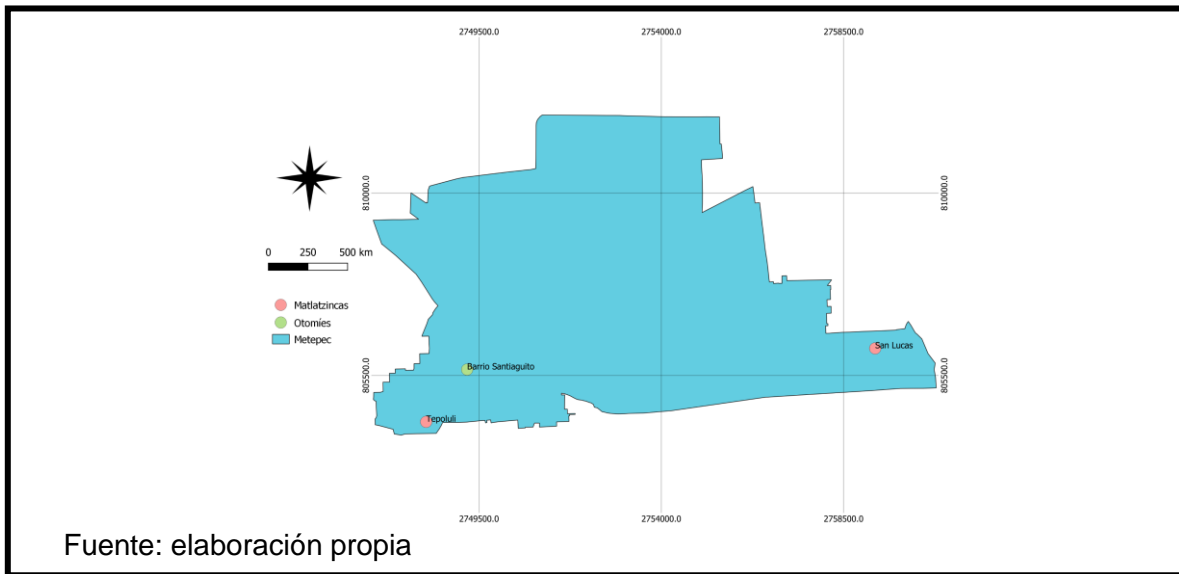
4.5- Metepec

Este Pueblo Mágico cuenta con un clima templado en primavera, templado húmedo con lluvias en verano, semifrío con ligeras lluvias en otoño y frío en invierno, sin embargo, la temporada de heladas de invierno en ocasiones se prolonga hasta los meses de marzo y abril. Conviven dos grupos indígenas que son los otomíes y los matlatzincas y se hablan tres lenguas indígenas siendo estas el náhuatl, otomí y matlatzinca. Dentro de las variedades de árboles que se encuentran están el piño, sauce llorón, cedro, trueno, y fresno; las frutas que se dan en árboles son el tejocote, chabacano, capulín, manzana, durazno, ciruelo, higo y membrillo; la fauna doméstica que se encuentra son los conejos, vacas, cerdos, borregos, caballos y burros. En función de este análisis y con apoyo en la ficha 147: Información geográfica de Metepec presentada a continuación, se realizaron los mapas 70: Localidades de Metepec y 71: Etnias en Metepec, en los que se puede visualizar la información antes expuesta más detalladamente.

Mapa 70: Localidades de Metepec



Mapa 71: Etnias en Metepec



Ficha 147: Información geográfica de Metepec

Nombre		Metepec
Dimensión geográfica		
Ubicación geográfica	19° 15' latitud norte y 99° 36' 10" longitud oeste y tiene una altitud de 2,670 metro sobre el nivel del mar	Limita al oriente con los municipios de san mateo Atenco y Santiago Tianguistenco, tanto al poniente como al norte con el municipio de Toluca, al sur con Chapultepec, Mexicaltzingo y Calimaya
Temperatura	Templado en primavera, templado húmedo con lluvias en verano, semifrío con ligeras lluvias en otoño y frío en invierno. La temporada de heladas de invierno en ocasiones se prolonga hasta los meses de marzo y abril	
Tipo de flora	Tipo de fauna	Localidades involucradas
Los árboles que se pueden encontrar son el pino, sauce llorón, cedro, trueno y fresno; en cuanto a los árboles frutales tanto domésticos como silvestres se encuentran el tejocote,	Dentro de la fauna doméstica se encuentran los conejos, palomas, vacas, cerdos, borregos, caballos, burros, perros, gatos y pájaros. Como la fauna está pasando por un proceso de extinción de algunas especies hay algunos peces, aves e insectos que aún se encuentran, aunque solo en algunas partes del municipio como las abejas, mariposas, luciérnagas, acociles, charales, carpas,	El municipio está dividido por una cabecera municipal llamada "Villa San Juan de Metepec" a la que pertenecen seis barrios: Santa Cruz, San Mateo, Cuauxustenco, Santiago, San Miguel y Espíritu Santo, estos están divididos en once pueblos: Santa María Magdalena Ocotitlán, San Bartolomé Tlatelulco, San miguel Totocuitlapilco, San Lorenzo Coacalco, San Francisco

chabacano, capulín, manzana, durazno, ciruelo, higo y membrillo. También se pueden encontrar maguey y nopal.	lagartijas, ardillas, búhos, tlacuaches, liebres, patos y grillos	Coauxuco, San Salvador Tizantlali, San Jerónimo Chicahualco, San Gaspar Tlahuelipan, San Lucas Tunco, San Sebastián y San Jorge. Los grupos indígenas que conviven en este municipio son: Otomíes y Matlatzincas
Lenguas que se hablan		Otomí y matlatzinca

Fuente: elaboración propia

Como parte de los productos obtenidos gracias a las actividades agropecuarias de la zona destacan los siguientes alimentos:

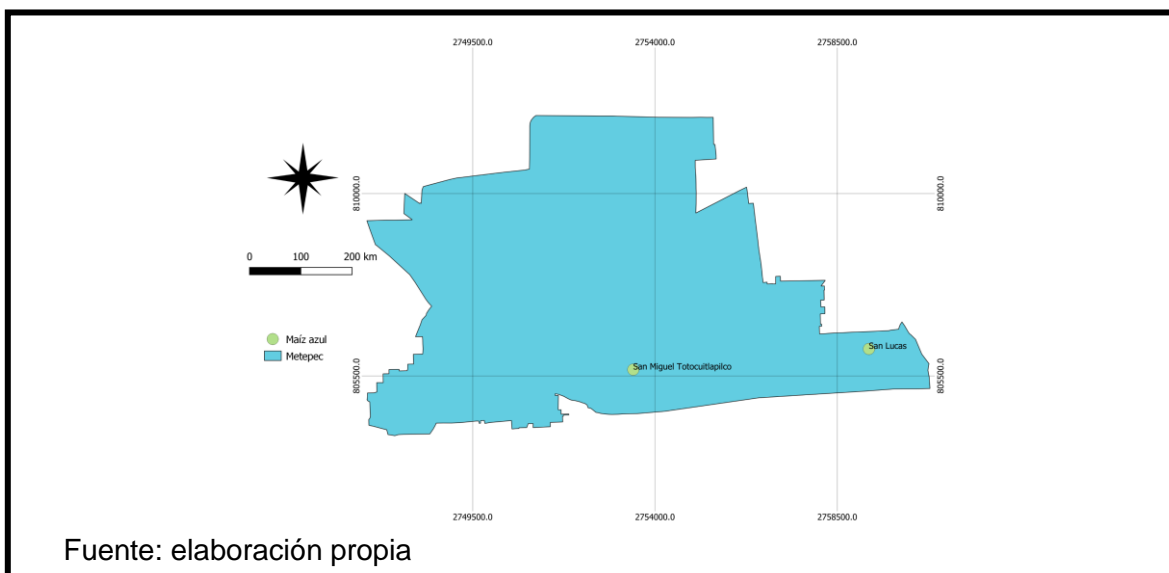
- Maíz azul: se encuentra en la categoría de cereales, granos y harinas, se siembra de forma temporal entre los meses de marzo y junio y se cosecha entre los 110 y los 195 días de sembrado; su sabor es un poco más dulce que el maíz convencional, el tamaño del grano es de mediano a grande y posee una textura harinosa; uno de sus usos es la elaboración del pinole que sirve para hacer un atole típico de Metepec.
- Maíz cacahuacintle: de la categoría de cereales, granos y harinas, se siembra de forma temporal entre marzo y mayo y la cosecha se realiza en los meses de diciembre y enero generalmente; posee un sabor dulce, es de grano grande con una textura suave y consistencia harinosa.
- Chilacayote: pertenece a la categoría de hortalizas, se siembra en la época de primavera- verano y se cosecha aproximadamente 3 meses después de sembrado, su sabor es dulce y de textura lisa y suave; suelen consumirse sus frutos tiernos y maduros al igual que sus flores y tallos.
- Café: este producto se utiliza en la preparación de bebidas, postres y dulces, su cosecha se realiza una vez al año generalmente de septiembre a marzo; los granos de café en crudo son color verde claro, toman un color café intenso cuando son tostados y poseen un sabor amargo ligeramente ácido, aunque la amargura dependerá del grado de tostado del mismo.
- Jocoyol: de la categoría de hortalizas, es un tipo de quelite que crece en primavera y florece de julio a septiembre, su sabor es ácido y posee una

textura firme y crujiente cuando se consume crudo y al momento de ser cocinado se vuelve suave; únicamente se consumen los tallos.

- Haba: se encuentra en la categoría de legumbres, es sembrada entre los meses de marzo y abril y cosechada de 190 a 200 días después de sembrada, es de sabor ligeramente dulce y amargo, en crudo su textura es crocante y ya cocida es más suave y melosa; este producto puede consumirse fresco aprovechando las vainas y los granos o seco donde solamente se usan los granos.
- Acociles: de la categoría de pescados y mariscos, se trata de un crustáceo que se pesca entre febrero y junio; se encuentran en aguas poco profundas y se utilizan redes de ayate (fibras de agave) para su pesca; suelen consumirse enteros ya sean asados o hervidos y poseen un sabor muy parecido al de los camarones.
- Charales: se trata de un pescado que se reproduce en mayor medida durante la primavera, aunque todo el año existe producción de este producto y suelen encontrarse en mayor cantidad durante los meses de abril y mayo; poseen un sabor suave pero muy característico y una textura crujiente ya que suelen consumirse asados o fritos.
- Miel: utilizada en la elaboración de diferentes bebidas, dulces y postres de la región; su extracción se realiza normalmente en verano y otoño, posee una textura pesada y ligeramente espesa.
- Café: el grano es recolectado de forma manual para extraer las semillas que serán tostadas; se usa en la elaboración de licores y dulces tradicionales.

Esta información fue tomada de las fichas 148: Metepec maíz azul, 149: Metepec maíz cacahuacintle, 150: Metepec chilacayote, 151: Metepec jocoyol, 152: Metepec haba, 153: Metepec acociles, 154: Metepec charales, 155: Metepec miel y 156: Metepec café presentadas a continuación que representan los alimentos producidos en la zona y se pueden ubicar en los mapas 72: Metepec maíz azul, 73: Metepec maíz cacahuacintle, 74: Metepec chilacayote, 75: Metepec jocoyol, 76: Metepec haba, 77: Metepec acociles, 78: Metepec charales, 79: Metepec miel y 80: Metepec café que se presentan enseguida.

Mapa 72: Metepec maíz azul

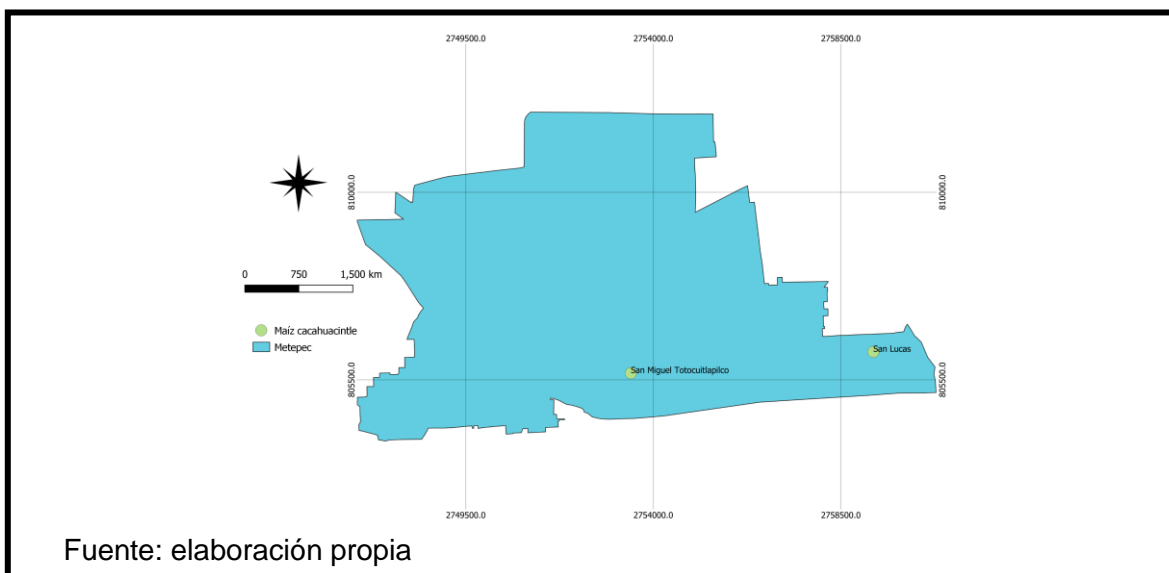


Ficha 148: Metepec maíz azul

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Maíz azul	Cereales, granos y harinas	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Maíz de temporal que se siembra entre marzo y junio	Entre los 110 y 195 días después de la siembra	San Miguel Totocuitlapilco y San Lucas	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		El maíz se cultiva con diferentes propósitos como la producción de forraje verde y ensilaje para consumo animal, producción de granos secos o como hortaliza (elote) para el consumo humano	
Sabor	Un poco más dulce que el maíz convencional		
Textura	De grano grande a mediano y de textura harinosa	Técnicas de recolección tradicionales	
		Cosecha y recolección de elotes para el consumo humano. Arranque y desgrane de mazorcas maduras para obtener granos secos; se corta la planta después de la cosecha de mazorcas	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 73: Metepec maíz cacahuacintle

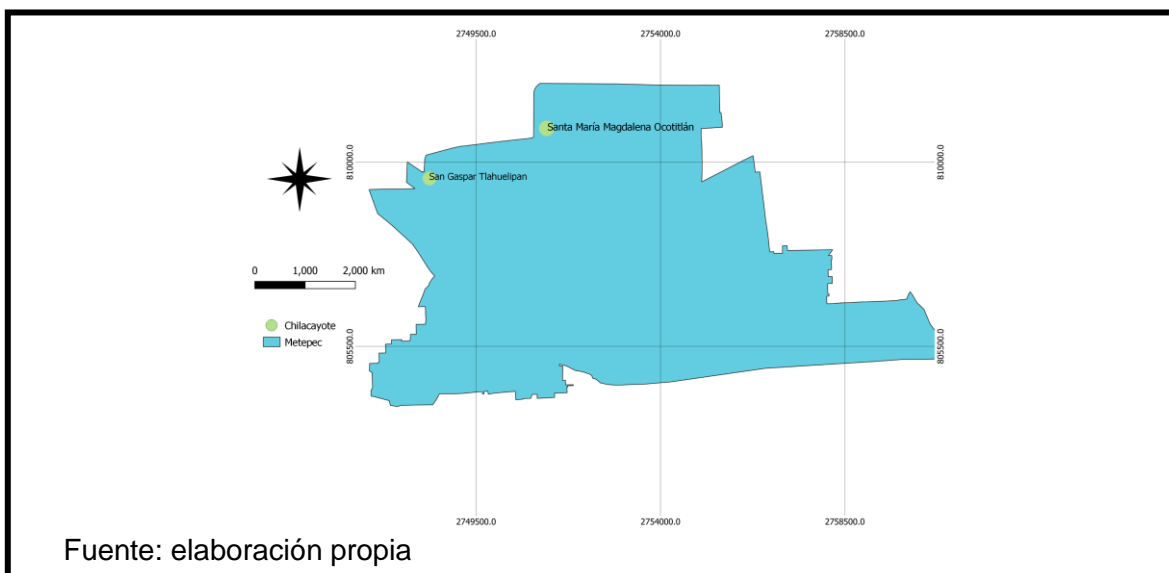


Ficha 149: Metepec maíz cacahuacintle

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Maíz cacahuacintle	Cereales, granos y harinas	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Maíz temporal que se siembra entre marzo y mayo		Generalmente se realiza en los meses de diciembre y enero	San Miguel Totocuitlapilco y San Lucas
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		El maíz se cultiva con diferentes propósitos como la producción de forraje verde y ensilaje para consumo animal, producción de granos secos o como hortaliza (elote) para el consumo humano	
Sabor	Dulce		
Textura	De grano grande, textura suave y consistencia harinosa	Técnicas de recolección tradicionales	
		La cosecha se realiza una vez que el grano presenta un porcentaje de humedad menor o igual a 11 por ciento; si la cosecha se realiza antes de diciembre y con mayor porcentaje de humedad el grano es susceptible a plagas y enfermedades lo que propicia manchado o pudrición del grano	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 74: Metepec chilacayote

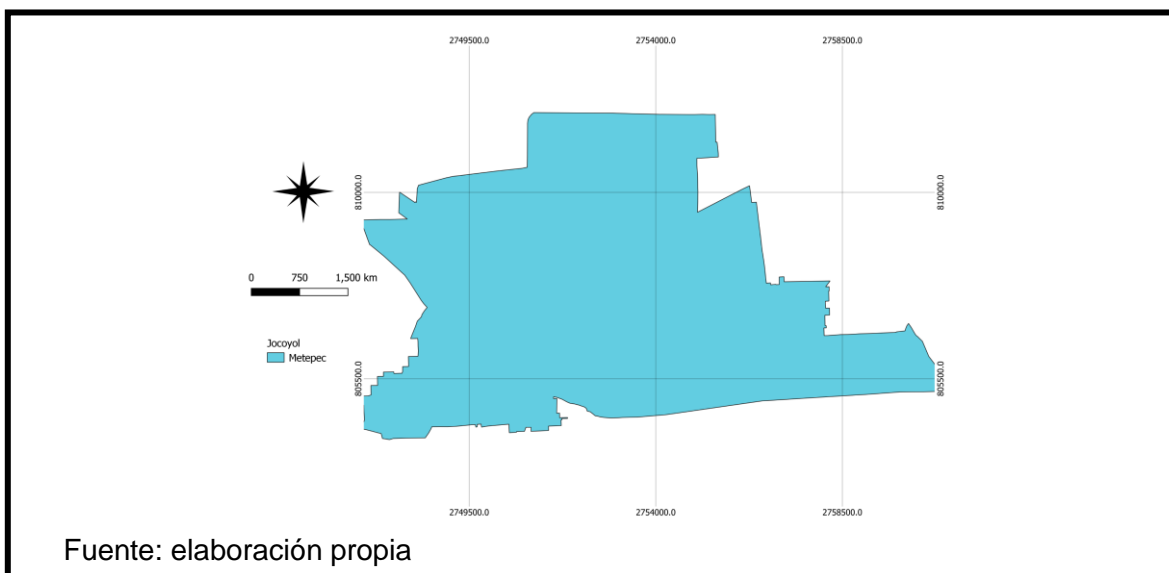


Ficha 150: Metepec chilacayote

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Chilacayote	Hortalizas	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	
Localidad			
La época ideal es en primavera-verano		Aproximadamente a los 3 meses de haberse sembrado	Santa María Magdalena Ocotitlán y San Gaspar Tlahuelipan
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		La flores, tallos jóvenes, frutos tiernos y frutos maduros se consumen como verdura y se usan para preparar dulces; las semillas se consumen enteras, asadas, tostadas o molidas y son ingrediente principal para algunas salsas.	
Sabor	Su sabor es dulce	Las semillas también se utilizan como desparasitante moléndolas hasta obtener una harina y mezclándolas con agua	
Textura	La textura exterior del fruto es lisa y por el interior es suave pero firme	Técnicas de recolección tradicionales	
		La cosecha del chilacayote tierno y flores para verdura se realiza cortando desde la base de la guía con un cuchillo para que siga produciendo el resto de la temporada	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 75: Metepec jocoyol

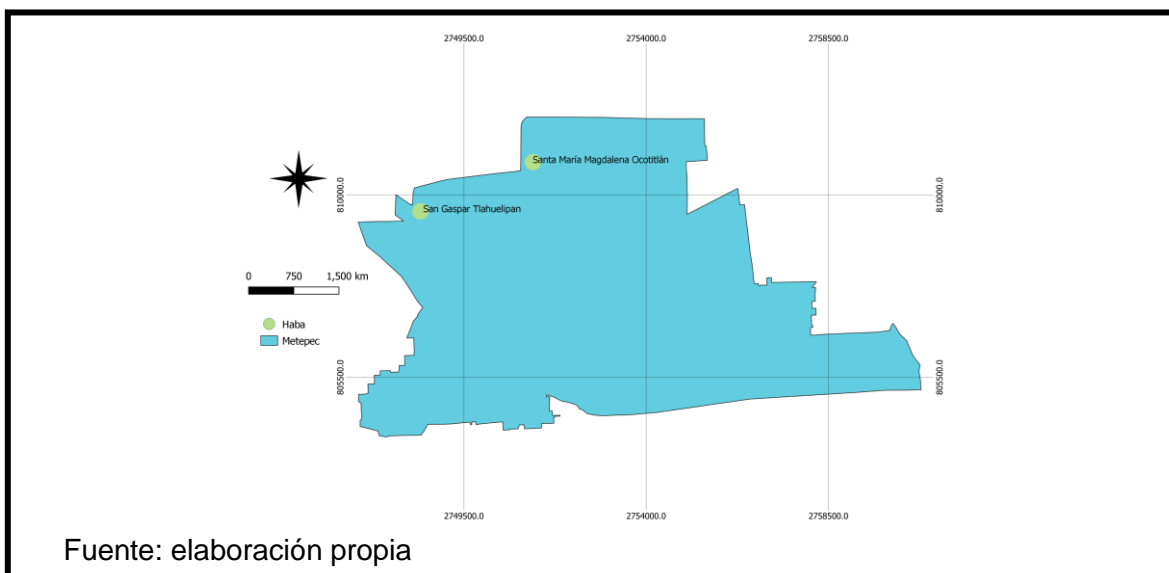


Ficha 151: Metepec jocoyol


Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Jocoyol (xocoyol)	Hortalizas	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Comienza a crecer en primavera		Florece de julio a septiembre	Metepec
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		El tallo molido se agrega en caldos y las hojas completas se utilizan en el último hervor, también se usan los tallos crudos en tacos o como botana. Sus hojas son usadas de forma medicinal contra enfermedades del riñón	
Sabor	ácido		
Textura	En crudo los tallos son firmes y crujientes, al momento de cocinarlos se vuelven suaves	Técnicas de recolección tradicionales	
		Por tratarse de maleza generalmente se extrae la planta por completo separando los tallos y flores (en su caso) para su consumo	

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 76: Metepec haba



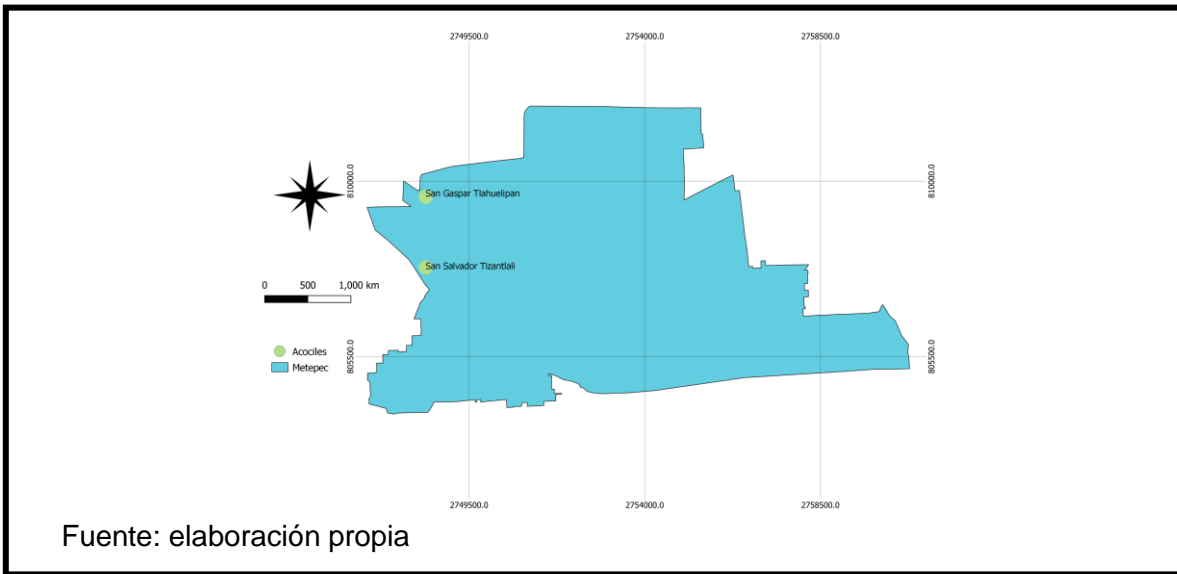
Ficha 152: Metepec haba

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Haba	Legumbres	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Entre marzo y abril		Entre los 190 a 200 días después de sembrarla	Santa María Magdalena Ocotitlán y San Gaspar Tlahuelipan
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se puede consumir fresca aprovechando vainas y granos que pasan por un proceso de cocción y también se pueden consumir secas donde solamente se consume el grano	
Sabor	Ligeramente dulce y amargo		
Textura	En crudo su textura es crocante, ya cocinada tiene una textura más melosa o suave	Técnicas de recolección tradicionales	
		Las vainas tiernas se recolectan cuando se notan abultamientos importantes en ellas, si al abrir una el tamaño es adecuado y aún están verdes se puede recolectar; se deben recolectar antes de que las vainas cambien de color ya que los granos verdes se endurecen rápidamente. Los granos secos se recolectan justo cuando las vainas comienzan a tener un color más oscuro y a secarse, se	

		deben recoger antes de que se abran de forma natural para evitar que los granos se desprendan de las vainas; no todas las vainas secan al mismo tiempo por lo que la cosecha se realiza de manera escalonada
--	--	--

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 77: Metepec acociles



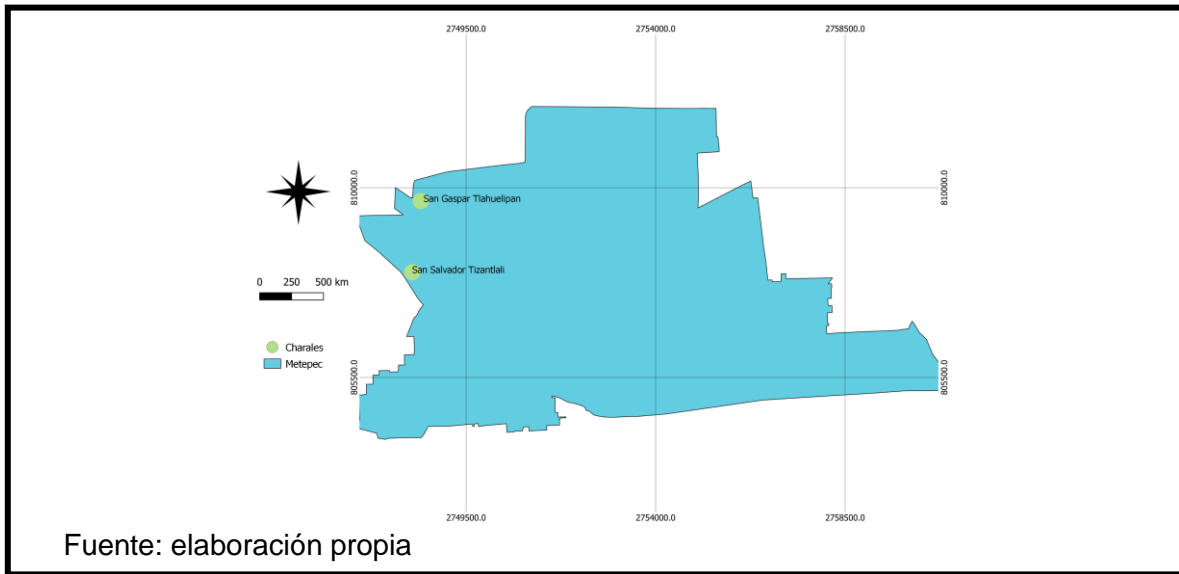
Ficha 153: Metepec acociles

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Acociles	Pescados y mariscos	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Su periodo de pesca es entre febrero y junio			San Salvador Tizantlali, y San Gaspar Tlahuelipan
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume el crustáceo entero ya sea asado o hervido	
Sabor	Su sabor es parecido al de los camarones		
Textura		Técnicas de recolección tradicionales	


	Crocante debido a su pequeño caparazón	Tradicionalmente se pescan en aguas poco profundas, para atraparlos se utilizan redes de ayate (fibras de agave) o de otras fibras vegetales, con malla muy fina para evitar que los crustáceos puedan escapar al ser tan pequeños
--	--	--

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 78: Metepec charales



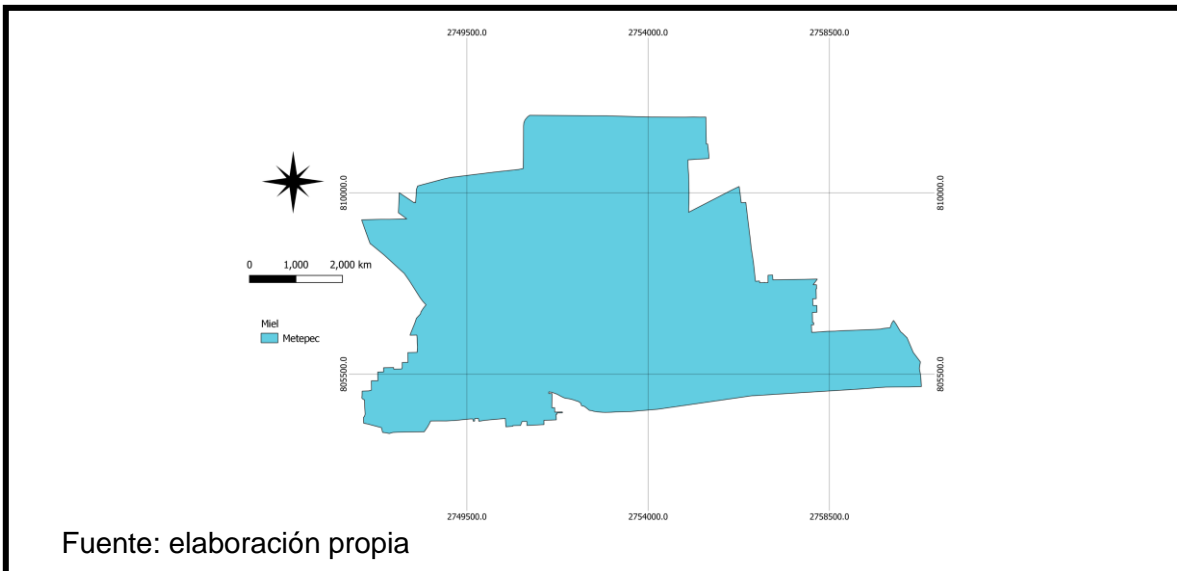
Ficha 154: Metepec charales

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Charales	Pescados y mariscos	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad			
Siembra	Cosecha	Localidad	
Se reproducen en mayor medida durante la primavera, sin embargo, todo el año existe la reproducción	Se encuentran casi todo el año, siendo los meses de abril y mayo donde se encuentran en mayor cantidad	San Salvador Tizantlali, y San Gaspar Tlahuelipan	
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume el producto entero, cuando está fresco se asa o dora ara acompañar salsas; generalmente se encuentran secos y se fríen para incorporar en salsas, tamales, tortitas, tacos o como botana; también se pueden encontrar capeados y fritos	
Sabor	Su sabor es suave pero muy característico		
Textura	Crujiente		
		Técnicas de recolección tradicionales	


		Se tiende una red de malla fina tradicionalmente hecha de fibras vegetales para dejarla toda la tarde y la noche para al día siguiente desatorarlos de ella cuidadosamente
--	--	--

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 79: Metepec miel



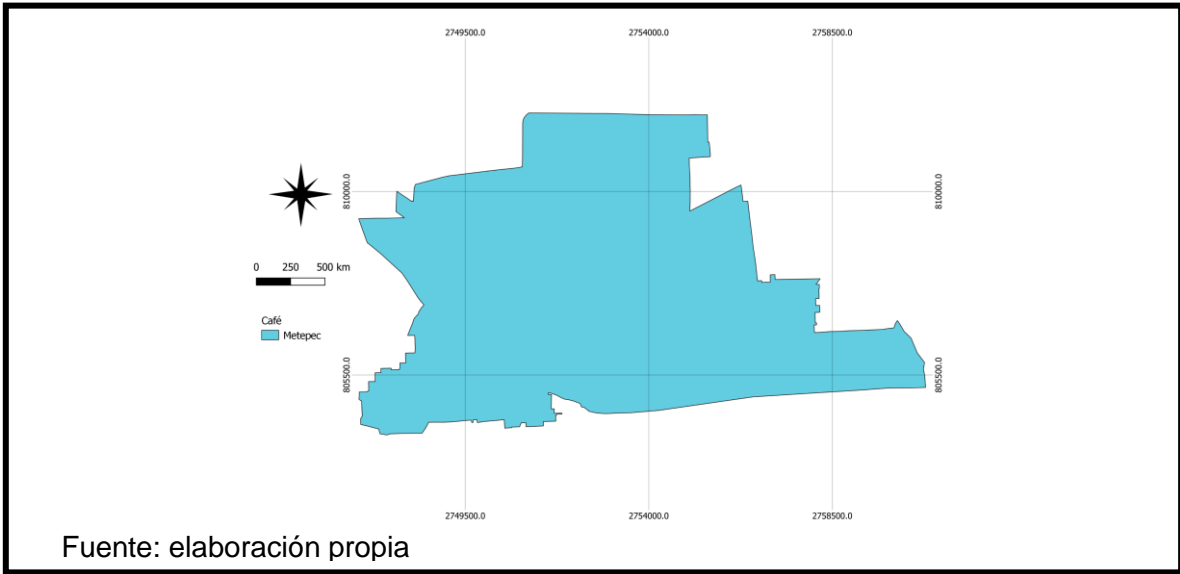
Ficha 155: Metepec miel

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Miel	Edulcorante	Altiplano Centro	Metepec, Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
Primavera (es la época de pre-cosecha)		Generalmente se extrae en verano y otoño	Metepec
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se puede consumir tanto el panal como la miel. Se consumen al natural para endulzar bebidas o alimentos, como postre y también se usa en la preparación de salsas y dulces tradicionales	
Sabor	Dulce y ligeramente ácida		
Textura	Ligeramente espesa y pesada	Técnicas de recolección tradicionales	
		Se puede recolectar el panal completo, para esto se necesita mucha experiencia y tener mucho cuidado con la colmena; también se puede extraer la miel seleccionando aquellos marcos que están listos para su recolección, con ayuda de algo parecido a un cuchillo	

		caliente se retira la cera y se colocan los marcos en el extractor de miel (este aparato funciona con fuerza centrífuga) para llenar los recipientes donde se quiera depositar la miel
--	--	--

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Mapa 80: Metepec café



Ficha 156: Metepec café

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Café	Cereales, granos y harinas	Altiplano Centro	Metepec, Estado de México
Estacionalidad			
Siembra		Cosecha	Localidad
		De septiembre a marzo	Metepec
Análisis sensorial		Partes comestibles y modalidad de consumo	
Visual		Se consume el grano tostado; es usado en la elaboración de bebidas alcohólicas y postres tradicionales	
Sabor	Aromático		
Textura	El grano es firme y duro	Técnicas de recolección tradicionales	

		Se recolectan a mano cuando crecen por completo los frutos rojos del café, después se extraen las semillas y se secan; es importante no tomar los frutos verdes ya que como no están maduros no servirán
--	--	--

Fuente: elaboración propia, foto tomada de la web

Las festividades que se pueden disfrutar como visitante de este lugar son: el ritual del fuego nuevo que se realiza el 21 de marzo a partir de las cuatro de la tarde en el cerro de los magueyes donde se realizan danzas y se recitan leyendas prehispánicas que reviven la historia del pueblo; la celebración a San Isidro Labrador donde se realiza el Paseo de San Isidro siete semanas después de pascua y consiste en festejar al santo patrono de la agricultura y agradecer por la buena cosecha, el desfile que se realiza consiste en untas decoradas con flores y moños de papel y personas de la comunidad realizan danzas; el festival internacional de arte y cultura Quimera de Metepec, este es un festival multidisciplinario que rescata y difunde las manifestaciones artísticas y culturales del municipio donde se pueden encontrar eventos de teatro, música, danza, literatura, artesanías, entre otras y se realiza a mediados del mes de octubre; también está la celebración de día de muertos que consiste en un altar tradicional a escala monumental teniendo como pieza central los restos óseos correspondientes a un entierro matlatzinca encontrados en el cerro de los magueyes, esta ofrenda se monta en las escalinatas del calvario, también se realizan recorridos por el panteón municipal y presentaciones artísticas; por último se tiene la feria del alfeñique la cual se monta terminando el festival quimera en la explanada de la iglesia de San Juan Bautista, en ella se ofrecen a la venta dulces típicos de la región y artesanías con motivo de día de muertos siendo el producto principal el alfeñique.

El mapa 13 que se encuentra al principio de este apartado junto con las fichas 157: Ritual del fuego nuevo, 158: San Isidro labrador, 159: Festival Quimera, 160: Día de muertos y 161: Feria del alfeñique presentados a continuación permiten identificar los lugares donde se llevan a cabo estos eventos y las dinámicas sociales y culturales que se llevan a cabo en ellos.

Ficha 157: Ritual del fuego nuevo

Nombre	Ritual del fuego nuevo	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Se realiza en las escalinatas del calvario, en el Cerro de los Magueyes, Metepec estado de México	21 de marzo a partir de las 16:00 hrs	21 de marzo
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
<p>El narrador comienza contando historias donde el sol desciende al inframundo durante la noche (Yohualli) para luchar y renacer victorioso a la mañana siguiente; se realizan cantos de vida y danzas de agradecimiento.</p> <p>En este ritual participan seis grupos danzantes, los capitanes de cada grupo portan orgullosos las antorchas que iluminarán el nuevo año; cuando el pebetero del cerro de los magueyes es encendido los asistentes pueden dejarse llevar por la música de la danza (compuesta de una combinación musical diseñada para que el pueblo se una).</p> <p>Al terminar se les entrega una veladora blanca a los asistentes, la cual está encendida con el sagrado fuego nuevo que es llamado "chantico" y tiene como finalidad iluminar el hogar y proporcionar unidad a la familia</p>	<p>Tiene origen en la antigua Tenochtitlan donde se creía que el mundo terminaría si no aparecía de nuevo; para evitar que eso pasara se encendía en fuego nuevo en un templo del cerro de la estrella llamado Huizachtecatl, con esto buscaban animar al sol a salir durante un periodo nuevo de 52 años y al atardecer del último día del ciclo los fuegos eran apagados</p>	
Observaciones	Rituales	
<p>Se realiza en el cerro de los Magueyes ya que es el principal centro de energía ya que concentra los 4 elementos (agua, tierra, fuego y aire).</p> <p>Es realizado por la comunidad de danza azteca de Metepec, grupos y jefes danzantes de México e Ixtlahuaca</p>	<p>Se realizan danzas y se recitan poemas y leyendas prehispánicas que reviven la historia del pueblo.</p> <p>Los danzantes son preparados desde pequeños y ninguna persona ajena puede bailar ya que es un ritual sagrado que conlleva jerarquías y únicamente puede ser transmitido de generación en generación</p>	
Platillos que se consumen	Dulces tradicionales como el alfeñique, el dulce de chilacayote y el pan de pulque, también se puede encontrar la ensalada de plaza, tamales de charal, barbacoa, quesadillas y gorditas de maíz azul	

Fuente: elaboración propia

Ficha 158: San Isidro Labrador

Nombre	San Isidro Labrador	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Paseo de San Isidro, Metepec estado de México	15 de mayo	La fiesta cumbre donde se realiza el desfile se realiza siete semanas después de pascua y con ello termina la celebración a este santo
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Es una celebración para venerar a San Isidro Labrador que es el santo patrono de la agricultura y a quien se dedican plegarias para la buena cosecha. La gente del campo participa en un desfile donde lleva sus yuntas decoradas con moños de papel, flores y otros materiales	San Isidro es el santo Patrono de Madrid y de la agricultura, se le atribuye una vida humilde como campesino; en México los franciscanos se asentaron en Metepec e implementaron el culto a este santo aprovechando que los pobladores llevaban una vida agrícola y los indígenas de Metepec al sentirse identificados con este santo comenzaron a venerarlo y pedirle prosperidad en sus cosechas. Esta celebración nació gracias a la religión que fue traída a México pero que los pobladores de Metepec adaptaron a sus ancestrales ceremonias de petición de lluvia	
Observaciones	Rituales	
Las yuntas son carros que son transportados por un par de bueyes o mulas; era utilizado en el campo, aunque actualmente ha sido remplazado por tractores. Después de las fiestas del 15 de mayo se hace una pausa representando el tiempo entre la siembra y la cosecha y la celebración continúa siete semanas después de pascua.	El 15 de mayo en la madrugada comienzan los festejos cuando los “mayordomos” (quienes aportan dinero y conducen la celebración) y los “locos” (hombres vestidos de mujer que van saltando y animando a la gente) van a las casas que tienen santos, les cantan las mañanitas y les llevan flores; posteriormente por la mañana se hace una procesión en cada barrio y todas se juntan en la parroquia para bendecir sus reliquias y pedir por las buenas cosechas; terminando la misa se van a casa de los anfitriones donde se realizan fiestas donde comen, beben y bailan. Después de la pausa de siete semanas se celebra el “Paseo de San Isidro” también conocido como “Paseo de la agricultura” que consiste en dos días de fiesta donde los mayordomos y los locos visitan nuevamente a aquellos que tienen imágenes del santo, recogen semillas que les dan en diferentes casas y a cambio les ofrecen antojitos como gorditas de maíz; con las semillas que recolectan, animales y adornos se dirigen a la plaza principal para unirse a un desfile donde hay bailes y cuetes (es en este desfile donde se observan las yuntas adornadas). La fiesta termina cuando los mayordomos esparcen a los pies de la figura de San Isidro las semillas	

	recolectadas anteriormente con el objetivo de augurar buenas cosechas
Platillos que se consumen	Pan, gorditas de maíz, dulce de chilacayote

Fuente: elaboración propia

Ficha 159: Festival Quimera

Nombre	Festival internacional de arte y cultura Quimera de Metepec	
Dónde se celebra	Empieza	Termina
Teatro quimera, escalinatas del calvario de Metepec, museo del barro, plaza Benito Juárez García, parroquia de San Juan Bautista y ex convento franciscano	13 de octubre	21 de octubre
En qué consiste	Origen y peculiaridades	
Es un festival multidisciplinario que rescata y difunde las manifestaciones artísticas y culturales del municipio	Se realiza desde 1991 con artistas mexicanos y extranjeros; es producto de la inquietud de la gente por las diversas formas de interpretar y expresar las bellas artes. Comenzó llamándose “la cultura en octubre” y en 1993 se transformó en “festival internacional de arte y cultura Quimera” en alusión al monstruo mitológico de varias cabezas que en la antigüedad incitó a la imaginación y la creatividad y actualmente da cuenta a la multiplicidad cultural con la que se expresa la humanidad como es la música, el teatro, la pintura, entre otros	
Observaciones	Rituales	
El evento es realizado por el municipio de Metepec a través de su dirección de cultura. Durante el festival se realiza una feria del libro y un ciclo de cine. Las fechas del evento varían cada año, pero siempre son a mediados del mes de octubre. Este evento es una de las principales fuentes de derrama económica para artesanos y prestadores de servicios ya que se reciben alrededor de 300 mil visitantes	Se realizan eventos de teatro, música, danza, literatura, conferencias, exposiciones plásticas, artesanales, fotográficas, gastronómicas y de indumentaria popular. Se realizan cápsulas gastronómicas por parte de maestros y alumnos de diversas escuelas culinarias	
Platillos que se consumen	Alfeñiques, tamales, ensalada de plaza, atole de pinole, dulces típicos, antojitos a base de maíz, entre otros productos que presentan las instituciones culinarias que participan	

Fuente: elaboración propia

Ficha 160: Día de muertos

Nombre	Día de muertos		
Dónde se celebra	Empieza	Termina	
Casa de cultura de Metepec o en las escalinatas del calvario	30 de octubre	2 de noviembre	
En qué consiste	Origen y peculiaridades		
Se realiza un tradicional altar de muertos, pero a escala monumental y se ofrecen recorridos por el antiguo panteón municipal, obras de teatro, y presentaciones artísticas. También se cuenta con la participación de diferentes escuelas que montan sus propias ofrendas	Con la llegada de los españoles también llegaron nuevas tradiciones, al mezclarse la tradición europea que en este caso ellos llamaban el “día de todos los santos y todas las almas” y una tradición prehispánica similar se creó el actual día de muertos		
Observaciones	Rituales		
La ofrenda monumental se realiza terminando el festival Quimera. En estos días también se capacita y se imparten talleres de agricultura con la ayuda de ingenieros especializados y de los conocimientos de algunos de los agricultores de la zona	En el montaje colaboran los vecinos de la cabecera municipal con fotos y alimentos, la pieza central de la ofrenda corresponde a los restos óseos correspondientes a un entierro matlatzinca encontrado en el cerro de los magueyes. Se realizan concursos de catrines y caminatas nocturnas con la banda de música municipal		
Platillos que se consumen	Diferentes tipos de tamales, pan de pulque, dulces típicos, alfeñiques y antojitos a base de maíz		

Fuente: elaboración propia

Ficha 161: Feria del alfeñique

Nombre	Feria del alfeñique		
Dónde se celebra	Empieza	Termina	
Explanada de la iglesia de San Juan Bautista	octubre	2 de noviembre	
En qué consiste	Origen y peculiaridades		
En la feria se ofrecen a la venta dulces típicos de la región y artesanías con motivo del día de muertos	La venta de este dulce comenzó en el año de 1630 cuando el artesano Don Francisco de la Rosa solicitó el permiso para hacer alfeñique en Toluca en su taller ubicado en la calle real que hoy en día es la avenida independencia; la feria propiamente se coloca desde hace más de 50 años		
Observaciones	Rituales		

<p>La fecha de inicio suele cambiar cada año, sin embargo, suele iniciar a la par del festival quimera. Metepec cuenta con un museo dedicado a este dulce, el cual cuenta con 5 salas permanentes que hablan desde su historia hasta su proceso de fabricación</p>	<p>El origen del alfeñique tiene la presencia árabe de un confitado o caramelo dulce que se mezcló con ingredientes españoles y finalmente con los recursos mexicanos hasta ser el producto que se conoce hoy en día con el que se representan diferentes expresiones que hacen alusión al día de muertos y todo aquello que se incorpora en las ofrendas.</p>
<p>Platillos que se consumen</p>	<p>Dulces típicos de la región, antojitos a base de maíz, bebidas tradicionales no alcohólicas</p>

Fuente: elaboración propia

Dentro de los platillos y bebidas tradicionales que más destacan y que se consumen tanto en los mercados como en diferentes festividades en Metepec se encuentran:

- Dulce de nequiztle: este postre tiene sus orígenes desde tiempos prehispánicos, se usa como antojo o postre familiar que suele consumirse durante la fiesta de San Isidro Labrador y está elaborado con maíz azul, piloncillo y canela.
- Dulce de Chilacayote: es un postre que suele consumirse en otoño y se encuentra en los mercados locales, el tianguis del lunes y durante día de muertos, está hecho a base de chilacayote, piloncillo y canela y posee un sabor agridulce con una textura suave, aunque si se deja cristalizar es un poco crujiente.
- Habas despicasadas: se trata de una sopa elaborada con habas, cebolla, sal, ajo y hierbabuena que se consume de forma regular en los hogares de este Pueblo Mágico, también se encuentra en los mercados locales.
- Ensalada de acociles: esta ensalada es una mezcla de acociles, chiles serranos, cebolla, cilantro, jitomate, habas verdes, limón y sal; su textura es ligeramente crujiente y se pueden conseguir en el tianguis de los lunes o los mercados locales.
- Tamal de charales: se describe como un antojito que puede encontrarse todo el año en los mercados y tianguis, así como en la mayoría de las festividades de la zona; se elabora a base de charales, epazote, chile serrano, cebolla y sal, su presentación no se parece a los tamales que se conocen regularmente

ya que en lugar de la masa de maíz que llevan otro tipo de tamales, estos contienen charales enteros como base con una textura ligeramente crujiente y son de sabor salado y un poco picante.

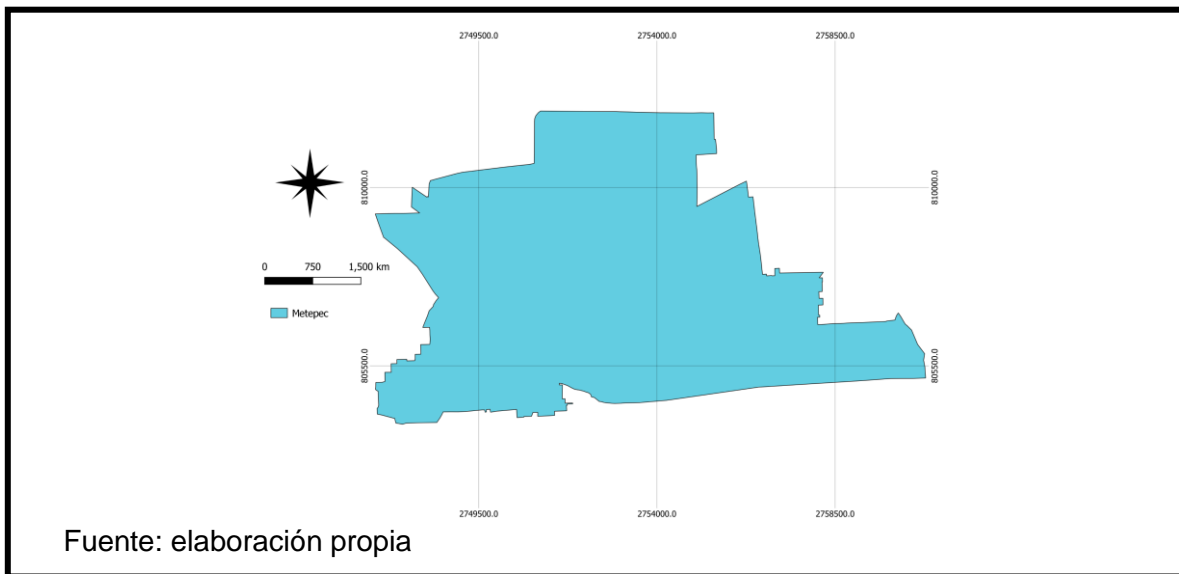
- Mixiote de conejo: este platillo elaborado a base de carne de conejo, achiote, chile guajillo, nopal y especias posee gran aroma y un sabor suave a conejo y adobo que junto a la hoja de mixiote crean una experiencia sensorial completa.
- Alfeñiques: este postre tradicional se puede encontrar todo el año representando diversas formas como frutas y alimentos, pero es en la época del día de muertos cuando su producción aumenta y se encuentra representando figuras como catrinas, calaveritas, tumbas y todo lo representativo a esta festividad, se realiza una feria dedicada a este postre que inicia en octubre en cuanto termina el festival Quimera y termina el 2 de noviembre. Está elaborado con vainilla, azúcar glass, miel de maíz, clara de huevo, fécula de maíz y colorante vegetal; posee un sabor dulce y su textura es parecida a la de un mazapán cuando se consumen frescos.
- Ensalada de plaza: se trata del relleno del tradicional taco de plaza que se puede encontrar en el tianguis los días lunes, los mercados locales y durante el ritual del fuego nuevo en la feria que se monta para esta celebración, generalmente sirve de acompañamiento del mole; consiste en una mezcla de barbacoa de carnero, acociles, pata de res, chicharrón, jitomate, chile verde, cebolla blanca, cilantro y aguacate, su textura es suave y gracias a los acociles tiene unos tonos crocantes mientras que su sabor es único gracias a la combinación de los ingredientes que poseen sabores tan diferentes pero muy combinables.
- Chile atole: esta bebida tradicional sin alcohol se elabora con maíz cacahuacintle, chile de árbol, epazote, hojas de calabaza y huesos de codillo de puerco o res; gracias a los ingredientes que lo componen tiene un sabor ligeramente picante, en la bebida se pueden encontrar granos de elote enteros y puede ser de textura líquida o espesa, esto depende mucho de la persona que lo prepare.

- Atole de pinole: otra de las bebidas tradicionales de origen prehispánico es esta que se prepara con agua, masa de maíz nixtamalizado, pinole, canela, chocolate, leche y piloncillo; suele ser consumido por la mañana por los niños debido a su sabor dulce muy parecido a un chocolate especiado, tiene una consistencia espesa y se puede encontrar por la mañana en los mercados locales y el tianguis del lunes.
- Garañña: es una bebida alcohólica que contiene 14 hierbas y un ingrediente secreto, su preparación es un secreto de la familia Carrillo quien la prepara y vende en el bar “2 de abril”, se sabe que algunos de sus ingredientes son la cáscara de limón, cedrón, miel y azúcar; dependiendo del paladar de cada persona son las hierbas que pueden llegar a degustar, su consistencia es líquida y es de un color verde fosforescente aunque se debe advertir que su grado de alcohol es alto por lo que se debe consumir con moderación. Aparte de su uso como bebida alcohólica también se usa como remedio medicinal para dolores de cabeza, malestares estomacales e incluso como afrodisiaco.
- Chiloctli: se trata de una bebida con alcohol fermentada a base de pulque, chile ancho, epazote, sal, ajo y cebolla por lo que tiene un sabor fuerte que en ocasiones se asemeja a una salsa de chile ancho, aunque gracias al pulque este no es tan invasivo, también posee una consistencia espesa y viscosa como los pulques tradicionales. Se puede encontrar en pulquerías tradicionales y en rituales espirituales como lo es la celebración del fuego nuevo.
- Mosquito: una de las bebidas más conocidas en el estado de México es el mosquito elaborado con naranja, miel y caña de azúcar esta preparación tarda alrededor de 11 meses en estar lista desde la fermentación, el preparado con miel, la gradación de alcohol y el envasado; es una receta tradicional de la familia Almazán que se elabora de forma artesanal y es usado generalmente en coctelería, repostería y en algunos platillos, su color es naranja intenso y su sabor es frutal. También existen bebidas derivadas de esta que tienen el nombre de mosquito generalmente elaboradas con

leche y en formato de crema de licor, sin embargo, la descrita anteriormente es la tradicional.

En el mapa 81: Municipio de Metepec que se presenta enseguida, se puede observar la zona en general donde se encuentran los platillos y bebidas que suelen consumirse en Metepec brevemente explicados anteriormente y explicados a detalle en las fichas 162: Dulce de necuiztle, 163: Dulce de chilacayote, 164: Salsa de jocoyol, 165: Salsa apayonada, 166: Habas despicadas, 167: Ensalada de acociles, 168: Tamal de charal Metepec, 169: Alfeñique, 170: Ensalada de plaza, 171: Pinole de maíz azul, 172: Mixiote de conejo, 173: Pan de pulque, 174: Limón relleno de coco, 175: Chile atole, 176: Atole de pinole, 177: Garañoña, 178: Chiloctli y 179: Mosquito también presentadas a continuación; en ellas se puede analizar la forma de preparación de los alimentos, así como también los ingredientes que se usan y son producidos en el municipio.

Mapa 81: Municipio de Metepec



Ficha 162: Dulce de necuiztle

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Dulce necuiztle	Postres	Altiplano Centro	Metepéc Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad		Ingredientes principales	
De acuerdo a los informantes, este dulce tiene sus orígenes desde tiempos prehispánicos y se usaba como antojo o postre familiar		<ul style="list-style-type: none"> - Maíz negro (azul) o cacahuazintle, mínimo 4 cuartillos - Una barra de piloncillo o un litro de miel - Canela al gusto 	
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual		El maíz negro tostado y molido en metate, se hierve con piloncillo o miel formando la Melcocha, se mezclan con canela, con pinole y azúcar dándole consistencia, se hace bolitas a manera de muéganos a los que se llaman Necuiztes o Burros.	
Sabor	Dulce, parecido al caramelo		
Textura	Un poco duro y crujiente		


Fuente: elaboración propia

Ficha 163: Dulce de chilacayote

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Dulce de chilacayote	Postres	Altiplano Centro	Metepéc Estado de México
Estacionalidad	Otoño*		
Festividad		Ingredientes principales	
Se consume de forma regular durante el otoño no solamente durante alguna fecha festiva		<ul style="list-style-type: none"> - Un chilacayote - Una barra de piloncillo - Canela al gusto 	
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual		Se le quita la cascara al chilacayote y sin quitarle la semilla se va cortando en trocitos de 2 a 3 cm, después se hierven junto con piloncillo y canela hasta que estén tiernos.	
Sabor	Agridulce		
Textura	Suave o crujiente si se deja cristalizar		


Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 164: Salsa de jocoyol

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Salsa de jocoyol	Salsas	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
	<ul style="list-style-type: none"> - Ramo de Jocoyoles - 2 o 3 chiles verdes - 4 tomates - 1 diente de ajo - Cebolla picada o en rajas - Sal al gusto 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		Esta salsa se hace a base de una planta conocida como Jocoyol que se da entre los maizales, y se caracteriza por tener forma de palmera, pero con hojas con forma de trébol, se mezcla con chile verde, tomate, ajo, cebolla y sal al gusto.	
Sabor	Ligeramente picante		
Textura	Gruesa, se sienten algunas partes de los ingredientes		

Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 165: Salsa apayonada

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Salsa apayonada	Salsas	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se consume de manera regular en tacos con charales, habas tostadas y papas hervidas	<ul style="list-style-type: none"> - Chilaca de 4 a 5 piezas - Chile pasilla al gusto - Jitomate o tomate según el tamaño - Sal al gusto 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		Se muelen los ingredientes en el molcajete sin que se trituren por completo.	
Sabor	Bastante picante y suave al gusto		

Textura	Gruesa, se sienten algunas partes de los ingredientes	
----------------	---	--

Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 166: Habas despicadas

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Habas despicadas	Sopas	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se consume de manera regular	<ul style="list-style-type: none"> - Habas al gusto según porción deseada - Aceite según porción - Hierba buena - Ajo al gusto - Cebolla al gusto - Sal al gusto 		
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual		Se quita la punta del haba, se pone a hervir, se escurren y se enjuagan. En una olla se coloca aceite para dorar las habas, una vez doradas se agrega un litro de agua, hierba buena, ajo, cebolla y sal hasta que estén cocidas.	
Sabor	Ligeramente salado y se acentúa el sabor de las habas por su cocción lenta		
Textura	Las habas quedan suaves y el caldo cremoso		

Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 167: Ensalada de acociles

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Ensalada de acociles	Ensaladas	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad	Febrero- junio		
Festividad	Ingredientes principales		
No se consumen en alguna fiesta en especial	<ul style="list-style-type: none"> - Acociles - Chiles serranos - Cebolla - Cilantro - Jitomate - Habas verdes - Limón 		

		- Sal al gusto
Análisis sensorial		Modo de preparación
Visual		Los acociles se saltean vivos en comal de barro hasta tomar un color rojo, se preparan con chiles serranos cortados en rebanadas, cebolla en trozos, cilantro picado, jitomate, habas, sal y limón al gusto. Se comen en tacos con tortillas hechas a mano.
Sabor	Su sabor es muy parecido al de los camarones	
Textura	Ligeramente crujiente	


Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 168: Tamal de charal Metepec

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Tamal de charales	Antojitos	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad		Todo el año	
Festividad		Ingredientes principales	
Se consumen de manera regular y se encuentran en los mercados normalmente		<ul style="list-style-type: none"> - 500 gr de charales - Epazote al gusto - 15 piezas de chile serrano - 100 gr de cebolla - 10 Hojas de maíz previamente remojadas para suavizarlas - Sal al gusto 	
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual		Lavar los charales para eliminar el exceso de sal. Remojar las hojas hasta reblandecer y escurrir. Colocar una porción de charales dentro de la hoja de maíz, agregar chiles picados y epazote. Envolver con doble hoja a manera de tamal. Colocar directo sobre un comal por 10 minutos hasta que las hojas se tatemén.	
Sabor	Salado y picante		
Textura	Ligeramente crujiente		


Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 169: Alfeñique

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Alfeñiques	Postres	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se consumen de manera regular y se encuentran en los mercados normalmente. Sin embargo, en día de muertos es cuando se pueden encontrar más fácilmente ya que cuenta con una feria dedicada a este postre	<ul style="list-style-type: none"> - ½ cucharada de esencia de vainilla - 2 tazas de azúcar glass (pulverizada) - Colorante vegetal al gusto - 1 cucharada de miel de maíz - 1 bolsa de plástico - 35 ml de claras de huevo (el equivalente a la clara de 1 huevo) ½ taza de maicena (fécula de maíz) 		
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual		<p>En un tazón cernir el azúcar. Incorporar la clara, la miel y la vainilla; batir con el globo hasta que quede una mezcla que se pueda amasar con la punta de los dedos (es importante amasar sólo con la punta de los dedos y no con toda la mano) y formar una bola con la mezcla.</p> <p>Espolvorear con maicena una superficie plana y seguir amasando sobre ella la mezcla con la punta de los dedos hasta que obtenga una consistencia manejable, si es necesario, agregar más maicena. Guardar la masa en una bolsa de plástico limpia y cerrarla bien (esta masa se puede guardar por meses sin echarse a perder y en caso de endurecerse solo se rocía agua tibia y se vuelve a amasar).</p> <p>Cuando se quieran elaborar los alfeñiques o figuras, se toman porciones de masa y se moldean ataúdes con su muertito, cruces, calaveras o platos de comida; se dejan secar las figuras sobre la mesa por 3 horas aproximadamente, una vez secas se pintan con colorantes vegetales utilizando pinceles.</p> <p>Para conservarlos por más tiempo (máximo 2 meses) se guardan en bolsas de papel o de plástico en un lugar fresco y seco</p>	
Sabor	dulce		
Textura	Muy parecida al mazapán		

Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 170: Ensalada de plaza

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Ensalada de plaza	Ensaladas	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad		Todo el año	
Festividad		Ingredientes principales	
Se encuentran de manera regular en el mercado y tianguis y también en la feria durante el ritual del fuego nuevo		<ul style="list-style-type: none"> - Barbacoa de carnero - Acociles - Pata de res - Chicharrón - Jitomate - Chile verde - Cebolla blanca - Cilantro - Aguacate 	
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual		Se mezclan todos los ingredientes para formar la ensalada que es relleno del tradicional taco de plaza y también se utiliza como acompañamiento del mole rojo con arroz y frijoles de olla. Las personas que preparan esta receta pueden cambiar o quitar algún ingrediente según su gusto	
Sabor	fuerte gracias a la combinación de ingredientes		
Textura	Suave y ligeramente crocante gracias a los acociles		

Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 171: Pinole de maíz azul

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Pinole de maíz azul	Cereales granos y harinas	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad		Todo el año	
Festividad		Ingredientes principales	
Se puede encontrar de forma regular y en las ferias que se ponen a lo largo del año		<ul style="list-style-type: none"> - Granos de maíz azul - Cacao - Cáscara de naranja - Canela - Azúcar 	
Análisis sensorial		Modo de preparación	

Visual		Una vez cosechado el maíz azul maduro, es decir, en su estado de mazorca, se deja reposar y secar hasta alcanzar 14%de humedad; esta práctica se realiza como un método de conservación. Posteriormente los granos son separados del elote, seleccionando aquellos que serán tostados en el comal hasta que se inflen y desprendan un olor característico a palomita de maíz. Una vez tostado el grano azul, se muele de forma tradicional acompañado con cacao y cáscara de naranja, regularmente se le agrega canela y azúcar a la mezcla, aunque puede haber familias que lo preparen sin estos últimos dos ingredientes
Sabor	dulce	
Textura	Arenosa	

Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 172: Mixiote de conejo

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Mixiotes de conejo	Plato fuerte	Altiplano Centro	Metepec, Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Se puede encontrar en los mercados y restaurantes locales, así como también en las ferias que se realizan en el municipio	<ul style="list-style-type: none"> -2 conejos partidos - 3 papas - 5 nopales medianos - 250 gr de chile guajillo limpios e hidratados - Pimienta - 3 clavos de olor - 1 tableta de pasta de achiote - ½ cebolla - 2 dientes de ajo - 1 taza de jugo de naranja - 1 cucharadita de comino - Hojas de laurel - Hojas de aguacate - Hojas de laurel - Hojas de mixiote 		
Análisis sensorial		Modo de preparación	
Visual		En una licuadora se colocan los chiles guajillos, el achiote, pimienta, comino, sal y jugo de naranja y se licúa todo hasta conseguir una mezcla suave y un poco espesa, colar y reservar Por otra parte, se limpian las piezas de conejo y se colocan en un recipiente hondo para cubrirlas con la mezcla anterior, se debe mezclar muy bien la carne con el adobo para que se impregne bien en ella, se tapa el recipiente y se deja reposando por cinco horas aproximadamente o por una noche entera si es posible.	
Sabor	El sabor a achiote predomina junto con el de la carne de conejo		

Textura	Suave y un poco viscosa por la baba de los nopales	Los nopales y papas se cortan en cubos; en medio de una hoja de mixiote hidratada se coloca una pieza de conejo, un puño de nopales y otro de papas sobre el conejo, una hoja de aguacate y otra de laurel y sal; una vez que se tiene todos los ingredientes dentro de la hoja, se levantan las orillas de esta para formar una “bolsita” y se amarran con un cordón para evitar que se abra (esto se repite con cada pieza de conejo). En una vaporera se acomodan las “bolsitas” de mixiote, tapar y dejar a fuego medio por cuatro horas aproximadamente para que la carne quede bien cocida y esté tierna, una vez esté cocido se puede servir
----------------	--	--


Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 173: Pan de pulque

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Pan de pulque	Panes	Altiplano Centro	Metepc Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Fiestas patronales, ferias y se encuentra regularmente en los mercados locales	<ul style="list-style-type: none"> - 250 gr de harina de trigo - 500 gr de harina granillo - 175 gr de piloncillo - 100 gr de manteca de cerdo - 100 gr de azúcar - ½ cucharadita de sal - 1 cucharada de canela molida - ½ cucharada de anís - ½ litro de pulque 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		Se disuelven el azúcar y el piloncillo en el pulque y se deja reposar por una hora; después de ese tiempo se mezcla con las harinas, la sal, canela, anís y manteca; se amasa y golpea hasta lograr que la masa esté suave y forme ampollas, posteriormente se forma una bola a la que se le unta manteca y se coloca en un recipiente engrasado y en un lugar tibio por alrededor de seis horas (si el lugar es fresco se deja por doce horas). Pasado el tiempo se moldea la masa ya sea a modo de trenza, o bolitas que se colocan en latas engrasadas para dejarla reposar por tres horas cerca del calor, después se barnizan con huevo (si se desea se puede espolvorear nuez o ajonjolí sobre el huevo) y se hornean	
Sabor	Dulce con un ligero aroma a pulque		
Textura	La miga es compacta y esponjosa		

Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 174: Limón relleno de coco

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Limón relleno de coco	Dulces tradicionales	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Estacionalidad	Todo el año		
Festividad	Ingredientes principales		
Día de muertos, fiestas patrias y ferias, también se encuentran en mercados y tianguis locales	<ul style="list-style-type: none"> - 450 gr de coco fresco rallado - 12 limones cortados a la mitad - 2 tazas de agua - 2 tazas de azúcar - 1 cucharadita de colorante vegetal verde 		
Análisis sensorial	Modo de preparación		
Visual		Se retira con cuidado la pulpa del limón, aparte en una olla con una taza de agua, una taza de azúcar y el colorante se le agregan las cáscaras de limón una vez que el agua esté hirviendo, se dejan cocinando por 40 minutos a fuego medio procurando mover constantemente, pasado este tiempo se retiran las cáscaras y se dejan enfriar.	
Sabor	Dulce y amargo	Por otro lado, se pone en una olla el coco con una taza de agua y una de azúcar para cocinarlo por media hora a fuego medio, pasado el tiempo se retira del fuego y se deja enfriar.	
Textura	Suave y ligeramente crujiente	La mitad de las cáscaras de limón se rellenan con el dulce de coco y se cierran con la otra mitad de las cáscaras	

Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 175: Chile atole

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Chile atole	Bebidas tradicionales sin alcohol	Altiplano Centro	Metepec Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - 2 a 3 cuartillos de maíz blanco o cacahuazintle - Chile de árbol al gusto - Epazote al gusto - 3 o 4 hojas de calabaza - 2 huesos de codillo de puerco o res 		<p>Los granos de elote se cocinan en una solución alcalina (a base de cal) a la que se le agrega sal mineral natural, este proceso es conocido como nixtamalización es el mismo proceso para elaborar la masa que se utiliza para las tortillas.</p> <p>Una vez terminado el paso anterior, se prepara atole de masa, posteriormente se mezclan los granos de elote, el chile, epazote, las hojas de calabaza que le darán el color verde y se hierve con dos huesos de codillo para darle sabor</p>	
Análisis sensorial		Modo de consumo	

Visual		Se trata de un atole con chile, es decir una bebida picante de maíz que se consume caliente y puede ser líquida o espesa, de acuerdo al gusto de la persona que lo prepara. Se sirve en cajetes de barro para su consumo
Sabor	Ligeramente picante	
Textura	Puede ser espeso o líquido dependiendo quien lo prepare y se sienten los granos de elote en la bebida	


Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 176: Atole de pinole

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Atole de pinole	Bebidas tradicionales sin alcohol	Altiplano Centro	Metepéc Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - Agua hirviendo - Masa de maíz nixtamalizado - Cantidad necesaria de maíz o cacahuzintle (para el pinole) - 2 o 3 rajas de canela - Chocolate al gusto - 3 litros de leche - Azúcar o piloncillo al gusto 		Se prepara el atole de masa; posteriormente se tuesta el maíz, se muele y se mezcla con canela, chocolate, azúcar o piloncillo y se agrega a la leche; esta mezcla se añade al atole preparado al principio y se deja hervir.	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual		Su origen es prehispánico donde se preparaba solo con agua y maíz molido, sin embargo, como producto del mestizaje fue cambiando hasta ser una bebida endulzada con azúcar y canela e incluyendo leche en su preparación. Suele ser el único alimento de la mañana y es consumido generalmente por los niños dado a su sabor dulce	
Sabor	Su sabor es muy parecido a un chocolate caliente especiado		
Textura	Ligeramente espeso		


Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 177: Garañoña

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Garañoña	Bebidas tradicionales con alcohol	Altiplano Centro	Metepéc Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
- Contiene 14 hierbas y un ingrediente secreto; dentro de los ingredientes se encuentran la cáscara de limón, cedrón, miel, azúcar, entre otros		La receta de los ingredientes y su preparación es un secreto de la familia Carrillo que prepara y vende esta bebida en el bar "2 de abril"	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual		Uno de sus usos es como remedio medicinal para los dolores de cabeza y malestares estomacales e incluso como afrodisíaco. El otro uso es como bebida alcohólica, su sabor y efecto son fuertes ya que una persona puede embriagarse aproximadamente con 4 caballitos de esta bebida.	
Sabor	Herbal, dependiendo el paladar de cada persona es el tipo de hierbas que pueden degustar; también tiene un sabor a alcohol fuerte		
Textura	Es líquido y de color verde fosforescente		

Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web


Ficha 178: Chiloctli

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Chiloctli	Bebidas tradicionales con alcohol	Altiplano Centro	Metepéc Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - Pulque - Chile ancho - Epazote - Sal - Ajo - Cebolla 		El pulque se fermenta con el chile ancho, la sal, ajo, cebolla y el epazote adquiriendo tanta fortaleza como un aguardiente	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual		Su consumo se realiza normalmente en diferentes rituales espirituales, pero también se puede encontrar en pulquerías tradicionales	

Sabor	Fuerte, llega a saber parecido a la salsa de chile ancho, aunque no es picante	
Textura	Espesa y viscosa	

Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web

Ficha 179: Mosquito

Nombre	Categoría	Región gastronómica	Zona de producción
Mosquito/ Mosco	Bebidas tradicionales con alcohol	Altiplano Centro	Metepéc Estado de México
Ingredientes principales		Método tradicional de preparación	
<ul style="list-style-type: none"> - Caña de azúcar - Naranja - Miel 		<p>Tarda alrededor de 11 meses desde la fermentación en barrica, el preparado con miel, la gradación de alcohol y el envasado.</p> <p>Se prepara de manera artesanal y con la receta de la familia Almazán</p>	
Análisis sensorial		Modo de consumo	
Visual		Se utiliza en coctelería, repostería y en diversos platillos; se consigue principalmente en el local llamado "la miniatura"	
Sabor	Frutal, específicamente a naranja		
Textura	Líquida		

Fuente: Elaboración propia, foto tomada de la web

Conclusiones

Se propone este proyecto como una herramienta de apoyo en la documentación del patrimonio cultural inmaterial de estas zonas de estudio, con él, los comités de cada pueblo mágico pueden identificar e incluir en sus atractivos y oferta turística los elementos que conforman la gastronomía del lugar, a su vez como se ha venido mencionando a lo largo del documento sirve como un primer paso a futuras investigaciones en diferentes áreas y como forma de preservación de las expresiones culturales dadas por los pueblos indígenas que conviven en el estado. Este trabajo de investigación se centró en el alcance del objetivo general y cumplir con los particulares, esto por medio del desarrollo del Marco Conceptual, Contextual y Resultado y Desarrollo, lo que permitió enfatizar en la importancia de establecer un atlas de diversidad gastronómica para esta zona de estudio, ya que se identificaron cada uno de los elementos que debían conformar el atlas, tomando en cuenta los lineamientos para pertenecer al programa Pueblos mágicos se reconocieron aquellos puntos donde la gastronomía era incluida, la importancia que esta tiene en el programa y su oferta a los visitantes; mediante la investigación documental y el trabajo de gabinete se pudieron documentar los platillos representativos de cada uno de estos Pueblos Mágicos para posteriormente crear inventarios de aquellos platillos, bebidas, alimentos, festividades y etnias con los que cuentan los Pueblos Mágicos seleccionados en formato de fichas de información.

Actualmente, la gastronomía juega un papel importante para los municipios de interés turístico; más para los pueblos mágicos ya que se considera como un patrimonio cultural inmaterial debido a todos los saberes que se transmiten de generación en generación ya que mediante ella se puede conocer un poco de la historia de cada lugar, lo que atrae la atención de los visitantes; así mismo la información incluida en este proyecto ayuda a dar un valor agregado a las localidades de estudio dentro del programa Pueblos Mágicos teniendo en cuenta que este programa busca, entre otras cosas, fortalecer la propuesta turística del país y fomentar el desarrollo sustentable de las localidades que poseen atributos de

autenticidad y singularidad a través de la puesta en valor de sus atractivos, la información que conforma las diferentes fichas presentadas en este documento permite observar aquellos atributos de autenticidad con los que cuentan estos lugares que pueden llegar a convertirse en atractivos y/o productos turísticos y que no se encuentran actualmente en la oferta turística oficial de Tepetzotlán, Valle de Bravo, Malinalco, El Oro y Metepec.

El atlas de diversidad gastronómica se elaboró mediante un análisis de las diferentes fuentes de información obtenidas, que permite una visualización de la diversidad gastronómica de la región y que puede ser un instrumento para los diferentes municipios que les permita generar estrategias para fortalecer y mantener las materias primas del campo, un objetivo de la seguridad alimentaria que existe en el país, así como también investigaciones que ayuden a preservar la herencia gastronómica con la que aún se cuenta o una herramienta de apoyo para aquellas personas que realizan productos turísticos basado en gastronomía.

Este Atlas de diversidad gastronómica ayuda a revalorar y fortalecer la identidad gastronómica de Tepetzotlán, Valle de Bravo, Malinalco, El Oro y Metepec mediante el análisis e interpretación de la información que lo conforma ya que se puede visualizar las tradiciones y costumbres que giran alrededor de la alimentación y que se han conservado hasta ahora así como también el uso de aquellos ingredientes que eran valorados y utilizados de diferentes maneras en la época prehispánica junto con la producción de los mismos que en muchas ocasiones cuentan aún con las técnicas de recolección tradicionales. También este atlas puede ser de gran ayuda para la elaboración de productos turísticos basados en ella como rutas, ferias, tours, entre otros; lo que ayuda a fortalecer el turismo en estas zonas al tener mayores propuestas para los visitantes.

Se puede observar la importancia que tiene la gastronomía en las zonas de estudio ya que cuentan con ferias dedicadas a productos gastronómicos tanto de forma general como específica como es el caso de Tepetzotlán con la feria de la magia y el encanto donde uno de los puntos importantes es difundir la gastronomía perteneciente al estado de México y la feria regional de gastronomía; Valle de Bravo

con la feria del pulque; Malinalco con su gastro tour prehispánico donde se muestra la elaboración de diferentes platillos representativos de este lugar y Metepec con la feria del alfeñique.

También es posible identificar los alimentos que tienen en común cada uno de estos pueblos mágicos, que son producidos en los mismos y que forman parte de los ingredientes principales utilizados en la elaboración de diferentes platillos y bebidas; en Tepotztlán se produce xoconostle con el que se elabora la bebida sangre de conejo y el dulce de xoconostle, también se encuentran diferentes insectos como los chapulines y los caracoles con los que se elaboran sopas; en Valle de Bravo se preparan ates y nieves con las diferentes frutas que se producen en el municipio y los diferentes tamales que se preparan se basan en ingredientes como el charal, capulín y frijol también propios de este lugar; en Malinalco la crianza de trucha permite la preparación de ellas en diferentes formas siendo la trucha estilo Malinalco la más popular, por otro lado la variedad de madera obtenida de los árboles encontrados en el municipio permite realizar técnicas de cocción a base de leña usadas en la elaboración del pan y los tamales como el tamal de rana, ajolote y ceniza; en El Oro se usa el maíz en la elaboración de los tamales, atole agrio y sende choo mientras que la guayaba es la base del rollo de guayaba; por último en Metepec el maguey que se encuentra en la zona es utilizado para la elaboración de pulque con el que se preparan el chiloctli y el pan de pulque, los acociles recolectados en el municipio son usados en la ensalada de plaza y la ensalada de acociles, así como los charales se utilizan en la elaboración de tamales.

En cuanto a la influencia dentro de la gastronomía de las diferentes etnias que conviven en la zona de estudio, esta se puede notar mediante las practicas alimentarias que se dan en cada municipio, por ejemplo, el alimento más utilizado por los otomíes es el maíz, igualmente, obtienen algunos de sus productos alimenticios de las larvas o huevos de insectos y suelen utilizar técnicas de fermentación para la elaboración y conservación de alimentos y bebidas, esto último se puede observar en productos como el sende choo, atole agrio, sambumbia, pulque (y sus derivados) y los diferentes licores que se ofertan en los municipios;

por su parte los mazahuas se alimentan de aquellos granos y vegetales cosechados por ellos como el maíz, frijol, calabaza, habas, quelites y chiles secos, otro ingrediente usado mucho en sus recetas en la carne de guajolote y de conejo. Estos dos grupos indígenas son los que más presencia tienen en las zonas de estudio por lo que cada uno de los productos expuestos anteriormente y que son base en la alimentación de los mismos se pueden encontrar en los platillos que se ofertan en estos lugares; sumado a eso, se puede identificar la presencia de estos grupos indígenas en las fiestas que se celebran en cada municipio ya que cada una cuenta con rituales y expresiones culturales que son propias de dichas etnias.

La creación del atlas de diversidad gastronómica propuesto en este proyecto es importante como herramienta de consulta para aquellos que elaboran productos turísticos ya que presenta un mapeo de aquellos elementos con los que pueden crear rutas, recorridos, circuitos o experiencias dirigidos a los visitantes de estos pueblos mágicos; a su vez es importante como forma de preservación y difusión del patrimonio con que cuentan estos pueblos mágicos ya que documenta aspectos culturales y sociales representativos de cada uno y determina cuántos de ellos se siguen practicando en la actualidad. Si bien existen algunos atlas que hablan sobre gastronomía o ingredientes, este atlas se diferencia de ellos al incluir dentro de un mismo documento diferentes expresiones culturales como son las festividades y forma de elaboración de los platillos y bebidas, información geográfica de los municipios, ubica las localidades donde se encuentran los grupos indígenas que conviven en ellos e información sobre el cultivo y cosecha de los diferentes alimentos que se producen en estas zonas haciendo de este documento una herramienta más completa para la realización de estudios multidisciplinarios como gastronómicos, turísticos, agroalimentarios, entre otros.

Recomendaciones

Al tratarse de un atlas es necesario actualizar la información anualmente para que concuerde con la oferta gastronómica que se tiene en todo momento, así como también la capacitación para el uso del software a aquellas personas que lo ocuparán tanto para consulta como para su actualización.

Este atlas puede ser usado para el análisis de los datos desde el punto de vista filosófico y etnográfico identificando los elementos que conforman las practicas sociales alrededor de la alimentación en estos Pueblos Mágicos profundizando en cómo influyen estas en la construcción social de las localidades.

También se recomienda el uso de este atlas para la elaboración de estrategias en la producción alimenticia derivadas del cambio climático tomando en cuenta la información geográfica y de alimentos endémicos que se encuentra en el documento.

Otro uso que se recomienda darle es como base para futuras investigaciones de carácter gastronómico como la evaluación y elaboración de estrategias para conocer si los platillos que se ofertan son prehispánicos, mestizos o son adaptaciones de platillos extranjeros.

Bibliografía

- Aguilar Piña, P. (2001). *Por un marco teórico conceptual para los estudios de antropología de la alimentación*. Obtenido de Anales de antropología volumen 35:
<http://revistas.unam.mx/index.php/antropologia/article/download/14884/14183>
- Altamira, S., & Trujillo, V. E. (julio de 2017). *Registro de la cocina tradicional oaxaqueña como patrimonio cultural inmaterial de México*. Obtenido de XI Congreso virtual internacional turismo y desarrollo.: <http://www.eumed.net/libros-gratis/actas/2017/turismo/41-registro-de-la-cocina-tradicional-oaxaqueña.pdf>
- Ana Carr, L. R. (14 de Julio de 2016). *Indigenous peoples and tourism: the challenges and opportunities for sustainable tourism*. Obtenido de Journal of sustainable tourism:
<https://doi.org/10.1080/09669582.2016.1206112>
- Anónimo. (28 de 02 de 2016). *Tradiciones*. Obtenido de Importancia.org:
<https://www.importancia.org/tradiciones.php>
- Arias, G. J. (2010). *Los imaginarios en la alimentación humana. Diario De Campo*. Obtenido de Revistas inah:
<https://www.revistas.inah.gob.mx/index.php/diariodecampo/article/view/3419/0>
- Ávila, C. H., Morales, J. A., & Ortega, R. (2016). *Los maíces nativos de la sierra de Santa Marta: guía para su identificación en campo*. México: Universidad Veracruzana.
- Barnechea, M., Gonzáles, E., & Morgan, M. (agosto de 1992). *¿Y cómo lo hace? propuesta de método de sistematización*. Obtenido de
<http://centroderecursos.alboan.org/ebooks/0000/1041/6-CEA-HAC.pdf>
- Barros, C. (diciembre de 2007). *Identidad gastronómica*. Obtenido de revistas up.edu:
<http://revistas.up.edu.mx/index.php/ESDAI/article/download/1413/1149/>
- Barros, C. (2010). *La alimentación en México. Entre la tradición y la modernidad*. Obtenido de inah.gob.mx:
www.revistas.inah.gob.mx/index.php/diariodecampo/article/download/3423/3306
- Bartolo, E. (18 de mayo de 2015). *El oro de Hidalgo, pueblo mágico: Impactos sociales, culturales y económicos*. Obtenido de uaemex.mx:
<http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/66980/El+Oro+DE+Hidalgo+Pueblo+M%C3%A1gico+Impactos+ Sociales,+Culturales+y+Econ%C3%B3micos+.pdf?sequence=1>
- Blair, K. (2019). *Breve relato de la historia de México. De los Olmecas al siglo XXI*. México: Planeta.
- Cárdenas, N. L. (2014). *Atlas turístico- cultural del Patrimonio Inmaterial de la Región Sur*. Obtenido de Patrimonio cultural y turismo. Cuadernos 18:
https://www.cultura.gob.mx/turismocultural/memoria_fmtc/pdf/lili.pdf
- Castro Ricalde, D., Guía Zaragoza, J. G., & López Otero, R. (04 de abril de 2011). *Los tesoros culinarios del sur del Estado de México*. Obtenido de CULINARIA Revista virtual especializada en Gastronomía: http://web.uaemex.mx/Culinaria/dos_ne/art_02.pdf

- CCGM. (17 de octubre de 2016). *Biodiversidad y diversidad cultural de México: Una cocina históricamente nutritiva y sustentable*. Obtenido de Conservatorio de la Cultura Gastronómica de México.: <https://www.ccgmx.mx/ccgm/es/biodiversidad-y-diversidad-cultural-de-mexico-una-cocina-historicamente-nutritiva-y-sustentable/>
- CEDIPIEM. (2012). *Pueblos Indígenas*. Obtenido de Consejo Estatal para el Desarrollo Integral de los Pueblos Indígenas: http://cedipiem.edomex.gob.mx/pueblos_indigenas
- CEDIPIEM. (05 de marzo de 2018). *Pueblos indígenas en el Estado de México*. Obtenido de edomex.gob.mx: https://edomex.gob.mx/indigenas_edomex
- CNDH. (30 de agosto de 2014). *Ley sobre los Derechos de los Pueblos y Comunidades Indígenas del Estado de Colima*. Obtenido de cndh.org.mx: http://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/Programas/Indigenas/OtrasNormas/Estatal/Colima/Ley_DPCICol.pdf
- CONABIO. (febrero de 2018). *Cocina y biodiversidad en México*. Obtenido de Comisión Nacional para el Conocimiento y uso de la Biodiversidad. CONABIO.: <http://bioteca.biodiversidad.gob.mx/janium/Documentos/12519.pdf>
- CONACULTA. (2003). *Patrimonio cultural y turismo. Cuaderno 7*. Obtenido de CONACULTA: https://patrimonioculturalyturismo.cultura.gob.mx/publi/Cuadernos_19_num/cuaderno7.2.pdf
- CONACULTA. (2016). *Estado de México. Centro de México*. Obtenido de cultura.gob.mx: <https://www.cultura.gob.mx/turismocultural/folletos-estados/edo-mexico.pdf>
- CONACULTA. (30 de noviembre de 2019). *Catálogo de recursos gastronómicos de México. Cuaderno 17*. Obtenido de Patrimonio cultural y turismo. Cuadernos: https://patrimonioculturalyturismo.cultura.gob.mx/publi/Cuadernos_19_num/cuaderno17.pdf
- Cota, G. H. (2015). *Identidad y gastronomía en el México contemporáneo*. Obtenido de Claustromía. Revista gastronómica digital, Universidad del Claustro de Sor Juana: <https://www.elclaustro.edu.mx/claustromia/index.php/investigacion/item/184-identidad-y-gastronomia-en-el-mexico-contemporaneo>
- Cotán, A. (23 de noviembre de 2019). *El método etnográfico como construcción de conocimiento: un análisis descriptivo sobre su uso y conceptualización en ciencias sociales*. Obtenido de Revista de educación de la Universidad de Málaga: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7246053.pdf>
- DATATUR. (10 de junio de 2018). *Módulo de Información de Pueblos Mágicos*. Obtenido de sector.gob.mx: <https://www.datatur.sectur.gob.mx/Pueblos%20Magicos/PueblosMagicosIni.aspx>
- De Gortari, Y., & Escamilla, E. (3 de Septiembre de 2013). *La gastronomía como destino turístico*. Obtenido de cultura.gob.mx: <https://www.cultura.gob.mx/turismocultural/cuadernos/pdf14/articulo10.pdf>

- Di Clemente, E., Hernández, J. M., & López, T. (2014). *La gastronomía como patrimonio cultural y motor del desarrollo turístico. Un análisis DAFO para Extremadura*. Obtenido de dialnet.unirioja: file:///C:/Users/Diblit/Downloads/Dialnet-LaGastronomiaComoPatrimonioCulturalYMotorDelDesarr-5385975.pdf
- Díaz del Castillo, B. (2014). *Historia verdadera de la conquista de la Nueva España*. México.
- DOF. (26 de septiembre de 2014). *Acuerdo por el que se establecen los lineamientos generales para la incorporación y permanencia al programa Pueblos Mágicos*. Obtenido de Secretaría de gobernación:
https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5361690&fecha=26/09/2014
- EDOMEX. (2002). *Ley de Derechos y Cultura Indígena del Estado de México*. Obtenido de edomex.go.mx:
<http://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/ley/vig/leyvig090.pdf>
- EDOMEX. (2015). *Plan nacional de desarrollo municipal de Malinalco, México*. Obtenido de ipomex.org:
https://www.ipomex.org.mx/recursos/ipo/files_ipo/2013/47/11/598ab8b9160eafd7264dfc38976eaa2a.pdf
- EDOMEX. (12 de febrero de 2016). *Información económica y estatal: Estado de México*. Obtenido de www.gob.mx:
https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/99605/estado_de_mexico.pdf
- EDOMEX. (2016). *Plan nacional de desarrollo municipal Metepec*. Obtenido de metepec.gob:
https://metepec.gob.mx/pagina/documentos/PlanDesarr/GACETA_31_2016.pdf
- EDOMEX. (2018). *Plan de desarrollo municipal de Valle de Bravo*. Obtenido de ipomex.org:
https://www.ipomex.org.mx/recursos/ipo/files_ipo/2016/20/10/57140fedcc42490aaa3423eba3ebe7b1.pdf
- EDOMEX. (2018). *Plan de desarrollo municipal El Oro*. Obtenido de eloromexico.gob:
http://www.eloromexico.gob.mx/GACETAS/2016/5_PLAN_DESARROLLOMUN2016.pdf
- EDOMEX. (mayo de 2020). *Plan municipal de desarrollo urbano de Tepotzotlán, estado de México*. Obtenido de edomexico.gob:
http://seduv.edomexico.gob.mx/planes_municipales/Tepotzontlan/tepotzotlan%20mayo%202003.pdf
- Expósito, D., & González, J. (agosto de 2017). *Sistematización de experiencias como método de investigación*. Obtenido de Universidad de Ciencias Médicas. Cuba:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000200003
- Favila, H., López, M., & Quintero-Salazar, B. (2014). *La gastronomía tradicional del norte del Estado de México. El caso de Acambay*. Obtenido de Cuadernos Interculturales, vol. 1, núm. 22.:
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55232244002>

- Fernández, A. M. (febrero de 2015). *Una revisión del programa Pueblos Mágicos*. Obtenido de periodicos.uesc.br: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5975451.pdf>
- Flores, J. (2003). *Breve historia de la cocina mexicana*. México: De bolsillo.
- Fumey, G., & Etcheverría, O. (2008). *Atlas mundial de cocina y gastronomía*. Editores Akal.
- Fusté, F. (junio de 2016). *Los paisajes de la cultura: la gastronomía y el patrimonio culinario*. Obtenido de Dixit. Vol. 24: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0797-36912016000100001
- González, J. F. (12 de enero de 2018). *La identidad de la cocina mexicana patrimonial como sustento del desarrollo rural: el paradigma de la meseta purépecha*. Obtenido de CULINARIA Revista virtual especializada en Gastronomía: http://web.uaemex.mx/Culinaria/pdf_culinaria_catorce/identidad_cocina_mexicana_uae_mex.pdf
- González, M. (junio de 2013). *Análisis del patrimonio gastronómico entre los Mazahuas de San Anatonio Pueblo Nuevo, San José del Rincón, México*. Obtenido de Universidad Autónoma del Estado de México.: <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/13729/412743.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Guerrero, P. (30 de septiembre de 2011). *Geografía: Atlas*. Obtenido de Cartografía y geografía general: <https://geografia.laguia2000.com/general/atlas>
- Hernández Ramírez, J., & Gomar, E. (2012). *Patrimonio cultural, identidad y agentes sociales: una aproximación al caso de Leymebamba (Amazonas, Pperú)*. Obtenido de Universidad de Sevilla: Dpto. de Antropología Social.: <https://idus.us.es/handle/11441/53066;jsessionid=CA682D0669DD9E431A851B8CF8E1A9D5?>
- Hernández, D., Castillo, M., Vargas, E. E., & Cruz, G. (2017). *La transversalidad en la política turístico- cultural del pueblo mágico de Metepec, México*. Obtenido de Entreciencias: diálogos en la Sociedad del Conocimiento, vol. 5, núm 13: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/4576/457651376004/457651376004.pdf>
- Hinojosa, M. d. (junio de 2009). *México y sus regiones gastronómicas*. Obtenido de Hospitalidad-ESDAI: <https://revistas.up.edu.mx/ESDAI/article/view/1445/1177>
- Holland, M. (2014). *El atlas comestible*. Editorial Roca.
- Ibarra, J. P., & Velarde, M. (24 de febrero de 2015). *El programa Pueblos Mágicos y la sustentabilidad turística; el caso de Cosalá y los eventos "Cosaltazo" y "Cosalazo"*. Obtenido de scielo.org.mx: <http://www.scielo.org.mx/pdf/eps/n31/1870-9036-eps-31-00004.pdf>
- IGAC. (19 de febrero de 2018). *Geografía y cartografía*. Obtenido de Instituto Geográfico Agustín Codazzi: <https://www.igac.gov.co/es/contenido/que-es-un-atlas>

- INAFED. (2020). *Sistema Nacional de información Municipal*. Obtenido de snim.gob:
<http://www.snim.rami.gob.mx/>
- INAH. (marzo de 1988). *Atlas cultural de México: Gastronomía*. México.: Planeta. Obtenido de
<https://professionalchefenriquez.files.wordpress.com/2011/08/atlas-cultural-gastronomia.pdf>
- INEGI. (2015). *Principales resultados de la encuesta intercensal 2015*. Obtenido de inegi.org.mx:
http://internet.contenidos.inegi.org.mx/contenidos/productos/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/nueva_estruc/702825078966.pdf
- INPI, I. (2018). *Atlas de los pueblos Indígenas de México*. Obtenido de cdi.gob.mx:
<http://atlas.cdi.gob.mx/>
- Larousse. (2020). *Diccionario gastronómico*. Obtenido de Larousse cocina:
<https://laroussecocina.mx/palabra/gastronomia/>
- Linares, F. N. (mayo de 2010). *Pueblos indígenas de México- INPI*. Obtenido de cdi.gob.mx:
http://www.cdi.gob.mx/dmdocuments/pueblos_indigenas_mexico_navarrete_c1.pdf
- López Morales, G. (2009). *Conferencia inaugural 1er. Congreso sobre Patrimonio Gastronómico y Turismo Cultural en América Latina y el Caribe. UNESCO*. Obtenido de observatoriocultural.udgvirtual.udg.mx:
<https://observatoriocultural.udgvirtual.udg.mx/repositorio/bitstream/handle/123456789/427/1er.%20Congreso%20sobre%20patrimonio%20gastron%C3%B3mico%20y%20turismo%20cultural%20en%20Am%C3%A9rica%20Latina%20y%20el%20Caribe..pdf?sequence=1>
- López, L., Valverde, C., & Figueroa, M. E. (octubre de 2018). *Pueblos Mágicos. Una visión interdisciplinaria. Vol IV*. Obtenido de Unversiad Autónoma Metropolitana.:
<http://www.casadelibrosabiertos.uam.mx/contenido/contenido/Libroelectronico/pueblos-magicos-IV.pdf>
- Mascarenhas, G., & Gándara, J. (2010). *Producción y transformación territorial. La gastronomía como atractivo turístico*. Obtenido de Estudios y perspectivas en turismo.:
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3352414.pdf>
- Meléndez, T. J., & Cañez, d. I. (noviembre de 2009). *La cocina tradicional como un elemento de identidad y desarrollo local: el caso de San Pedro el Saucito, Sonora, México*. Obtenido de scielo.org.mx: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572009000300008
- Merino, C. (2018). Fortalecimiento de la imagen país mediante el uso de gastrodiplomacia en la proyección exterior de Chile, a partir del caso peruano. *Revista chilena de relaciones internacionales. Vol. 2 No. 1*, 138- 164.
- Montecinos, A. (2016). *Turismo gastronómico sostenible. Planificación de servicios, restaurantes, rutas, productos y destinos*. México: Porrúa.
- Morales Gaitán, S. B., & Lieve Coppin, M. (agosto de 2015). *¿La cocina como agente de cambio social? Perú y su boom gastronómico*. Obtenido de researchgate.net:

https://www.researchgate.net/publication/280611121_LA_COCINA_COMO_AGENTE_DE_CAMBIO_SOCIAL_PERU_Y_SU_BOOM_GASTRONOMICO

- Munguía Reyes, M. M., Hernández López, R., & González Mendoza, M. (23 de junio de 2014). *Un acercamiento al patrimonio gastronómico de la etnia Mazahua*. Obtenido de CULINARIA Revista virtual especializada en Gastronomía:
http://web.uaemex.mx/Culinaria/ocho_ne/PDF%20finales%208/Acercamiento_Gastronomia_Mazahua.pdf
- OMT. (2016). *Red de gastronomía de la OMT: Plan de acción 2016/2017*. Obtenido de unwto:
http://cf.cdn.unwto.org/sites/all/files/pdf/gastronomy_action_plan_print_2_es_web_0.pdf
- ONU. (2016). *Agenda 2030*. Obtenido de unwto.org:
<http://www.sela.org/media/2262361/agenda-2030-y-los-objetivos-de-desarrollo-sostenible.pdf>
- ONU. (2019). *Pueblos indígenas en la ONU*. Obtenido de Departamento de asuntos Económicos y Sociales.: <https://www.un.org/development/desa/indigenous-peoples-es/historia.html>
- Oseguera, P. D. (2003). *Herederos diversos y convexos*. México: CNCA-Dirección General de Culturas Populares e Indígenas en coedición con el gobierno del estado de Colima y la Universidad Autónoma de Chapingo.
- Padilla, C. (2003). Recetarios y recetas como objetos patrimoniales. *Patrimonio cultural y turismo. Cuaderno 7*, 85-91.
- Pérez, C. A., & Antolín, D. I. (junio de 2016). *Programa pueblos mágicos y desarrollo local: actores, dimensiones y perspectivas en El Orno, México*. Obtenido de redalyc.org:
<https://www.redalyc.org/pdf/417/41744004009.pdf>
- Pérez, G. (2002). Reflexiones y una teoría sobre la gastronomía mexicana. *Patrimonio cultural y turismo, Cuadernos. Congreso sobre Patrimonio Gastronómico y Turismo cultural en América Latina y el Caribe. Memorias Tomo I.*, 79-93.
- Pérez, M., & Cisneros, W. D. (2012). *El lado cultural del patrimonio gastronómico*. Obtenido de Universidad Autónoma del Estado de México.:
http://web.uaemex.mx/Culinaria/tres_ne/articulo_06.pdf
- RAE. (2019). *Diccionario de la lengua española. Edición del Tricentenario*. Obtenido de Diccionario de la Real Academia Española: <https://dle.rae.es>
- Ramírez Silva, J. P. (julio de 2015). *Los Pueblos Mágicos: una visión crítica sobre su impacto en el desarrollo sustentable del turismo*". Obtenido de researchgate.net:
https://www.researchgate.net/publication/303401628_Los_Pueblos_Magicos_una_vision_critica_sobre_su_impacto_en_el_desarrollo_sustentable_del_turismo
- Ramos Abascal, M. (15 de julio de 2019). *Gastrodiplomacia: ¡comiendo se entiende la gente!* Obtenido de Generación Anahuac: <https://www.anahuac.mx/generacion-anahuac/gastrodiplomacia-comiendo-se-entiende-la-gente>

- Ramos, A., Guadalupe, W., & Rocha, J. (julio de 2017). *Las técnicas etnográficas para la identificación y la documentación del patrimonio gastronómico de Nayarit*. Obtenido de XI Congreso virtual internacional turismo y desarrollo.: <http://www.eumed.net/libros-gratis/actas/2017/turismo/42-las-tecnicas-etnograficas.pdf>
- Rios, K. A. (2016). *Cocina y gastronomía ¿Conoces la diferencia?* Obtenido de Restaurante.guide: <https://www.restaurante.guide/cocina-y-gastronomia-conoces-la-diferencia/>
- Romero Contreras, A. T., Viesca González, F. C., & Hernández Tellez, M. (02 de julio de 2010). *Formación del patrimonio gastronómico del valle de Toluca, México*. Obtenido de dialnetunirioja.es: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5034990.pdf>
- Romero, M., & Ania, H. (2015 de diciembre de 21). *El método etnográfico y su relación con el análisis de dominio*. Obtenido de redalyc.org: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/161/16144489005/html/index.html>
- Roriguez, M. L. (11 de marzo de 2011). *Rescate de tradiciones gastronómicas y la actividad turística*. Obtenido de gestiopolis.com: <https://www.gestiopolis.com/rescate-tradiciones-gastronomicas-actividad-turistica/>
- Rosas Jaco, M. I., Almeraya Quintero, S., & Guajardo Hernández, L. G. (abril de 2016). *Los comités pueblos mágicos y el desarrollo turístico: Ttepotzotlán y El Oro, Estado de México*. Obtenido de scielo.org.mx: <http://www.scielo.org.mx/pdf/asd/v14n1/1870-5472-asd-14-01-00105.pdf>
- SECTUR. (2014). *Gía de incorporación y permanencia. Pueblos mágicos*. Obtenido de [sectur.gob.mx](http://www.sectur.gob.mx): <http://www.sectur.gob.mx/wp-content/uploads/2014/10/GUIA-FINAL.pdf>
- SECTUR. (2015). *Atlas turístico de México*. Obtenido de [atlasturistico.sectur.gob.mx](http://www.atlasturistico.sectur.gob.mx): <https://www.atlasturistico.sectur.gob.mx/AtlasTuristico/bienvenido.do>
- SEMARNAT. (2015). *Atlas digital geográfico*. Obtenido de [semarnat.gob.mx](http://www.semarnat.gob.mx): <http://gisviewer.semarnat.gob.mx/aplicaciones/Atlas2015/index.html>
- SEMARNAT. (17 de mayo de 2018). *México, biodiversidad que asombra*. Obtenido de Gobierno de México.: <https://www.gob.mx/semarnat/articulos/mexico-biodiversidad-que-asombra>
- SIAP. (14 de agosto de 2018). *Atlas agroalimentario 2012- 2018*. Obtenido de Servicio de información agroalimentaria y pesquera SIAP: https://nube.siap.gob.mx/gobmx_publicaciones_siap/pag/2018/Atlas-Agroalimentario-2018
- Sims, R. (1 de Mayo de 2009). *Food, place and authenticity: local food and the sustainable tourism experience*. Obtenido de Journal of sustainable tourism: <https://doi.org/10.1080/09669580802359293>
- SNIEG. (2012). *Registro Nacional de Información Geográfica. Glosario*. Obtenido de Distema Nacional de Información Estadística y Geográfica.: https://www.snieg.mx/RNIEG/RNIG/Documentos/glosario_RNIG.pdf

- Taste atlas*. (2017). Obtenido de taste atlas.com: <https://www.tasteatlas.com/>
- Toledo, V., Alarcón, P., Moguel, P., & Olivo, M. (01 de enero de 2001). *El Atlas Etnoecológico de México y Centroamérica: fundamentos, métodos y resultados*. Obtenido de Instituto de ecología UNAM: https://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/cambiodemografico/atlas_etnologico.pdf
- UNESCO. (21 de noviembre de 1972). *Convención sobre la protección del patrimonio mundial, cultural y natural*. Obtenido de unesco.org: <http://whc.unesco.org/archive/convention-es.pdf>
- UNESCO. (2010). *La cocina tradicional mexicana, cultura comunitaria, ancestral y viva- El paradigma de Michoacán*. Obtenido de unesco.org: <https://ich.unesco.org/es/RL/la-cocina-tradicional-mexicana-cultura-comunitaria-ancestral-y-viva-el-paradigma-de-michoacan-00400>
- UNESCO. (2017). *Portal de información sobre el patrimonio cultural de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura*. . Obtenido de Oficina de la UNESCO en México.: <http://www.unesco.org/new/es/mexico/work-areas/culture/world-heritage/>
- UPAEP, & UAQ. (2018). *El Arca del gusto en México. Productos, saberes e historias del patrimonio gastronómico*. México: Slow FOOD.

Anexos

Tabla 9: La alimentación a través del tiempo

Autor	Título	Observaciones	Relevancia
Oseguera Parra David.	Herederos Diversos y Convexos.	Libro (2003).	La modificación alimentaria local.
Ariaz González J.	Los imaginarios en la alimentación humana.	Revistas inah (2010).	El significado de los alimentos.
Cristina Barros.	La alimentación en México: Entre la tradición y la modernidad.	Revistas inah (2010).	Cambio de la alimentación tradicional local, por alimentos industrializados.
INAH.	Atlas cultural de México: Gastronomía.	Libro (1988) inah,	La alimentación antes del contacto con el viejo mundo y cómo ha evolucionado, así como también la importancia de su estudio.
Flores y Escalante, Jesús.	Breve Historia de la cocina mexicana.	Libro (2003)	Identifica algunos ingredientes que se usan desde la época prehispánica y la importancia que éstos tienen en la gastronomía de nuestro país.
Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla (UPAEP), Universidad autónoma de Querétaro.	El arca del gusto en México: Productos, saberes e historias del patrimonio gastronómico.	Libro (2018).	Proporciona fichas generales sobre productos gastronómicos de México, las que incluyen, temporalidad, lugares donde se cultivan, su propósito es mantener una conexión con nuestro patrimonio.

Fuente: elaboración propia mediante revisión de literatura

Tabla 10: Turismo y gastronomía

Autor	Título	Observaciones	Relevancia
Sims R.	Food, place and authenticity: local food and the sustainable tourism experience.	Journal of sustainable tourism (2009).	La importancia de la autenticidad de la cocina local en el turismo.
De Gortari Y. y Escamilla Edmundo.	La gastronomía como producto turístico.	Cuadernos de cultura del gobierno de México.	Importancia y potencial de la gastronomía en el turismo.
Antonio Montecinos Torres.	Turismo gastronómico sostenible.	Libro (2016).	Modelo de planificación gastronómica y turística.
OMT.	Red de gastronomía de la OMT: Plan de acción 2016- 2017.	Unwto.org (2016).	Planes de acción para el fomento de la gastronomía dentro del turismo.
Ramos García Jeraar Atahualpa, Guadalupe Carvajal Wendy, Rocha Arteaga José Salvador.	Las técnicas etnográficas para la identificación y la documentación del patrimonio gastronómico de Nayarit.	Ponencia en congreso de turismo y desarrollo (2017).	Aspectos a tomar en cuenta para la documentación de los elementos que componen el patrimonio gastronómico y así ayudar a la creación de nuevos flujos turísticos que tengan la gastronomía como uno de los principales motivadores de viaje.
Altamira Contreras Sonia, Trujillo Martínez Verónica Elizabeth.	Registro de la cocina tradicional oaxaqueña como patrimonio cultural inmaterial de México.	XI Congreso virtual internacional de turismo y desarrollo (julio 2017).	La importancia de la preservación del patrimonio cultural inmaterial y algunos elementos que se deben tomar en cuenta para ello como la documentación y estudio para crear proyectos turísticos.
Merino Araya Carolina.	Fortalecimiento de la imagen país mediante el uso de gastro diplomacia en la proyección	Artículo de revista (2018).	Promoción de la gastronomía nacional y sus productos mediante la gastro diplomacia y el turismo, lo que ayuda a fomentar la inversión, el

exterior de Chile.
Caso peruano.

comercio y la participación
cultural entre países.

Fuente: elaboración propia mediante revisión de literatura

Tabla 11: Identidad gastronómica

Autor	Título	Observaciones	Relevancia
Díaz del Casillo B.	Historia verdadera de la conquista de la Nueva España.	Libro reimpresso (2014).	Cómo se conformó la gastronomía mexicana.
González Figueroa J. F.	La identidad de la cocina mexicana patrimonial como sustento del desarrollo rural: el paradigma de la meseta purépecha.	CULINARIA: Revista especializada en gastronomía de la UAEMEX.	Importancia de la identidad gastronómica para el desarrollo de las comunidades.
S. Blair Kathryn.	Breve relato de la historia de México: De los Olmecas al siglo XXI	Libro (2019).	Investigación documentada que traza una guía histórica para entender la diversidad, riqueza e identidad que definen la cultura mexicana.
Comisión Nacional para el conocimiento y uso de la biodiversidad CONABIO.	Cocina y Biodiversidad en México.	Artículo (2018).	El sello de identidad de una localidad dado por la forma de preparación de alimentos, su importancia y los cambios que han tenido algunos alimentos con el paso del tiempo.

Fuente: elaboración propia mediante revisión de literatura

Tabla 12: Pueblos mágicos

Autor	Título	Observaciones	Relevancia
Bartolo Trujillo E.	El Oro de Hidalgo, Pueblo Mágico: Impactos sociales, culturales y económicos.	Revista digital UAEMEX. (2015).	Problemas con el cumplimiento de objetivos en el programa Pueblos Mágicos en el Estado de México.

Munguía Reyes M. M., Hernández López R., González Mendoza M.	Un acercamiento al patrimonio gastronómico de la etnia Mazahua.	CULINARIA: Revista especializada en gastronomía de la UAEMEX.	Influencia de la etnia Mazahua en el Estado de México.
---	---	--	--

Fuente: elaboración propia mediante revisión de literatura

Cuestionario dirigido a representantes de los Pueblos Mágicos

Instituto Politécnico Nacional

Maestría en Administración e Innovación del turismo

Título de tesis: Atlas de la diversidad gastronómica que ofrecen los pueblos mágicos de Tepotzotlán, Valle de Bravo, Malinalco, El Oro y Metepec en el Estado de México

Objetivo: obtener información complementaria sobre los pueblos mágicos del estudio.

Fecha de realización: _____

Nombre de quien contesta este cuestionario: _____

Puesto que desempeña: _____

1. ¿La gastronomía tiene un valor cultural en este pueblo mágico?, si la respuesta es sí ¿Qué valor se le da?

2. Tomando en cuenta un establecimiento formal como aquel que está registrado ante las autoridades fiscales y un establecimiento informal como aquel que no lo está, ¿Cuántos establecimientos formales e informales de alimentos y bebidas existen en este lugar?

Formales _____ Informales _____

3. ¿La gastronomía local tienen una participación en la economía este lugar?, de ser así ¿de qué manera y en qué porcentaje?

4. ¿Qué días se pueden encontrar los tianguis donde se ofrece gastronomía tradicional en este lugar?

5. ¿Podría decirme el tipo de flora y fauna utilizados en la preparación de alimentos que se pueden encontrar en esta zona?

6. ¿Cuáles son las localidades indígenas que tienen presencia en este pueblo mágico?

7. Estas localidades ¿qué lenguas o dialectos hablan?

Agradezco el tiempo prestado para contestar estas preguntas.