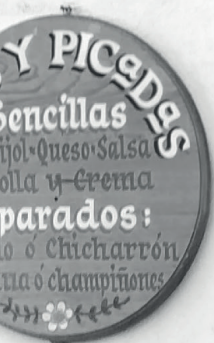
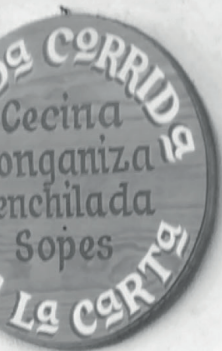


LA

DES COMM UNAL

REVISTA IBEROAMERICANA DE PATRIMONIO Y COMUNIDAD

ISSN 2444-0205



Comidas
Corridas

Sopas	Guisados
Ajiz	Mole rojo
Fideo	Mole verde
Espagueti	Adobo
Habas	Chile relleno
Lentejas	Huazontle
Consome	Verdolagas



MONOGRÁFIC DOCE/AÑO11/DIC2025

ACTAS

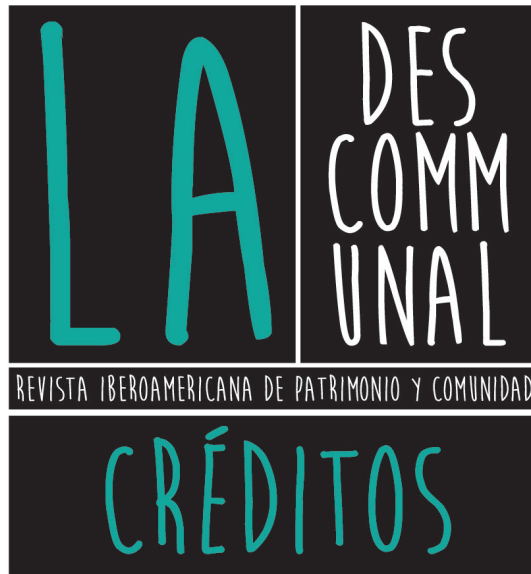
SOPA23

XI CONGRESO INTERNACIONAL DE
SOCIALIZACION DEL PATRIMONIO EN
EL MEDIO RURAL

Cuernavaca_Tepoztlán_Tlayacapan
ESTADO DE MORELOS_MÉXICO



LAUNDERGROUND COLECTIVA



EQUIPO
EDITORIAL

SabahWalid_correcciones+maquetación
JuanjoPulido_diseño+comunicación

EDITA

La DESCOMMUNAL

ISSN: 2444-0205

San Salvador, 10 6ªA
06800 Mérida (Badajoz)
ESPAÑA

www.ladescommunal.org
info@ladescommunal.org

Diciembre de 2025



La DESCOMMUNAL, Revista Iberoamericana de Patrimonio y Comunidad es una publicación independiente, promovida por mentes inquietas y comprometidas con un patrimonio, un territorio y una comunidad.

Se permite cualquier explotación de la obra, incluyendo una finalidad comercial, así como la creación de obras derivadas, la distribución de las cuales también está permitida sin ninguna restricción. Es decir, todos los artículos están a tu disposición para leerlos, compartirlos y utilizarlos en tus publicaciones y proyectos, pero acuérdate de mencionar su origen y sus autores. Gracias!!

ES UNA
PUBLICACIÓN DE

LAUNDERGROUND COLECTIVA
www.laundergroundcolectiva.org



ÍNDICE

LA DES
COMM
UNAL

REVISTA QUINSEMESTRAL DE PATRIMONIO Y COMUNIDAD

MONOGRAFÍA DOCE/AÑO 11/DIC 2025

ACTAS **SOPA23** XI CONGRESO INTERNACIONAL DE
SOCIALIZACIÓN DEL PATRIMONIO EN
EL MEDIO RURAL
Guernavaca Tepoztlán Tlayacapan
ESTADO DE MORELOS_MEXICO

EDITORIAL

Sabah Walid [Directora del SOPA]/**ESPAÑA**_pp01-02

SESIÓN TEÓRICA

01_Protocolos y acartonamientos culinarios de la élite bogotana: el Office de las casas inglesas

María Olga Largacha Martínez_ *Grupo de Investigación Diseño y Gestión del Hábitat Territorial. Facultad de Arquitectura, Universidad La Gran Colombia/COLOMBIA*_pp03-13

02_Denominación de origen mexicana:Territorio y paisaje

Jazmine Dafne Somellera Carrasco/**MÉXICO**_pp14-25

03_Cosmovisión alimentaria ancestral: Los tlahuicas en Morelos

Norma Angélica Juárez Salomo+Miguel Ángel Cuevas Olascoaga+Mariana Silveyra Rosales_ *Universidad Autónoma del Estado de Morelos/MÉXICO*_pp26-34

04_El cuezcomate y el tlecuil, lugar de vida y alimento en la casa de adobe de Metepec, Morelos

Fabiola Bernardina Herrera Rivas+Adriana Hernández Sánchez_ *Facultad de Arquitectura de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla/MÉXICO*_pp35-49

05_Los sabores en la plaza como detonador del recuerdo

Mariana Silveyra Rosales+Norma Angélica Juárez Salomo+José Miguel Sedano Hidalgo_ *Universidad Autónoma del Estado de Morelos/MÉXICO*_pp50-62

SESIÓN PROYECTOS

06_Asociación Fusión Tropical de la Amazonia: una propuesta por la soberanía alimentaria y la construcción de paz en Colombia

Alejandra López Getial+Bruno Sandstede Estrada_ *Universidad de Caldas/COLOMBIA*_pp63-77

07_Mujeres del fogón: cocineras tradicionales de Sacalaca, Quintana Roo, México

Loida Briceño Mukul+Cecilia Medina Martín+Fredy Un Noh+Ismael Briceño Mukul_ *Universidad Intercultural Maya de Quintana Roo/MÉXICO*_pp78-92

08_Saberes huerteros, experiencia colaborativa entre adultos mayores en la construcción de un huerto urbano en la ciudad de Temuco, Chile

Stefany Bustamante Jara+Daniela Triviño Flores/**CHILE**_pp93-104

09_Si falta la comida, torcida va la vida

Julieta Ortiz de Rosas_ *Ferrowhite Museo-Taller/ARGENTINA*_pp-105-130

10_A barriga llena, corazón contento. Propuesta de recetario para la socialización del patrimonio en entornos rurales.

Luis Miguel Carranza Peco+Araçeli Rodríguez Azogue+Manuela Puddu+Ana Gómez Díaz+

Oliva Rodríguez Gutiérrez+Álvaro Fernández Flores_ *Instituto de Arqueología de Mérida+*

Arqueología y Gestión S.L.+MiC-Ministero della Cultura+Casa Bonsor-Castillo de Mairena

(Ayuntamiento de Mairena del Alcor)+Universidad de Sevilla(Departamento de Prehistoria y Arqueología)

*/ESPAÑA-ITALIA*_pp131-142

03

MONOGRÁFIC DOCE/AÑO11/DIC2025

ACTAS

SOPA23

XI CONGRESO INTERNACIONAL DE
SOCIALIZACIÓN DEL PATRIMONIO EN
EL MEDIO RURAL

Cuernavaca_Tepoztlán_Tlayacapan
ESTADO DE MORELOS_MÉXICO

LA DES
COMM
UNAL

REVISTA IBEROAMERICANA DE PATRIMONIO Y COMUNIDAD



SESIÓN TEÓRICA

Cosmovisión alimentaria ancestral:
Los tlahuicas en Morelos

Norma Angélica Juárez Salomo+
Miguel Ángel Cuevas Olascoaga+Mariana Silveyra Rosales
Universidad Autónoma del Estado de Morelos/MÉXICO

salomo@uaem.mx
xmauz@hotmail.com
mariana.silveyra@uaem.edu.mx

resumen

Dentro de las expresiones culturales identitarias más importantes de los pueblos alrededor del mundo, se encuentra la cocina tradicional de cada región la cuál, a través de sus procesos culinarios y la diversidad de sus insumos, refleja los usos, costumbres, tradiciones, creencias y saberes, tanto de sus pobladores como de quienes los antecedieron, traduciendo muchas veces sus preparaciones en emblemáticos platillos, que hacen la suerte de embajadores del ser y quehacer de las comunidades. Como muestra obligada de la gran diversidad y riqueza patrimonial de la cocina tradicional en el centro de la República Mexicana, puntualmente en Estado de Morelos, ubicado en el corazón de México, la Cultura Tlahuica ha brindado al mundo deliciosas propuestas gastronómicas que, además de su incomparable sabor, se caracterizan por su delicada y acertada combinación de ingredientes los cuales, debido a su alto y variado contenido en verduras, flores, insectos y leguminosas, posee un evidente nivel nutricional. El objetivo del presente trabajo es relevar diversos aspectos de la cocina tradicional Morelense desde su origen Tlahuica que, a lo largo de la historia, se ha reafirmado y recreado en un entorno rico en tradiciones mismo que, desde sus primeras manifestaciones hasta el presente, ha contado con un entorno inigualable por su clima y la diversidad de sus productos, siendo reconocida no sólo por su delicioso sabor, sino también por su diversidad y valor cultural en la herbolaria, la cocina ento, diversos productos de maíz o nopal, sólo por mencionar algunos ejemplos, así como su evidente relevancia en el desarrollo agroeconómico de las comunidades primordialmente rurales de la región.

#Patrimonio, #Cultura, #Cocina,
#Rural, #Tlahuica

Introducción

La cocina tradicional mexicana, su entorno, productos y recetas compartidas por generaciones, han hecho las veces de testigos vivos de tradición, evocando recuerdos entrañables de la sazón de las abuelas, el asado del tío o la cazuela de mole de la boda. Encerrando sabores y recuerdos, cada platillo se establece como testigo silente de historias de familia aderezadas por la vida cotidiana, las fiestas memorables, los secretos de sus habitantes y mucha, pero mucha convivencia. Como decían las personas de antaño “lo que ocurre en la cocina, ocurre en el corazón”, siendo estos espacios el centro del hogar, la vuelta al vientre materno, donde se alimentan sueños y se nutren esperanzas.

Hablar de cocina tradicional mexicana es referirse a la identidad de pueblos y regiones, es remitirse tanto a los recuerdos personales como a los imaginarios de las comunidades. Al surgir en un país lleno de color y tradición, las cocinas de los diversos Estados proporcionan elementos que las caracterizan ¿cómo pensar en Oaxaca sin recordar esas grandes cazuelas colgantes y sus enormes cucharas de madera para los diversos moles? ¿cómo olvidar las cocinas Poblanas engalanadas por mosaicos de talavera, que dibujan patrones exquisitos como marco perfecto para los chiles en nogada? ¿cómo borrar de la memoria el olor a leña, a barro humedecido y una fiesta de esencias de hierbas, frutas y caldos Queretanos? Pues justo así ¿cómo pensar en Morelos sin ese perfumado olor a guayaba, a cecina, a flores mil, al *tlecuil* con la tortilla inflada, a tamales nejos o de bagre con nopales, a frijoles con arroz, aromatizados por una buena rama de epazote? Evocaciones que remiten a la fiesta de sabores de las comunidades que honran su pasado y miran con esperanza a un futuro con memoria, para no perder su esencia, para no olvidar y para agradecer lo que la tierra madre, cada vez con más desafíos ante el uso irracional de la misma, aún brinda a sus pobladores.

Entrañables momentos inician al compartir en el SOPA 23 las delicias de la Cocina Tradicional Iberoamericana. Y como colofón de esta introducción, no sobra mencionar que estas palabras han sido inspiradas por el encuentro de la familia, de los hermanos “soperos”, que han aceptado la invitación a esta celebración de sabores y, sobre todo, a rendir un homenaje a la vida y al privilegio de coincidir en sus comunidades ¡Bienvenidos a Morelos y su fiesta del sabor!

Los tlahuicas en Morelos

Para iniciar con el recorrido por la tradición culinaria morelense, es importante comprender su origen desde los primeros grupos que poblaron la región. Como es ya ampliamente conocido, la cocina tradicional mexicana es una amalgama de culturas e ingredientes que, a lo largo del tiempo, se han ido sintetizando para caracterizar los platillos de cada región. Desde sus orígenes prehispánicos hasta la inmensa variedad de influencias posteriores de las culturas española, latinoamericana, oriental, francesa, inglesa o alemana, entre muchas, la oferta gastronómica que se puede encontrar en Morelos es razón y producto de una realidad global que desafía a la tradición y, por esto, vale recordar el placer de degustar las variaciones de platillos regionales que son no sólo deliciosos, sino también la oportunidad de experimentar y vivir la aventura del sabor que bien vale la pena, y para el caso que nos ocupa, será la cocina Tlahuica en el Estado de Morelos el inicio de este viaje.

Al igual que en diversas culturas mesoamericanas, la base de los platillos tlahuicas han sido ingredientes tales como el maíz, el chile, la calabaza y el frijol, pero también aves y peces, tal como lo refieren códices, manuscritos y documentos realizados por los cronistas españoles, y como ejemplo, la referencia de la comida en La Historia verdadera de la Conquista de la Nueva España, donde el Bernal Díaz del Castillo narra en uno de sus escritos, la forma en que eran recibidos él y sus compatriotas diciendo: "...y allí trajeron indias para que hiciesen pan de su maíz, y gallinas y fruta y pescado" (LEÓN-PORTILLA, 2018), como muestra de lo que la comida representaba para convidar a sus visitantes e igualmente enuncia, en este breve fragmento, diversos ingredientes y desde luego el imprescindible maíz.

De acuerdo con trabajos realizados por Michael Smith, los pueblos en Morelos se fundaron después de la caída de Xochicalco y antes de la conquista española, nombrando a este tiempo como "Posclásico", periodo en el que los historiadores ubican la fundación de Cuauhnáhuac o lo que ahora es la ciudad de Cuernavaca, urbe considerada entre las más importantes de México central y que sus habitantes -principalmente tlahuicas y xochimilcas- desempeñaron un papel relevante en las dinámicas históricas de toda esta región (SMITH, 2010).

Los pueblos tlahuicas se desarrollaron principalmente en tres Estados, Guerrero, Estado de México y Morelos, siendo éste último reconocido por su periodo de dominación y el náhuatl como vehículo de comunicación, prevaleciendo aún la lengua originaria en algunas regiones. Como parte de la cosmovisión de los pueblos tlauicas, sus costumbres y tradiciones se reflejan en las fiestas, en las ceremonias, en el trabajo colectivo y en el espacio del gobierno tradicional que ha caracterizado su identidad y orgullo (ÁLVAREZ, 2006).

Morelos cuenta con diversos micro climas que van desde el frío en las montañas de Zempoala, hasta ambientes de clima cálido como Mazatepec o Jojutla, condición que ha permitido el desarrollo de una biodiversidad que, históricamente y hasta el presente, es de gran atractivo para los diversos grupos humanos que han migrado a la región, aún desde tiempos antiguos y como ejemplo puntual, la llegada de Hernán Cortés a territorio Tlahuica, luego de la caída de Tenochtitlán, motivó el inicio del cultivo de plantas de caña que, debido a su alto valor en el mercado colonial, tomó gran relevancia para la economía de la región, dejando paulatinamente en segundo plano a cultivos y sistemas tradicionales de producción de los pueblos originarios, como en el caso de la chía y de la milpa (UMA, 2023).

Como sello y herencia de la cosmovisión tlahuica, desde tiempos ancestrales y hasta hoy en día, el valor del trabajo colectivo para el bien común, el amor a la tierra y la familia, han caracterizado la vía social de organización y sus formas de producción, fomentando que la base del desarrollo de las zonas rurales morelenses se encuentre en el campo, entorno donde se realizan cultivos de temporal tales como el maíz y frijol para autoconsumo, así como chile, calabaza o jitomate para uso propio o para su venta en el mercado local y en algunos casos el regional, al que asisten los pobladores para vender o intercambiar productos, en algunos casos a través del trueque (CEDIPIEM, 2015).

Los Tlahuicas como parte de los pueblos originarios, comparten vínculos ancestrales colectivos con la tierra y los recursos naturales de su entorno, que se manifiestan a través de los conocimientos heredados de un pasado prehispánico y colonial, el cual se complementa mediante el constante contacto con otras culturas, reconociendo a la naturaleza como la proveedora de alimentos, por eso la respetan y mantienen una relación armónica (UAEM, 2010).

Considerando estudios arqueológicos realizados en Tehuacán, Puebla, se asevera que el maíz es originario de México y que su cultivo inició hace siete mil años, cuando la posibilidad de cultivo de dicha planta generó condiciones para que los grupos nómadas se volvieran sedentarios. De acuerdo con diversos estudios “hace aproximadamente 7.000 años que se domesticó el maíz a partir de la planta conocida como *teozintle* (*zea mays*)” (VARGAS, 2015:37). El denominado elote mesoamericano (la palabra “maíz” viene del caribe) era, y es hasta el presente, uno de los cultivos más consumido por las culturas prehispánicas y no sólo se utiliza para la elaboración de alimentos, sino también como parte importante de sus ceremonias religiosas (VARGAS, 2015).

Respecto a la producción del frijol, se han encontrado restos de esta planta que datan de los periodos Preclásico y Clásico en diferentes sitios arqueológicos, así como en pinturas murales prehispánicas incluyendo en Teotihuacan y en Zacuala; hallazgos confirman que el frijol era cultivado en Mesoamérica hace ya 9.000 años y que fue una de las principales especies que se integró a la dieta básica de las culturas indígenas. El nombre en náhuatl de esta planta y semilla es ayocote, aunque la fonética española la derivó en ayocote, mismo que en realidad es una especie del frijol (SECRETARÍA DE AGRICULTURA Y DESARROLLO RURAL, 2019).

El frijol y el maíz, combinado con el chile, son productos infaltables en la dieta de los mexicanos y son muestra de la cosmovisión alimentaria ancestral que, hasta el día de hoy, deleita los paladares más exigentes. Entre los platillos de origen prehispánico, de manera general, se pueden considerar a las tortillas de maíz, el atole, los tamales, las diversas salsas, el consumo del guajolote, de insectos y de productos lacustres. El consumo de agua natural era la práctica común y en ocasiones se le agregaban chía; diferentes bebidas a base de cacao y el reconocido pulque, entre otras bebidas fermentadas (VARGAS, 2015) y de los alimentos originarios o domesticados en México se encuentra productos como maíz, calabaza, chile, frijol, jitomate, tomate, ayocótl, chía, camote, cacao, aguacate, papaya, ciruela amarilla, guanábana, guayaba, jícama, mamey, zapote, piña, pitahaya, tuna, innumerables tipos de quelites, flores como el zompantele y la flor de calabaza; gran variedad de hongos; saborizantes como el achiote, epazote, vainilla y pimienta gorda (VARGAS, 2015:39-43).

Como es posible imaginar, hoy en día no sería prudente plantear un purismo en orígenes y recetas de los diversos platillos tradicionales tlahuicas, pero si se pueden identificar en sus ingredientes y formas de preparación, los usos y costumbres heredados que motivan los característicos sabores de la región y más que nunca, tratándose de un encuentro para hablar de la cocina tradicional, de la provocación se ha pasado a la acción, para identificar los platillos más emblemáticos de Morelos y sus alrededores.

El Estado de Morelos destaca en México por el cultivo principalmente de nopal, caña de azúcar, tomate rojo, aguacate y sorgo de grano, así como el primer lugar en exportación de nopal y segundo en higo Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural (2019). Adicionalmente, la producción arrocería ha sido un importante detonador de la economía campesina, así como en la configuración del territorio desde épocas muy tempranas (WARMAN, 1976).

Con una actividad turística preponderante en el Estado y su cercanía a una de las urbes más pobladas del mundo como lo es la Ciudad de México, la cocina típica de Morelos es una de las razones y principal atractivo de quienes buscan una oferta gastronómica variada y de calidad, además de un entorno histórico y de naturaleza que completa la experiencia de quienes lo eligen como un destino.

Si se pregunta a los morelenses de diversas regiones, seguramente mencionarán platillos típicos como los hongos con cazahuate, la salsa de jumiles o escamoles con tortillas azules, los frijoles ayocotes con bolitas de masa, el conejo en chileajo, la cecina con crema y queso fresco, el espinazo de cerdo con chiles amartajados, que representan una delicia digna de probar. También se deben considerar antojitos tales como quesadillas rellenas de diversos ingredientes como huitlacoche (hongo del maíz también conocido como cuitlacoche, güitlacoche, huiclacoche, quitlacoche), tinga de pollo, chicharrón en salsa o rajas con queso o unos sabrosos pambazos rellenos de chorizo con papa o el mole verde de pepita, el mole estilo Tlayacapan o el mole al estilo Morelos, al igual que las huilotas en escabeche y los tamales de bagre, todos ellos de gran deleite para los habitantes y visitantes.

Desde luego no se pueden dejar de mencionar las bebidas tradicionales espirituosas o sin alcohol tales como el aguardiente de Zacualpan, el pulque de Huitzilac, los toritos, el tepache, el mezcal de Palpan y el rompopo de Tehuixtla, y para refrescarse el agua de betabel o “lágrimas de la Virgen” (bebida típica de cuaresma), el agua de cacao, el agua de cebada o la de mezquite, el balché, el achocote y el uvate y, como no debe faltar el postre, además de una gama de dulces pasteles, empanadas con ingredientes de la región, se incluyen los tlatoquiles, dulce de platano manzano cocido con agua y piloncillo.

Como es posible imaginar, la variedad es grande, así que, para objeto de este escrito, luego de un acalorado debate, se comparte una selección de aquellos platillos más representativos y que están ¡para chuparse los dedos!

Arroz de Morelos: Aunque el arroz es un platillo que se puede encontrar en todo México y sus preparaciones son muy variadas, el arroz de Morelos es identificado como uno de los mejores de México. Cuenta con denominación de origen, esto significa que la calidad de este producto es considerado *gourmet* por su siembra tipo artesanal, condiciones de la tierra y climatológicas del Estado, lo cual lo ha llevado a ganar premios nacionales e internacionales y, acompañado con un huevo estrellado, frijoles o una salsa recién hecha, satisface hasta los más exigentes.

Cecina de Yecapixtla: Es uno de las especialidades más populares que recibe parte de su nombre por ser originaria del pueblo de Yecapixtla. Esta carne curada con sal y secada al sol, rescata la técnica que antiguamente se usaba para conservar la carne y que aún se aplica en el presente, dándole un delicioso sabor que, combinado con unas tortillitas hechas a mano, crema, queso fresco, ensalada de nopales y una buena salsa preparada en molcajete, es una de las consentidas de la gastronomía regional.

Flores de Frijolillo/Colorín o Zompante/lor de Jamaica/fior de calabaza: Siendo Morelos un lugar donde abundan las flores, no podía faltar este espectacular cuarteto:

El frijolillo es una pequeña flor roja silvestre que se encuentra en el bosque en el mes de septiembre u octubre y es recolectada solamente por los niños y mujeres. Por su parte el árbol de colorín, pemuche, machete, pichoco o zompante, crece en un árbol de la familia de las leguminosas; la preparación de ambas flores es muy similar. Se revuelven con huevo, queso y un poquito de harina y se hacen tortitas para posteriormente agregarlas a salsa roja o verde. También se cocinan en frijoles negros o en tomate en mole verde o rojo.

La flor de calabaza que, como su nombre lo dice proviene de una de las curbitáceas más populares en la gastronomía de México y el mundo, es ampliamente conocida por su agradable sabor y es utilizada para el relleno de quesadillas, en salsas, sopas y caldos, de alta demanda por extraordinarias propiedades como un bajo aporte calórico y coadyuvante en problemas digestivos.

Y finalmente la flor de jamaica, que en realidad es una licencia mencionarla pues, aunque no es tlahuica, ha sido adoptada de África y Asia como acompañante de platillos mexicanos pues, además de ser muy refrescante, es rica en antioxidantes y evita la hipertensión y el colesterol alto lo que la vuelve cardio protector.

Frijoles Ayocotes con adobo: Los Ayocotes son un tipo de frijol de tamaño más grande que el común y de color morado, se puede preparar en diferentes platillos, ya sea como acompañamiento del mole o en Morelos suelen prepararse en adobo o con mole rojo y se acompañan de carne de cerdo, o incluso con manitas de cerdo.

Huauzontles: Este es uno de los súper-alimentos que México ha aportado al mundo, ya que contiene muchas propiedades benéficas para la salud como antioxidantes y vitaminas A, E y C, calcio, hierro y fósforo. En el México de Moctezuma era también considerado como un alimento principal, igual que el maíz, el frijol, el amaranto y la chía. En Morelos se prepara relleno de queso, capeado y bañados en un caldillo de jitomate.

Itacates de Tepoztlán: Los itacates son triángulos hechos con masa de maíz, manteca y queso, lo que les da un sabor muy característico. Se piden sencillamente con crema y queso por dentro o también pueden rellenarse de guisados, como papas con chorizo, pollo, cecina, entre otros y la infaltable salsa.

Pipián Verde: Es un tipo de mole verde hecho como base con pepitas de calabaza seca y tostada, molidas con hojas de aguacate, chile fresco, tomates, especias, ajo y cebolla. Su textura es tersa y su sabor es incomparable. Se puede comer con pollo o carne de cerdo, y es costumbre acompañarlo con un tamal de sal. Es un platillo típico en las fiestas patronales, día de muertos y eventos especiales, pero lo puedes disfrutar todo el año en los restaurantes de comida mexicana morelense.

Pozole Blanco: Este platillo es considerado un ícono de la gastronomía nacional porque se prepara en muchas regiones del país, pero en Morelos el caldo abase de maíz cacahuazintle y carne de cerdo o pollo se acompaña con aguacate, cebolla, orégano, chile piquín, limón y frecuentemente se complementa con tacos dorados.

Sopa de Hongos: La sopa de hongos es uno de los platillos típicos muy solicitado en Morelos, que se prepara con hongos de cazahuate que abundan en los bosques.

Tamales de Pescado: Este es otro claro ejemplo de los platillos heredados de la época prehispánica, ya que su preparación consiste en envolver una mojarra o bagre en una hoja de maíz (de ahí el nombre de tamalli que significa envuelto) aderezado con una salsa verde o roja. No lleva masa como los tamales tradicionales, sino que la envoltura ayuda a la cocción perfecta del pescado a fuego lento en un comal, dándole un sabor ahumado por la hoja del maíz tatemada. Es un clásico de la región sur del Estado, muy saludable y de sabor irresistible. Se puede encontrar sobre todo en Coatetelco, en el municipio de Miacatlán, Amacuzac, Yautepec y Temixco.

Tacos Acorazados: Es verdad que México es reconocido por el consumo de tacos en una gama inmensa de variedades, pero los acorazados se distinguen por ser una comida completa por sus porciones son enormes. El taco se sirve regularmente en doble tortilla hecha a mano con una cama de arroz rojo y un guisado encima, ya sea huevo duro, milanesa, chile relleno, tortita de papa, chicharrón en salsa verde o cualquier guisado. Se dice que su origen está en Cuautla y de ahí llegó a Cuernavaca. Una versión cuenta que fueron inventados en tiempos de la Revolución y que su nombre proviene de los barcos acorazados que se utilizan en las Guerras. La verdad es que, independientemente de su origen, en Morelos se ha vuelto toda una especialidad.

Tacos de Chapulines, jumiles, escamoles y gusanos de encino: La cocina ento es una rama de la gastronomía y se define como la forma creativa de preparar platos empleando como ingrediente principal una o más especies de insectos, arácnidos o miriápodos y, en esta corriente, las especialidades morelenses se distinguen para empezar por sus chapulines, platillo para los intrépidos que gustan de sabores exóticos. Aunque a algunas personas les puede parecer inconcebible comer insectos, en la comida prehispánica era una práctica común. Como una de las razones para animarse a probarlos, es importante saber que los chapulines son una buena fuente de proteínas y, sazonados con chile, limón, sal, se pueden disfrutar acompañados con una tortilla hecha a mano y una buena salsa de guacamole.

Entre otras especialidades que se consumen en el Estado, los jumiles gozan de buena popularidad. Sus adeptos aseguran que le dan un sabor agradable a la salsa o en guisado. Se muelen en la salsa en pollo o cerdo verde. Se consumen de octubre a noviembre; otra alternativa son los gusanos de encino se encuentran en árboles secos, viven dentro de los troncos, se colectan y se comen asados. Son ricos en tacos o como botana. Se encuentran en cualquier temporada; y finalmente, los escamoles (del náhuatl *azcatl*, hormiga, y *molli*, guiso) que son larvas de la hormiga *güijera* *Liometopum apiculatum*, muy apreciadas en México desde tiempos prehispánicos, cuando en temporada formaban parte de la alimentación cotidiana de los habitantes de Mesoamérica.

Tlacoyos: Este es otro de los favoritos de la gastronomía de Morelos, los tlacoyos, en varios municipios de Morelos se rellenan de haba, frijol chino, frijol negro, requesón o chales, que es el asiento del chicharrón, acompañados de su salsa y queso, la tradición en Morelos es que se cocinan en comal de barro (*Tlecuil*) con cal en lugar de grasa.

Y para cerrar con dulces sabores... Nieves principalmente en el Pueblo Mágico de Tepoztlán, toda una tradición de la Gastronomía de Morelos; el Chorreado, bebida hecha a base de chocolate y el Tecui, bebida preparada a base de frutas.

conclusiones

La cocina tradicional mexicana y de forma particular la tlahuica, es testimonio de la cultura histórica del país, que se manifiesta a través de su enorme variedad de sabores, colores, texturas e ingredientes que forman parte no sólo de un patrimonio de la humanidad, sino también representa la vida diaria de los mexicanos, por eso ha sido enriquecida por las aportaciones de generación en generación y por las diferentes regiones del país.

En 2006, la Convención del Patrimonio Cultural Inmaterial consideró como patrimonio vivo: tradiciones, rituales, festividades y costumbres ancestrales que animan y dinamizan la vida de comunidades y pueblos (UNESCO, 2010) y, sin duda, la cocina tradicional destaca como un elemento identitario que conforma el imaginario de los pueblos en cada ritual, evento festivo y hasta en la conformación de la vida colectiva y familiar en general.

El reconocimiento de la UNESCO a la cocina tradicional mexicana como patrimonio de la humanidad se otorgó por los siguientes elementos:

...es un modelo cultural completo que comprende actividades agrarias, prácticas rituales, conocimientos antiguos, técnicas culinarias, costumbres y modos de comportamiento comunitarios ancestrales. Esto ha llegado a ser posible gracias a la participación de la colectividad en toda la cadena alimentaria tradicional: desde la siembra y recolección de las cosechas hasta la preparación culinaria y la degustación de los manjares [...].

El arte culinario mexicano es muy elaborado y está cargado de símbolos [...]. Se pueden encontrar agrupaciones de cocineras y de otras personas practicantes de las tradiciones culinarias [...]. Sus conocimientos y técnicas son una expresión de la identidad comunitaria y permiten fortalecer los vínculos sociales y consolidar el sentimiento de identidad en el ámbito nacional, regional y local (UNESCO, 2010).

Así, la responsabilidad de proteger la sabiduría adquirida a través de las expresiones culturales, como la cocina tradicional, conduce a la consciencia de los pueblos, a la salvaguarda de los entornos productores de insumos, a las manos que trabajan para mantener viva la salud, la tradición y la vida.

La cocina tradicional no es un tema menor, es un tema que conduce a la consciencia de las prácticas sustentables, a la defensa de la identidad, al establecimiento de vínculos fraternales que refuercen una cultura de paz y a la enorme necesidad de proteger a la tierra, para pedir y bendecir los frutos que ofrenda la Pachamama con el agradecimiento por las cosechas y el buen tiempo, por los animales y la abundancia del suelo. Para salvaguardar la cocina es necesario proteger también los sistemas agroecológicos. La responsabilidad es de todos los sectores involucrados, dependencias federales, estatales y municipales, sociedad civil y las comunidades.--

referencias bibliográficas

ÁLVAREZ FABELA, R. L. (2006).

Tlahuicas. Pueblos indígenas del México contemporáneo. Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas / Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, Ciudad de México.

CEDIPIEM (Consejo Estatal para el Desarrollo Integral de los Pueblos Indígenas del Estado de México). (2005). *Pueblos indígenas*.

<https://goo.gl/3vx86h> [consultado: junio de 2017].

LEÓN PORTILLA, M. (2018).

Título original: *Historia verdadera de la conquista de la Nueva España* Bernal Díaz del Castillo, 1632 (título original). Edición, introducción y notas: Miguel León-Portilla. Editor digital: Himali.

https://historiadeamerica.dea.files.wordpress.com/2019/08/diaz-del-castillo_historia-verdadera.pdf

Conversión a pdf: FS, 2018 UNESCO (2010). *La cocina tradicional mexicana: Una cultura comunitaria, ancestral y viva y el paradigma de Michoacán*.

<https://ich.unesco.org/es/RL/la-cocina-tradicional-mexicana-una-cultura-comunitaria-ancestral-y-viva-y-el-paradigma-de-michoacan-00400>

UNAM (2018).

Bernal Díaz del Castillo.

Historia verdadera de la Conquista de la Nueva España. 2 v. Cuarta edición conforme a la de 1944. Instituto de Investigaciones Históricas-UNAM.

https://historicas.unam.mx/publicaciones/publicadigital/libros/lecturas/T1/LHMT1_021.pdf

SECRETARÍA DE AGRICULTURA Y DESARROLLO RURAL. (2019).

Maíz y frijol, la base de los mexicanos.

<https://www.gob.mx/agricultura/articulos/maiz-y-frijol-la-base-de-los-mexicanos>.

SMITH, M. (2010).

La época posclásica en Morelos: surgimiento de los tlahuicas y xochimilcas. *La Arqueología en Morelos*. Ed. UAEM, Sandra López Varela.

UAEM, 2010.

La arqueología en Morelos: Dinámicas sociales sobre las construcciones de la cultura material, Historia de Morelos: Tierra, gente, tiempos del Sur, tomo 2. Poder Ejecutivo del Estado de Morelos/Universidad Autónoma del Estado de Morelos/Ayuntamiento de Cuernavaca/Cuernavaca.

UMA. (2023).

Retos de la Agricultura en Morelos, en Universidad del Medio Ambiente, 202.

<https://umamexico.com/retos-de-la-agricultura-en-morelos/>

VARGAS, L. A. (2002).

La alimentación de los criollos y mestizos en el México colonial, en D. Alarcón Segovia y H. Bourgues Rodríguez (Comps.), *La alimentación de los mexicanos*. El Colegio Nacional, Ciudad de México.

WARMAN, A. (1976).

Y venimos a contradecir: los campesinos de Morelos y el estado nacional. Ed. Centro de Investigaciones Superiores del INAH.



LAUNDERGROUND COLECTIVA

LA DES COMM UNAL

REVISTA IBEROAMERICANA DE PATRIMONIO Y COMUNIDAD



MUCHAS GRACIAS POR TU LECTURA. TE ESPERAMOS EN EL PRÓXIMO NÚMERO

MONOGRÁFIC DOCE/AÑO11/DIC2025
ACTAS SOPA23 XI CONGRESO INTERNACIONAL DE SOCIALIZACION DEL PATRIMONIO EN EL MEDIO RURAL
Cuernavaca Tepoztlán Tlayacapan
ESTADO DE MORELOS MÉXICO

