



Universidad Autónoma del Estado de México  
UEAMéx



FACULTAD DE  
TURISMO Y  
GASTRONOMÍA

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO

Facultad de Turismo y Gastronomía  
Centro de Investigación y Estudios Turísticos

“PUESTA EN VALOR DE LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL DE VALLE DE BRAVO”

## TRABAJO TERMINAL DE GRADO

Que para obtener el grado de  
MAESTRA EN GESTIÓN DE LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL MEXICANA

**PRESENTA**

L.G. LIBIS DELFINA ORTEGA BUSTAMANTE

**DIRIGIDA POR**

Director: Dr. Ricardo Hernández López  
Co-Director: Dr. Héctor Javier Favila Cisneros  
Co-Director: Mtra. Celia Guzmán Hernández

Toluca, Estado de México. Septiembre 2023.



## RESUMEN

El presente documento muestra los elementos que constituyen la puesta en valor de una gastronomía y describe los aportes y saberes culinarios como parte de la identidad y recurso patrimonial de la cocina tradicional de Valle de Bravo. Se aborda desde la perspectiva de la puesta en valor, es decir, se muestra de forma especificada las fases que constituyen el proceso de la puesta en valor.

La fase uno del proceso de la puesta en valor denominada el **fomento gastronómico**, abarca desde el modelo teórico de intervención, en el que se muestra la conceptualización de la gastronomía tradicional y la puesta en valor, la metodología utilizada para la investigación, así como los instrumentos utilizados para la investigación de campo. Y finalmente, las fases del proceso de la puesta en valor.

Posteriormente se da paso a la segunda fase, **el manejo gastronómico**. Se inicia con el apartado de los resultados, en el cual se recopila una conceptualización de Valle de Bravo describiendo su localización, características, historia y antecedentes prehispánicos y coloniales, y una breve diacrónica de los sucesos más relevantes a lo largo de la historia del municipio, hasta permitirnos visibilizar un primer acercamiento al turismo en Valle de Bravo.

Una vez comprendida la concientización y conceptualización de la puesta en valor, en la cual se realiza una clasificación y constitución de los elementos culinarios para su recuperación e interpretación categorizados en entradas y sopas, platos fuertes, salsas, bebidas y postres.

Consecutivamente, y como resultado de la fase tres la **vinculación con la comunidad**, por medio de la cual se realizó una recuperación de la gastronomía para resaltar su originalidad y se establecieron las medidas de difusión para fomentar su perdurabilidad a través de talleres de cocina vallesana con la comunidad estudiantil del Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo.

Y en la fase cuatro **visualización y construcción de vínculos**, se realizó una divulgación y transferencia de la información documentada por medio de la creación de un recetario, así como el desarrollo de un evento temático de “cocina Vallesana”

Y finalmente, se realiza una discusión y conclusión de los alcances obtenidos, respecto a las metas y objetivos planteados.





## ÍNDICE

|   |           |
|---|-----------|
| <b>1. INTRODUCCIÓN .....</b>  | <b>10</b> |
| 1.1 Problema Identificado.....  | 11        |
| 1.2 Pregunta de Investigación.....  | 13        |
| 1.3 Objetivo General.....   | 14        |
| 1.3.1 Objetivos Específicos.....  | 14        |
| 1.4 Justificación.....  | 14        |
| <b>2. MODELO TEÓRICO DE INTERVENCIÓN.....</b>   | <b>15</b> |
| 2.1 Conceptualización de la Puesta en Valor.....  | 22        |
| <b>3. METODOLOGÍA.....</b>  | <b>26</b> |
| <b>3.1 Proceso para la puesta en valor.....</b>   | <b>27</b> |
| 3.1.1 Fase uno: Fomento gastronómico.....   | 28        |
| 3.1.2 Fase dos: Manejo gastronómico.....  | 29        |
| 3.1.3 Fase tres: Vinculación con la comunidad.....  | 29        |
| 3.1.4 Fase cuatro: Visualización y construcción de vínculos.....  | 29        |
| <b>4. RESULTADOS: PUESTA EN VALOR DE LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL<br/>DE VALLE DE BRAVO.....</b>              | <b>30</b> |
| <b>4.1 Fomento gastronómico: Valle de Bravo, pueblo mágico.....</b>   | <b>30</b> |
| 4.1.1 Localización.....   | 30        |
| 4.1.2 Historia de Valle de Bravo.....   | 31        |
| 4.1.3 Un acercamiento al turismo de Valle de Bravo.....   | 34        |
| 4.1.4 Un acercamiento a la gastronomía de Valle de Bravo.....   | 36        |
| <b>4.2 Manejo gastronómico: elementos gastronómicos e influencias<br/>culinarias de Valle de Bravo.....</b> | <b>41</b> |
| 4.2.1 Memoria Gastronómica.....   | 41        |
| 4.2.1.1 Espacios Gastronómicos.....   | 42        |
| 4.2.1.2 Principales festividades vinculadas a la gastronomía.....   | 48        |
| 4.2.1.3 Establecimientos turísticos.....  | 59        |
| 4.2.2 Platillos Representativos.....  | 63        |
| 4.2.2.1 Entradas y Sopas.....   | 65        |





|   |            |
|---|------------|
| 4.2.2.2 Platos Fuertes.....   | 79         |
| 4.2.2.3 Salsas.....   | 110        |
| 4.2.2.4 Postres.....  | 114        |
| 4.2.2.5 Bebidas.....  | 120        |
| <b>4.3 Vinculación con la comunidad.....</b>  | <b>128</b> |
| 4.3.1 Proceso de concientización y sensibilización.....                                       | 128        |
| 4.3.2 Recolección de la información.....  | 130        |
| 4.3.3 Selección de recetas y elaboración de platillos.....                                    | 132        |
| 4.3.3.1 Catálogo visual del Taller de elaboración de platillos de la<br>Cocina Vallesana..... | 132        |
| <b>4.4 Visualización y construcción de vínculos: evento temático</b>                          |            |
| <b>“Cocina Vallesana” .....</b>   | <b>155</b> |
| 4.4.1 Organización y logística.....   | 155        |
| 4.4.2 Lugar.....  | 157        |
| 4.4.3 Mobiliario y equipo de trabajo.....   | 157        |
| 4.4.4 Invitaciones.....   | 158        |
| 4.4.5 Montaje de mesa, decoración y ambientación.....   | 159        |
| 4.4.6 Menú.....   | 175        |
| 4.4.7 Estandarización de recetas del menú para el evento temático<br>de Cocina Vallesana..... | 165        |
| 4.4.8 Desarrollo del Evento Temático de “Cocina Vallesana”.....                               | 178        |
| 4.4.9 Catálogo Visual del evento temático de Cocina Vallesana.....                            | 183        |
| <b>5. DISCUSIÓN.....</b>  | <b>210</b> |
| <b>6. CONCLUSIONES.....</b>   | <b>213</b> |
| <b>7. REFERENCIAS CONSULTADAS.....</b>  | <b>216</b> |
| <b>8. ANEXOS.....</b>   | <b>219</b> |
| 8.1 Instrumentos para la recopilación de la información .....                                 | 219        |





## ÍNDICE DE FIGURAS

|   |     |
|---|-----|
| Figura 1: Pláticas de cocina vallesana cuarto semestre.....                 | 129 |
| Figura 2: Pláticas de cocina vallesana octavo semestre.....                 | 129 |
| Figura 3: Recopilación de información de cuarto semestre.....               | 131 |
| Figura 4: Recopilación de información a estudiantes de primer semestre..... | 131 |
| Figura 5: Preparación de mole.....  | 133 |
| Figura 6: Taller de cocina Vallesana.....                                   | 133 |
| Figura 7: Quesadillas.....  | 134 |
| Figura 8: Quesadillas de flor de calabaza.....                              | 134 |
| Figura 9: Quesadilla de huitlacoche.....                                    | 135 |
| Figura 10: Estudiantes elaborando mole rojo.....                            | 135 |
| Figura 11: Molienda de semillas.....  | 136 |
| Figura 12: Limpiando ingredientes.....                                      | 136 |
| Figura 13: Estudiantes cocinando.....                                       | 137 |
| Figura 14: Licores.....   | 137 |
| Figura 15: Flores.....  | 138 |
| Figura 16: Cocinando Pipián.....  | 138 |
| Figura 17: Tatemando.....   | 139 |
| Figura 18: Tacos.....   | 139 |
| Figura 19: Penca rellena.....   | 140 |
| Figura 20: Carnitas.....  | 140 |
| Figura 21: Conejo.....  | 141 |
| Figura 22: Quesadillas.....   | 141 |
| Figura 23: Ceviche.....   | 142 |
| Figura 24: Ceviche rojo.....  | 142 |
| Figura 25: Migas con huevo.....   | 143 |
| Figura 26: Carne de puerco.....   | 143 |
| Figura 27: Trucha a la plancha.....   | 144 |
| Figura 28: Enchiladas.....  | 144 |
| Figura 29: Pulque.....  | 145 |
| Figura 30: Tamales.....   | 145 |
| Figura 31: Pozole.....  | 146 |





|   |     |
|---|-----|
| Figura 32: Cecina vallesana.....                | 146 |
| Figura 33: Humildes.....                        | 147 |
| Figura 34: Atole.....                           | 147 |
| Figura 35: Carne apache.....                    | 148 |
| Figura 36: Mole rojo.....                       | 148 |
| Figura 37: Chile relleno.....                   | 149 |
| Figura 38: Pambazo vallesano.....               | 149 |
| Figura 39: Tortitas.....                        | 150 |
| Figura 40: Mole verde.....                      | 150 |
| Figura 41: Alcachofa.....                       | 151 |
| Figura 42: Pipián.....                          | 151 |
| Figura 43: Trucha empapelada.....               | 152 |
| Figura 44: Tamal nejo.....                      | 152 |
| Figura 45: Esquites.....                        | 153 |
| Figura 46: Campechanas.....                     | 153 |
| Figura 47: Capultamal.....                      | 154 |
| Figura 48: Degustación de comida vallesana..... | 154 |
| Figura 49: Presentación de platillos.....       | 155 |
| Figura 50: Montaje de mobiliario.....           | 157 |
| Figura 51: Invitación.....                      | 158 |
| Figura 52: Montaje de mesa.....                 | 159 |
| Figura 53: Farolitos blancos.....               | 160 |
| Figura 54: Farolito de colores.....             | 160 |
| Figura 55: Bailable Mazahua.....                | 161 |
| Figura 56: Mariachi.....                        | 161 |
| Figura 57: Globo de cantoya.....                | 162 |
| Figura 58: Menú evento.....                     | 163 |
| Figura 59: Puestos evento cocina vallesana..... | 164 |
| Figura 60: Puestos de esquites.....             | 164 |
| Figura 61: Club Hikuri.....                     | 183 |
| Figura 62: Bailable mazahua.....                | 183 |
| Figura 63: Mariposa monarca.....                | 184 |
| Figura 64: Jardín iluminado.....                | 184 |
| Figura 65: Montaje de puestos.....              | 185 |





|  |     |
|--|-----|
| Figura 66: Estudiantes.....                | 185 |
| Figura 67: Menú.....                       | 186 |
| Figura 68: Mariposa.....                   | 186 |
| Figura 69: Comensales.....                 | 187 |
| Figura 70: Veladora.....                   | 187 |
| Figura 71: Invitados.....                  | 188 |
| Figura 72: Luces.....                      | 188 |
| Figura 73: Celina.....                     | 189 |
| Figura 74: Ángel.....                      | 189 |
| Figura 75: Elotes.....                     | 190 |
| Figura 76: Postre.....                     | 190 |
| Figura 77: Mixiote.....                    | 191 |
| Figura 78: Esquites.....                   | 191 |
| Figura 79: Puesto.....                     | 192 |
| Figura 80: Pambazo.....                    | 192 |
| Figura 81: Alcachofa.....                  | 193 |
| Figura 82: Taco.....                       | 193 |
| Figura 83: Panna cotta.....                | 194 |
| Figura 84: Tiradito.....                   | 194 |
| Figura 85: Tamal.....                      | 195 |
| Figura 86: Pozole.....                     | 195 |
| Figura 87: Carne apache.....               | 196 |
| Figura 88: Sopa de milpa.....              | 196 |
| Figura 89: Requesón.....                   | 197 |
| Figura 90: Rafael.....                     | 197 |
| Figura 91: Dulzura vallesana.....          | 198 |
| Figura 92: Hongos.....                     | 198 |
| Figura 93: Sirviendo.....                  | 199 |
| Figura 94: Emplatando.....                 | 199 |
| Figura 95: Barra.....                      | 200 |
| Figura 96: Sirviendo bebidas.....          | 200 |
| Figura 97: Preparación de montejillo.....  | 201 |
| Figura 98: Sirviendo Navidad candente..... | 201 |
| Figura 99: Aura-ácida.....                 | 202 |





|   |     |
|---|-----|
| Figura 100: Laguna verde.....                               | 202 |
| Figura 101: Navidad candente.....                           | 203 |
| Figura 102: Jarrito.....                                    | 203 |
| Figura 103: Yoselin.....                                    | 204 |
| Figura 104: Antonio y Lizbeth.....                          | 204 |
| Figura 105: Armando y Yaneli.....                           | 205 |
| Figura 106: Staff.....                                      | 205 |
| Figura 107: Daniel, Guadalupe, Renata y Marco.....          | 206 |
| Figura 108: Chef y estudiantes.....                         | 206 |
| Figura 109: Estudiantes de barra.....                       | 207 |
| Figura 110: Arco.....                                       | 207 |
| Figura 111: Chef Libis.....                                 | 208 |
| Figura 112: Estudiantes en fotografía de grupo.....         | 208 |
| Figura 113: Final del evento.....                           | 209 |
| Figura 114: Anfitriones del evento de cocina vallesana..... | 209 |





## 1. INTRODUCCIÓN

---

La gastronomía tradicional ha tomado una relevancia importante en la actualidad, se analiza más allá de cubrir una necesidad y se estudia la forma de alimentación como un hecho cultural en el cual la sociedad retorna a los orígenes para preservar estos signos distintivos que generan una identidad.

El hombre comienza a crear su imagen culinaria desde que se vuelve sedentario, pues utiliza los ingredientes o materia prima a su alcance que, en conjunto con la cultura ya desarrollada, van generando la gastronomía característica de su lugar (Medina, Alcazar., & Santiago., 2018). Sin embargo, así como se crea y se cimenta una cultura en torno a la forma de alimentación, existen elementos adversos a este desarrollo que, con el paso del tiempo, van frenando e incluso olvidando esta identidad culinaria. Esto debido a factores ambientales, escasez de alimentos, cambios en la forma de alimentación e imprescindiblemente la internacionalización gastronómica; el adaptar nuevas técnicas, ingredientes, tendencias culinarias, productos y culturas extranjeras, desplazando los productos y técnicas locales o nacionales hasta un punto en el que se vuelven desconocidas para su misma sociedad.

Para contrarrestar esta pérdida de identidad consecuencia de estos elementos adversos, ha surgido el término de la puesta en valor de la gastronomía, entendida como un proceso de revalorización, en la medida que existe en la sociedad un previo reconocimiento de platillos, ingredientes y saberes culinarios, frutos de procesos de identidad que exigen la conservación de estos elementos, con lo cual la cocina tradicional de las comunidades adquiere otra importancia en este mundo globalizado.

En México existen lugares que por sus características presentan una oportunidad gastronómica oculta que es necesario visibilizar o poner en valor para su reconocimiento y conservación. Dicha riqueza no es aprovechada para motivar un flujo turístico, para generar identidad y ofertar destinos gastronómicos. Hay lugares que son reconocidos por su comida y motivan a este desplazamiento, por ejemplo, el caso de Puebla, que es uno de los destinos turísticos visitados por su gran oferta culinaria, con recetas distintivas, ligadas al territorio, pero también existen comunidades cuya riqueza gastronómica aún no ha sido documentada e integrada y por tanto no se ha puesto en valor, como es el caso de Valle de Bravo.





Valle de Bravo se localiza al poniente del Estado de México, a una distancia aproximada de 130 km de la Ciudad de México y a 75 km de la ciudad de Toluca. De acuerdo con la Secretaría de Turismo, sus límites municipales son: 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 Oztoloapan.

En la actualidad el tema gastronómico de Valle de Bravo, enfatizando el tema de lo tradicional, se restringe a una cocina casera, un consumo limitado a sus propios hogares. Son las personas originarias del municipio y sus alrededores quienes conocen sus costumbres, los mejores métodos de recolección y las épocas apropiadas en que pueden ser cosechados los ingredientes y la obtención de sus proteínas, que en conjunto conforman los saberes de su comunidad. Estas personas resguardan ese saber y son quienes conocen los procesos de elaboración y las técnicas de cocción, las recetas tradicionales y los momentos específicos en que deben ser elaboradas, pero este conocimiento se emplea de manera particular en las casas y las familias. A esta memoria culinaria se suman las cocineras y cocineros tradicionales, quienes son las personas que rebasan el ámbito familiar y conservan la cosmovisión de la comunidad o de las comunidades, así entre las amas de casa y las cocineras y cocineros tradicionales se conjunta un saber con particularidades únicas y características de cada uno de los municipios que influencia esta gastronomía.

No obstante, dicha riqueza de saberes y cosmovisiones no ha sido identificada y valorada y en consecuencia este conocimiento no ha sido documentado ni difundido, de ahí que a partir de la escritura, interpretación y divulgación para una revalorización a nivel local y del turismo se pone en valor la gastronomía tradicional de Valle de Bravo.

## 1.1 Problema Identificado

Valle de Bravo se incorporó al programa de Pueblos Mágicos en el año 2005 (SECTUR, 2019), posee una riqueza natural que le ha provisto de una gran vocación turística y lo ha posicionado como un destino turístico distintivo.

El turismo aparece con la construcción de la presa. El desarrollo se inicia con la intensa construcción de viviendas residenciales, continúa con los desarrollos inmobiliarios, surge la afluen-





cia de visitantes, se construyen hoteles y se habilitan casas de huéspedes. Esto genera una expansión de actividades empresariales y de servicios, vinculados también a esta actividad (hoteles, restaurantes, bares y establecimientos de diversión).

En consecuencia, se genera un crecimiento urbano importante causado por el incremento del tráfico vehicular; abandono de actividades tradicionales por actividades comerciales, y formación de asentamientos irregulares por efecto de polo de crecimiento turístico. Su incremento poblacional es el resultado de la migración y asentamiento de nuevos pobladores, según el INEGI (2020) la población de Valle de Bravo es de 61590 personas. Y además de este incremento poblacional, se ha transformado el paisaje natural, existe mucha pérdida de áreas verdes, y ha cambiado el uso de suelo, pasando de áreas verdes a grandes extensiones privatizadas (cercadas), conjuntamente la ampliación de la frontera agrícola y a procesos de urbanización del campo.

De acuerdo con Vargas-Castro & Mochi-Alemán (2008) el municipio de Valle de Bravo cuenta con una serie de elementos que lo posicionan como uno de los principales destinos turísticos del Estado de México, lo cual genera una actividad económica importante con predominio en el sector terciario, fundamentalmente en el que se relaciona con el comercio y la prestación de servicios al turismo.

No obstante, se destaca una confrontación social que prevalece como resultado del proceso de asentamiento de nuevos pobladores, que paulatinamente han desplazado a los habitantes locales en el ámbito social y económico, dando como resultado una contraposición de las iniciativas locales en torno al aprovechamiento y protección del territorio y sus recursos naturales, lo cual impide la conformación de proyectos comunes que aglutinen el potencial y capacidades manifiestas de los actores locales. Al respecto, mencionan Vargas & Mochi-Alemán que:

Es importante considerar que en este municipio se observa en algunos sectores de la población costumbres y estándares de vida de carácter internacional, derivados de la presencia de quienes, aunque radican de manera definitiva en la Ciudad de México, o en alguna otra gran ciudad del país, poseen alguna casa de fin de semana en Valle de Bravo. Al respecto, cabe señalar que, aunque los productos y servicios que se generan en el municipio están orientados hacia el mercado interno más que al internacional





(sólo el 0.8% de turismo que visita el municipio proviene de otros países), deben cumplir con la calidad de los establecimientos que se ubican en el Distrito Federal, y aun en el extranjero, pues quienes lo consumen o tienen acceso a tales bienes, tienen esas preferencias y estándares (Vargas-Castro & Mochi-Alemán, 2008).

De aquí que, en consecuencia, se observa un municipio que atiende las necesidades de los consumidores nacionales e internacionales en materia de servicios y productos, con una demanda en la que productores y proveedores locales se han adaptado a las condiciones necesarias para afrontarlas, pero que dejan fuera a la población local para su consumo, lo cual indica que no se encuentran objetivos y proyectos comunes entre ambos actores sociales.

Para el sector gastronómico y bajo un contexto turístico, se identifica una influencia bilateral entre platillos de la cocina internacional y especialidades típicas de la gastronomía mexicana. En el ámbito local se hace referencia a una cocina típica de Valle de Bravo con la utilización de ingredientes y técnicas propios y de los municipios colindantes, pero sin profundizar cómo y en qué consisten estas influencias.

El problema principal para Valle de Bravo, sumado a los puntos ya analizados, es que no se ha puesto en valor su gastronomía tradicional, es decir, no se tiene identificada una gastronomía tradicional de la región, y por lo tanto no existe una necesidad de protegerla y recuperarla y al no tener elementos identificados para su recuperación. Lo que trae como consecuencia que no sea posible interpretar, ni difundir, para poner en valor.

## 1.2 Pregunta de Investigación

Al respecto, el problema estudiado para la población que habita en Valle de Bravo y el sector turístico radica en el desconocimiento de su alimentación como cultura. A pesar de la riqueza con la que se cuenta no hay registros escritos ni documentos que permitan visibilizar una memoria gastronómica, ni ingredientes endémicos o platillos representativos; lo cual significa que su gastronomía si bien está desarrollada, no así puesta en valor; es decir, existe una cocina tradicional en Valle de Bravo, sin embargo, su reconocimiento se encuentra únicamente a nivel local.





Lo cual lleva a plantear las siguientes preguntas de investigación:

1. *¿Cuáles son los elementos que constituyen la puesta en valor de una gastronomía?*
2. *¿Cuáles son los aportes y saberes culinarios que forman la identidad y recurso patrimonial para la gastronomía tradicional de Valle de Bravo?*

### 1.3 Objetivo General

Definir los elementos que constituyen la puesta en valor de una gastronomía y describir los aportes y saberes culinarios como parte de la identidad y recurso patrimonial de la cocina tradicional de Valle de Bravo.

#### 1.3.1 Objetivos Específicos

1. Analizar la situación actual de la gastronomía y el turismo de Valle de Bravo para precisar la conceptualización del patrimonio gastronómico y sus elementos de valorización.
2. Recuperar e interpretar los aportes y saberes culinarios de Valle de Bravo.
3. Definir los elementos de la puesta en valor de la gastronomía tradicional de Valle de Bravo.

### 1.4 Justificación

El desarrollo de esta investigación se centra, por tanto, en este reconocimiento y valorización del patrimonio gastronómico tradicional de Valle de Bravo. Se considera primordial que los habitantes conozcan los ingredientes endémicos, recetas típicas y cosmovisiones de los cocineros tradicionales y que, al mismo tiempo, permitan a los visitantes reconocer y disfrutar estos saberes y sabores. Teniendo en cuenta que no solo es un servicio ofertado para satisfacer la necesidad del sector turístico, sino que forman parte de la cultura como eje central para crear la identidad culinaria de Valle de Bravo y de la puesta en valor de su gastronomía tradicional.





Y de acuerdo con los elementos que constituyen de forma general una puesta en valor son la identificación, protección, recuperación, interpretación y difusión, el propósito logrado con la intervención de este proyecto fue la constitución de un relato escrito de la tradición oral que promueve y difunde los elementos de identidad y recurso patrimonial como estrategia para la puesta en valor de la gastronomía tradicional de Valle de Bravo.

Esta puesta en valor consistió en identificar la memoria gastronómica, que muestra sus tradiciones, costumbres, festividades, saberes culinarios, espacios gastronómicos y los ingredientes endémicos; y sus platillos representativos, así como los principales utensilios, y técnicas implementadas en su elaboración, y el significado simbólico que tienen algunos de ellos.

Una vez identificados se recuperaron e interpretaron por medio de la integración de un documento en el cual se registró la información obtenida; a manera de recetario, el cual incluye lo más representativo de cada zona de estudio, memoria gastronómica y platillos representativos proporcionados por cada cocinero y cocinera tradicional entrevistados y de esta forma poner en valor la gastronomía tradicional de Valle de Bravo.

Para esta investigación, la Línea de Generación y Aplicación del Conocimiento (LGAC) utilizada fue la Cultura y saberes de la gastronomía tradicional mexicana, por lo tanto, con la identificación e interpretación de los saberes y sabores de la cocina vallesana para su Puesta en Valor, se va de poco en poco generando identidad gastronómica y aportando valor al patrimonio cultural de Valle de Bravo.

## 2. MODELO TEÓRICO DE INTERVENCIÓN

La producción académica en torno a la alimentación ha crecido de manera importante en los últimos años, una revisión de la literatura nos muestra todavía los compendios de recetarios, textos sobre conceptos gastronómicos, así como el crecimiento culinario y su trascendencia por el paso del tiempo.

Para esta investigación en particular se revisaron textos que tomaron la cocina como un hecho cultural y en donde se analizan diversos factores y actores sociales, pero sin hacer a un lado los recursos y productos naturales de una sociedad dentro de su propio ecosistema.





Alicia Guidonet (2007) en el libro: “La antropología de la alimentación”, realiza una investigación en la que habla de la alimentación, abordando el tema desde las ciencias sociales. Expone las razones por las cuales la sociedad perteneciente a una cultura específica come lo que come, y lo aborda desde distintas visiones antropológicas y explica ciertas características de algunos alimentos en relación con su población. El libro se centra en observar aspectos que pudieran estar olvidados cuando se habla de alimentación: el social, el cultural y el histórico

Good (2013) en su estudio titulado: “Perspectivas antropológicas sobre la cultura, la cocina y le cuisine”, se acerca a la problemática de la comida en México con propuestas teóricas enfocadas a los procesos culturales y la significación mediante metodologías propias de la antropología y la historia, es decir, las técnicas de trabajo de campo etnográficas y la lectura etnológica de las fuentes históricas. Se habla de las dimensiones culturales de los procesos de globalización en México, a partir de la comida como ejes principales de las relaciones sociales y de la producción cultural a partir del análisis de dos vértices del problema; el uso de la comida en actividades ceremoniales, en zonas indígenas y pueblos originarios y la segunda; las prácticas que se realizan alrededor de la comida en el contexto de las formaciones políticas económicas dominantes. Se impulsa el estudio de la antropología de la comida, analizando la relación entre la comida, los rituales y la identidad (Good, 2013).

Como se puede apreciar, Guidonet y Good analizan la alimentación como un hecho social dentro del cual se debe dar la importancia y respeto que merecen los ingredientes siendo identificados por la sociedad en todo sentido y al mismo tiempo se habla de cuáles son los factores hedónicos, históricos y hereditarios que giran en torno a los productos y la elaboración de los platillos, ya que todos estos elementos, en conjunto, permiten generar y enaltecer una cultura identitaria dentro del campo de la alimentación para una sociedad.

En este sentido y como lo menciona Zúñiga (2012), su investigación “Festivales de interculturalidad y comunidad de nuestra tierra”, refleja la importancia de una identidad gastronómica, con la cual se permite conocer la cultura culinaria de cada región y la disponibilidad de alimentos con los que cuentan, la cocina es multicultural al igual que interdisciplinaria. se habla de los orígenes históricos que constituyen cada comunidad, los cuales han sido influenciados por otras muchas culturas.





La multiculturalidad e interculturalidad están presentes en México; por ello, es importante entender la cocina como región. Uno de los principales autores que ha tratado este tema es Sydney Mintz, basando sus estudios en la historia y aspectos culturales dentro del parámetro de la colonización y la industrialización con sus consecuencias directas en los sistemas alimentarios. El autor comenta que una legítima cocina tiene raíces sociales comunes; es la comida de una comunidad (Mintz, 2003).

Muchnik, J. (2006), en su investigación “Identidad territorial y calidad de los alimentos: procesos de calificación y competencias de los consumidores” analiza a través de un enfoque antropológico las complejas relaciones entre la identidad territorial y la calidad de los alimentos, así como las formas en que los actores sociales se relaciona y organizan para certificar dicha calidad y las oportunidades económicas derivadas del valor cultural de dichos alimentos.

Se analiza el rol de la alimentación en la construcción de las identidades de individuos y sociedades y la importancia del valor simbólico de los alimentos en las preferencias de los consumidores. Se habla de las referencias identitarias como las bases sensibles y memoriales sobre las cuales se construyen nuestras diversas maneras de habitar el mundo según diversas modalidades de relación a sí mismo y al otro y como los alimentos constituyen, en ese sentido, una referencia identitaria esencial. Desde la cocina familiar hasta las comidas regionales, los alimentos forman parte de la construcción de las identidades de individuos y sociedades (Muchnik, J., 2006).

Zúñiga, Mintz y Muchnik, retoman este tema de la alimentación, pero con enfoque cultural, se analiza la cocina como una tradición, no se puede hablar de gastronomía tradicional sin conocer a fondo sus orígenes, a partir de la observación de su propia memoria colectiva, con la finalidad de identificar los saberes y sabores que confieren identidad a su comunidad.

De acuerdo con el Instituto Nacional de Antropología e Historia (2010), en su estudio titulado: “Preservación de cocina mexicana, compromiso común”, señala que no se puede desligar el hecho de que la comida forma parte de un elemento identitario, como precedencia dentro de la diversidad cultural que conforman una sociedad.

Según con lo anterior, la gastronomía determina y refleja la historia y cultura de un país, ya que genera su propia identidad a través de ciertas tradiciones que con el paso de los años no se





pierden sino se concentran cada vez más perdurando en el tiempo. “La identidad es una raíz biológica comunada, la cultura puede ser definida por el conjunto de lo que se hace a lo que antes se ha hecho, es un recurso básico de supervivencia” (Sierra, 2012, p. 189).

El artículo “Patrimonio Gastronómico y Turismo como Estrategias de Desarrollo Local en la Cuenca Alta Del Rio Lerma, Toluca-México”, (Romero et al., 2012) tiene como objetivo describir y caracterizar la formación de la cocina tradicional en la región de la Cuenca del Alto Lerma (CARL), México. Identifica el patrimonio culinario como por la parte más básica de investigación gastronómica de esta región, y lo propone como potencial para el desarrollo local de las comunidades propietarias de dichos saberes.

Para lograr dicho objetivo, se utilizó la información etnohistórica y etnográfica de proyectos publicados, así como de tesis profesionales y de recorridos de campo, identificando aquellas características o platillos que le confieren carácter regional a través del tiempo. Se seleccionó la información y los trabajos que poseyeran información sobre las cocinas tradicionales del CARL. El periodo comprendido de este proceso abarca desde la época prehispánica hasta la actualidad.

La cocina tradicional es uno de los segmentos más importantes que la humanidad tiene como patrimonio de sus raíces; resulta indispensable que cada sociedad busque métodos para proteger dicho patrimonio y que las tradiciones evolucionen junto con el pueblo (González, 2018, p. 11). Este análisis de actores sociales en su conjunto es el elemento clave para identificar la patrimonialidad de una sociedad. Pero para poder entender el impacto que puede tener la alimentación como método cultural, tenemos que hablar de un patrimonio cultural, no como un bien material, enfocado en objetos tangibles, sino cambiar la visión a un espectro más amplio, en el que podamos ver al patrimonio como un elemento intangible y como un bien cultural. De acuerdo con este principio, 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 (INAH Y CCGM, 2013: 11).

Prats (2005), en su investigación “Concepto y patrimonio local”, habla de los principios de la construcción social del patrimonio, en procesos que obedecen a dos construcciones distintas, pero complementarias y sucesivas. Trata de la especificidad de la construcción social del patri-





monio local a partir de la sacralización de la externalidad cultural y procede del hecho de que el factor escalar confiere al significado un carácter constituyente.

Este significado se nutre de una memoria compartida y construida bajo las necesidades e intereses del presente. Esta memoria determina la importancia de los elementos que forman parte de dicho patrimonio y el contenido de los discursos que se realizan al respecto. El patrimonio local representa una oportunidad porque constituye un foro abierto que permite abordar participativamente la reproducción social. Y a partir de dicho análisis, se produce una segunda construcción social en el proceso de patrimonialización: se trata de la puesta en valor, como sinónimo de actuación o activación patrimonial (Prats, 2005).

El análisis de los autores anteriores y el conceptualizar el patrimonio y los distintos valores que le pueden ser otorgados, nos habla del énfasis con el cual sobresalen las cocineras tradicionales, como medio de enseñanza y puente de un acervo cultural de generación en generación, tan es así, que es gracias al hecho de las cosmovisiones de los habitantes de cada comunidad que se construye una cultura a través de sus costumbres y estos saberes permiten edificar un patrimonio gastronómico y por ende una identidad culinaria.

Mayoni (2016), tiene por objetivo realizar un análisis de la experiencia llevada a cabo en el Colegio Nacional de Buenos Aires, de puesta en valor de sus colecciones didácticas históricas. Para dicho análisis, se partió del reconocimiento de las dinámicas de activación patrimonial para explicar diferentes aspectos de la patrimonialización actual de estos bienes en la institución. A través de la identificación y descripción del espacio, las colecciones, los diferentes actores involucrados y los puntos de debate en torno a la implementación de proyectos de preservación, se exploraron las dinámicas sociales que dieron lugar a una nueva vinculación de la comunidad con sus bienes culturales.

En sus investigaciones aplicadas al patrimonio cultural y enfatizando su valorización, nos dice que, para poder llevar a cabo una puesta en valor se parte de una revalorización que se debe identificar y proteger para su interpretación y que permitan establecer planes sociales para su reconocimiento y finalmente la difusión, en este sentido y aterrizándolo al tema de la gastronomía tradicional, una de las maneras importantes de lograrlo es a partir de la creación de recetarios.





De'Angeli & De'Angeli (2014), en su investigación a lo largo de la República Mexicana, condensan lo principal de la cocina del país en su aspecto práctico, donde describen una obra de referencia de una forma actualizada en la cual se abordan los ingredientes, preparaciones, recetas y las diversas perspectivas acerca de su actualidad y permanencia. Muestran una metodología en tres apartados que exponen algunas técnicas y fundamentos de la cocina mexicana, posteriormente las recetas como parte central de la obra agrupadas por tiempos de servicio o importancia de uso y finalmente la información referente a la práctica culinaria en cuestión de utensilios, métodos y técnicas. Se muestra la riqueza del patrimonio culinario del país y fomenta la difusión de la cocina como una de las manifestaciones culturales más importantes de toda sociedad.

Cano & Gómez (2017), en su investigación titulada: "5 sabores tradicionales mexiquenses", dan a conocer la importancia de la cocina tradicional en los pueblos originarios del Estado de México; y van más allá de presentar las recetas de cocina y los platillos. Se realiza una revisión general documental de los trabajos publicados sobre el tema y un acercamiento etnohistórico sobre alimentos en los diferentes momentos y la importancia de valorar la cocina tradicional como patrimonio cultural inmaterial de los pueblos indígenas. También se hace referencia a las técnicas de preparación.

La finalidad del aporte del texto es presentar aspectos etnográficos de cada pueblo originario, así como la receta, ingredientes y fotografía de la cocinera tradicional. No solo se presentan temas de cocina tradicional, sino de antropología, etnoecología, etnobiología conocimiento tradicional y lengua indígena. Implica al mismo tiempo hablar de la gran riqueza vegetal, animal y mineral de nuestro territorio, de la selección de los recursos naturales, así como de la importancia de la memoria colectiva de saberes que nos remiten a un pasado (Cano & Gómez, 2017).

María Teresa de la Rosa Almazán (2015) en su libro titulado: "Cocina mexiquense" presenta una recopilación de datos históricos sazonados con anécdotas del Estado México. Es también un libro de recetas que muestra la comida prehispánica y su evolución y, en algunos casos existen recetas que forman parte de las cocinas más importantes del mundo, gracias a la mezcla gastronómica entre México y España. Cuenta con capítulos significativos como los otomíes, exotismos, aves, anécdotas, recuerdos, además de 173 recetas que van desde so-





pas, verduras, pescados, aves, carnes, antojitos mexicanos, tamales y atoles, salsas, dulces, postres, hasta pasteles y bebidas.

También señala que dentro de los programas democratizadores de la cultura, especialmente dedicados a encontrar la identidad y la personalidad del pueblo mexiquense, se ha procurado investigar, difundir, acrecentar, preservar los valores de todas clases, como hitos de superación potencial en cuanto al intelecto, a la sensibilidad, el folclore, a la cotidianidad popular; en forma de riqueza no solo acumulada, sino evolutiva, capaz de servir de modelo a nueva inspiración y a creaciones actuales distintas (Rosa, 2015).

De'Angeli & De'Angeli, Cano & Gómez y Rosa, nos muestran dos aspectos importantes; el primero refleja la importancia de identificar los contextos culturales que forman parte de cada región, comunidad o cultura, y de la forma en que estos aspectos nos llevan a la constitución de una cultura e identidad culinaria. Y el segundo aspecto es la construcción de recetarios, el cómo una gastronomía puede ser reconocida a partir de los distintos relatos escritos que permiten visibilizar la cultura en torno a la alimentación de una sociedad y de este modo lograr preservar valores de toda clase enfocados a la cocina tradicional.

El arte de la cocina mexicana es una expresión viva de la diversidad y riqueza de su cultura y constituye uno de los elementos con el que se identifican como mexicanos, por ello es importante su conservación, preservación, promoción y difusión. Cuenta con un gran potencial para mejorar la gestión de los destinos, promover las culturas y contribuir a otros sectores, como la agricultura y la manufactura de alimentos.

El uso de ingredientes tradicionales, sumado a los saberes y sabores dentro de la forma de alimentación, representan la identidad culinaria de una sociedad y su patrimonio vivo, no obstante, muchas veces esta gastronomía no está reconocida y requiere un impulso que la revalorice. Como se puede observar en la producción académica, se han hecho intentos por rescatar y visibilizar la gastronomía tradicional en sus saberes, prácticas, identidades y territorios, pero son investigaciones focalizadas que poco a poco van considerando nuevos territorios, comunidades y espacios.





En este sentido, y de acuerdo con lo analizado de los anteriores autores, se investigó la cocina tradicional de Valle de Bravo como experiencia y hecho cultural a partir del rescate de la tradición oral y la implementación de estrategias de difusión como elementos para la puesta en valor del patrimonio gastronómico tradicional y como sustento de la identidad culinaria de Valle de Bravo.

## 2.1 Conceptualización de la Puesta en Valor

Cuando se habla de valor se trata de un juicio acerca de los objetos y este va a depender de los sujetos, cuyos significados implícitos están conferidos por las transacciones, atribuciones y las motivaciones humanas; por lo tanto, el valor nunca es considerado una propiedad inherente de un objeto (Appaduraia, 1991), y dicho juicio, permite ir degradando distintas concepciones patrimoniales subyacentes de las mismas.

Consecuentemente, para poder analizar los elementos que forman parte de una puesta en valor, se comienza por una conceptualización de distintos aspectos y valores que van enfocados desde distintos niveles, se parte de la consideración de los valores culturales de una identidad y de un patrimonio.

La palabra patrimonio, en el concepto generado por Limón Delgado (1999) citado por Schlüter (2003:9), acota el concepto agregando el término cultural y lo considera como sinónimo de grupo:

La etimología de patrimonio hace referencia a la propiedad de los bienes recibidos de nuestros antepasados. Según eso, el patrimonio cultural no es otra cosa que un patrimonio público recibido del pasado. Pero cualquier patrimonio público es patrimonio colectivo y los límites de todo patrimonio colectivo deben ser interpretados por la comunidad al menos para separarlos del patrimonio privado.

Generalmente se clasifica para el patrimonio en dos grandes grupos: natural y cultural. Entendiéndose por patrimonio natural a los recursos de la naturaleza lo que permite la revalorización del concepto de paisaje (Ortega, J. 1998).





En cuanto al patrimonio cultural, Crespi, M. & Planells, M. (2013) señalan que:

El patrimonio cultural engloba la literatura, el arte, los monumentos, los museos y los eco museos, la arquitectura religiosa, civil, militar, industrial o popular, la música, las danzas, las celebraciones festivas, las costumbres, la gastronomía, las leyendas, los rituales, etc., es decir, todo el conjunto de elementos simbólicos que ayudan a configurar la identidad cultural del territorio en el que se hallan, una vez legitimados socialmente.

Serra, R. & Fernández, M. (2005) citado el Schlüter, R. (2003) llaman histórico al patrimonio cultural y citando a Ballart exponen sus valores en distintas categorías:

- Valores de uso: los que se refieren a la dimensión más utilitaria. Se evalúa el patrimonio pensando que sirve para hacer alguna cosa, que satisface una necesidad material (uso tangible) o de conocimiento o de un deseo (uso intangible).
- Valores formales: la atracción que despiertan en los sentidos. Son atribuidos por el mundo académico (historiadores, arqueólogos, museólogos, críticos, didácticas), los medios de comunicación, los poderes públicos y económicos y las relaciones sociales.
- Valores significativos/simbólicos. El patrimonio es portador de mensajes, pero el valor simbólico depende del bagaje cultural del individuo que lo percibe; y puede ser objeto de manipulaciones de carácter ideológico.

En las definiciones mencionadas, se entiende de forma general al patrimonio como un bien de herencia transmitido por los antepasados, pero al mismo tiempo se habla de la categorización del patrimonio y bienes culturales otorgadas por distintos autores y organismos como la UNESCO, que han definido los preceptos para fundamentar la salvaguardia del patrimonio cultural y natural de la humanidad.

Dichas definiciones del patrimonio, que en este caso no involucran elementos materiales, comprenden niveles de aspecto histórico, artístico, arqueológico y de distintos valores que otorgan los miembros de la comunidad, grupos o individuos que forman parte de su propio patrimonio cultural.





Según las postulaciones de Prats (2005), en sus estudios de activación patrimonial y patrimonialización, habla de los patrimonios como repertorios activados de referentes patrimoniales y maneja la activación patrimonial como una puesta en valor, en donde dicha activación implica el impulso de una visión específica de determinada identidad. Dentro de las especificidades de la construcción social del patrimonio, se señala la relevancia que el factor escala posee en su conceptualización y gestión, se agregan los criterios de legitimación de los referentes simbólicos señalados, es decir, el significado y esto revela la verdadera naturaleza de ese patrimonio que se basa en la memoria.

El patrimonio refleja potencialidades y dificultades para el desarrollo y bienestar de la población, Prats (2005) propone lineamientos de intervención para su activación y gestión, con la finalidad de que se convierta en un relevante instrumento social al servicio de la comunidad. Por lo tanto, resulta apremiante la necesidad de desarrollar críticas patrimoniales que otorguen primicias a los contenidos y no a los aspectos formales de la activación o de la puesta en valor, y que sean organizadas y sistemáticas y que supongan evidenciar ante la sociedad, las claves ocultas de toda actuación en el campo del patrimonio. El patrimonio puede definirse bajo dos cuestiones, la primera es una herencia cultural que implica una ampliación de la noción, la cual pasa a abarcar expresiones más variadas y diversas de la cultura y la segunda es una conceptualización como construcción social.

Una cuestión relevante como construcción social se centra en el mantenimiento de lazos de continuidad con el pasado. Arentes (1984) señala que la idea de la construcción social describe esa relación por lo que el pasado se transmite a generaciones sucesivas como herencia, pero a su vez, persisten en el tiempo por acciones e interpretaciones que parten del presente. La preservación del patrimonio opera como recurso de la recuperación de la memoria social, como un trabajo selectivo y transformado del pasado enfocado a la articulación entre el presente y el pasado.

La apelación del pasado permite crear comunidades imaginadas ligadas a un territorio o paisaje común. En este sentido, en tanto los repertorios patrimoniales contribuyen a la cohesión nacional, se constituyen medios para la producción de consenso e imágenes que generan una identidad.





El patrimonio cultural inmaterial se manifiesta en los “usos sociales, rituales y actos festivos (en los cuales quedan clasificadas las tradiciones culinarias)” (UNESCO, 2010). En esta clasificación se encuentra la cocina tradicional, la cual es introyectada a nivel del grupo familiar como una actividad que gusta y es ineludible llevar presente, continuar y profundizar. Es importante enfatizar que la cocina tradicional solo existe como objeto simbólico provisto de valor si está reconocida y si está socialmente instituido como gastronomía tradicional por la sociedad. Por lo tanto, el preservar y difundir el valor de la gastronomía tradicional, se logra a través de activar un repertorio patrimonial con determinados referentes simbólicos, que expuestos de una u otra forma, se logra “patrimonializar” dicha gastronomía tradicional.

La UNESCO reconoció a la cocina tradicional mexicana como patrimonio de la humanidad 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.

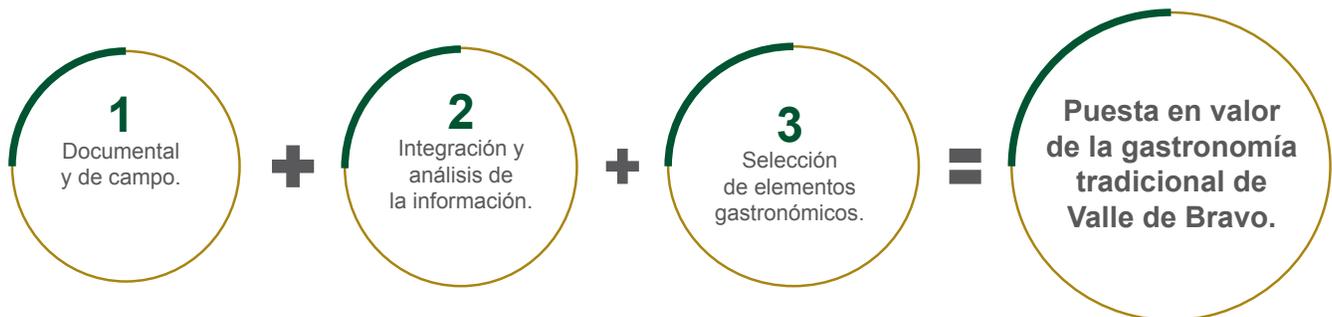
El arte culinario mexicano es muy elaborado y está cargado de símbolos.... Se pueden encontrar agrupaciones de cocineras y de otras personas practicantes de las tradiciones culinarias ... Sus conocimientos y técnicas son una expresión de la identidad comunitaria y permiten fortalecer los vínculos sociales y consolidar el sentimiento de identidad en el ámbito nacional, regional y local (INAH & CCGM, 2013).

Y a partir de la patrimonialización de la cocina tradicional mexicana para ser incluida en las Listas Representativas del Patrimonio Cultural Inmaterial de la UNESCO en 2010, se constituye un medio para la salvaguardia, revalorización y difusión de las cocinas a nivel indígena, local, campesina y popular, esto implica una gestión y puesta en valor como recurso cultural y turístico. Esta declaratoria ha servido para revalorar, recuperar y visibilizar productos, ingredientes endémicos, platillos tradicionales, recetarios y un conjunto de saberes y técnicas de diversas cocinas desde locales a regionales y nacionales, con el fin de reivindicar las identidades de las comunidades a distintas escalas.



### 3. METODOLOGÍA

Al haber realizado el análisis y arqueo de la literatura existente sobre el tema, se logró visualizar la profundidad y finalidad de la presente investigación, así como el enfoque y la naturaleza en que se desarrolló. El método utilizado fue de tipo etnográfico, dividiéndose en tres fases:



La fase documental y de campo consistió en la identificación y recolección de la información en una investigación de campo a partir de entrevistas con las cocineras tradicionales, restauranteros de la región y pequeños productores e investigación literaria en documentos antiguos relacionados con la historia y origen de la gastronomía en Valle de Bravo y sus alrededores.

La recuperación de la información se realizó de manera natural, es decir a partir de la observación de los elementos en su contexto social y cultural, realizando entrevista a cocineras tradicionales, restauranteros, pequeños productores y también por medio de la observación directa la cual fue complementada por medio de la observación-participante de los actores interesados. Y se tomaron en cuenta algunos municipios y comunidades aledaños para complementar la investigación, los cuales fueron: Donato Guerra, Amanalco, Santo Tomás de los Plátanos y Temascaltepec.

Para la segunda fase; integración y análisis de la información, se realizó una interpretación de la información obtenida, haciendo una segmentación de las recetas (comida festiva, comida re-



ligiosa, comida diaria, postres, salsas, bebidas, etc.) y al mismo tiempo se obtuvo información relacionada con las costumbres, tradiciones, saberes y sabores, que ayudaron a identificar los aportes del ámbito gastronómico centrando la atención en los contextos culturales y sociales, teniendo en cuenta las influencias de las comunidades aledañas al municipio.

Dentro de la tercera fase; selección de elementos gastronómicos, que consistió en la integración de la información obtenida y la integración de las recetas, se realizó a partir de dos productos, en primera estancia se elaboró un escrito que relate de forma explícita del tipo de gastronomía que se consume en Valle de Bravo, dentro del cual se identifican los ingredientes endémicos, forma de recolección, así como las costumbres y tradiciones principales de cada colonia analizada.

### 3.1 Proceso para la puesta en valor

Para la puesta en valor, se tomó como base la metodología de Mayoni (2016), implementada en su investigación para “La activación patrimonial y sus dinámicas en la puesta en valor de los bienes culturales: Una experiencia en el Colegio Nacional de Buenos Aires”, en donde se entiende la puesta en valor como un proceso de activación patrimonial, que permite proporcionar renovaciones de la dimensión simbólica para la comunidad.

Este proceso de activación patrimonial, de acuerdo con Mayoni, se constituye por cinco fases; la primera consiste en una *formación cultural*, que es una concientización que deviene del conocimiento y de la nueva conceptualización del objeto con el que se convive. Es un reconocimiento patrimonial y cultural, entendido como algo que involucra a todas las personas.

Posteriormente se lleva a cabo un manejo de la información; es decir, una planificación sobre la información obtenida que impacta en el desarrollo potencial del uso, identificando a los usuarios y posibles interesados.

El cuidado de esta información obtenida está estrechamente vinculado con el cuidado de los objetos. En este sentido se asocia el manejo de colecciones con el *manejo de información*; tomando los *objetos como fuente de información*.



Para que la activación patrimonial continúe con su carácter colectivo, se utiliza la *vinculación con la comunidad* como recurso para impulsar estudios interdisciplinarios y colaboraciones multidisciplinarias en los diferentes ámbitos de conservación, investigación, transferencia y divulgación del patrimonio cultural.

Y finalmente la *visualización y construcción de nuevos vínculos*, un consenso con una estrecha relación de la activación patrimonial, es decir, la divulgación y la transferencia de esta información como partes del proceso de la puesta en valor y no como hechos aislados y posteriores. Llevando esta metodología de la puesta en valor de bienes culturales, a la puesta en valor de la gastronomía se realizaron algunas adecuaciones sobre las necesidades de la puesta en valor de la gastronomía tradicional de Valle de Bravo, aplicándola en 4 fases concretas, como se observa en el gráfico 1:

**Gráfico 1.** Proceso para la puesta en valor.



Fuente: Elaboración propia con base en Mayoni (2016).

### 3.1.1 Fase uno: Fomento gastronómico

Esta primera fase; fomento gastronómico, se refiere a una concientización y conceptualización de forma general de la gastronomía tradicional de Valle de Bravo; es decir, para poder llevar a cabo una puesta en valor se parte de una formación cultural tomando a la gastronomía tradicional como parte de un patrimonio cultural que se quiere revalorizar y para ello hay que identificarla y existir la voluntad de protegerla, teniendo en cuenta que el patrimonio cultural forma parte del pasado y de la cultura de todo un pueblo. La puesta en valor se basa en el aprecio y consideración social del propio bien, debe ser representativo y cumplir con características específicas.



### 3.1.2 Fase dos: Manejo gastronómico

La segunda fase consiste en un manejo gastronómico, es decir, llevar a cabo una planificación, recuperación e interpretación de la gastronomía local de Valle de Bravo. Dichas colecciones consisten en la clasificación de los elementos que conforman una memoria gastronómica y que a partir de ella se permiten visibilizar sus tradiciones y costumbres, festividades, saberes y espacios gastronómicos enfocados a la cocina local; otra clasificación son los ingredientes endémicos, por medio de los cuales se muestre su forma de producción, recolección y distribución y finalmente como última categorización los platillos representativos, en los cuales se distingan los utensilios, ingredientes y técnicas culinarias aplicadas en la cocina local y al mismo tiempo el significado simbólico que representan estos platillos tradicionales para la comunidad que los prepara y para quienes los consumen.

### 3.1.3 Fase tres: Vinculación con la comunidad

La tercera fase consiste en una vinculación con la comunidad, se debe recuperar para interpretar, establecer planes; a nivel social y de administración pública para la puesta en valor de gastronomía tradicional, pues al ser reconocida por toda la ciudadanía, deben estar protegidas y reconocidas. La tarea principal de una puesta en valor es que estos bienes estén disponibles para que se disfruten y se ofrezcan en buenas condiciones a la sociedad y al mismo tiempo sean valorados. La recuperación del patrimonio o en este caso de la gastronomía, debe ir destinada a resaltar la originalidad de este, establecer medidas de protección y difusión para fomentar su perdurabilidad, en esta etapa se involucra a cocineras tradicionales, restauranteros y actores interesados en la realización de pequeñas representaciones de las preparaciones de platillos tradicionales para la documentación visual de los procesos de elaboración.

### 3.1.4 Fase cuatro: Visualización y construcción de vínculos

Y como última etapa una visualización y construcción de vínculos, es decir la divulgación y transferencia de toda la información documentada, una de las maneras importantes de lograrlo es a partir de la creación de recetarios. Se trata de conseguir que este patrimonio recuperado pueda ser entendido y disfrutado. Y que el bien sea conocido y valorado por la sociedad.



La integración, análisis y selección de la información obtenida en esta investigación visibilizan y revalorizan la gastronomía tradicional de Valle de Bravo para su preservación y puesta en valor.

## 4. RESULTADOS: PUESTA EN VALOR DE LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL DE VALLE DE BRAVO

### 4.1 FOMENTO GASTRONÓMICO: VALLE DE BRAVO, PUEBLO MÁGICO.

#### 4.1.1 Localización

El territorio municipal de Valle de Bravo se localiza al poniente del Estado de México, sus coordenadas geográficas son; de longitud  $100^{\circ}15'50.40''$  W  $99^{\circ}57'33.48''$  W, y latitud  $19^{\circ}04'43.32''$  N  $19^{\circ}17'27.96''$  N. Cuenta con una extensión territorial de 430.80 kilómetros cuadrados y se ubica a 1825 msnm. Sus límites municipales son: al norte con el municipio de Donato Guerra; al sur con el municipio de Temascaltepec; al este con los municipios de Amalanco y Temascaltepec; al oeste con los municipios de Ixtapan del Oro, Santo Tomás de los Plátanos y Oztoloapan. (Secretaría de Turismo, 2019), como se puede apreciar en el gráfico 2:

**Gráfico 2.** Ubicación y colindancias de Valle de Bravo.



Fuente: Valle de Bravo, México (INEGI, 2020b)



Resulta relevante identificar la superficie y los límites territoriales de Valle de Bravo, ya que, para la categorización de la gastronomía local, se identifican influencias culinarias importantes de los municipios colindantes al municipio.

## Población

De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadísticas y Geografía, (INEGI, 2020b) la población de valle de Bravo en el 2020 fue:

| Año  | Número de personas |
|------|--------------------|
| 2020 | 61,590             |

*Fuente: Población total Valle de Bravo, México (INEGI, 2020c)*

### 4.1.2 Historia de Valle de Bravo

Hablar de Valle de Bravo en la actualidad nos lleva inmediatamente a pensar en un pueblo mágico rodeado de naturaleza y encanto, convirtiéndolo en uno de los principales destinos turísticos del sur del Estado de México e inclusive, reconocido a nivel nacional e internacional por el turismo de aventura que gira en torno a sus aguas, suelos y cielo.

Dicha imagen creada del turista hacia este pueblo mágico es resultado de su desarrollo y derrama turística a partir de la presa, sin embargo, si nos detenemos a pensar un poco sobre que era Valle de Bravo antes de dicho desarrollo urbano y atractivos turísticos, nos damos cuenta que el municipio es una suma de sucesos culturales, sociales y políticos específicos, igual que los demás municipios de la región, donde familias y comunidades tuvieron que ser conquistados y colonizados, en donde sus pobladores, tuvieron que evolucionar al mismo paso de la historia, adaptando sus creencias, ideales y estilos de vida a las inminencias que como población se ven obligados a modificar.

Y a lo largo de los eventos históricos vemos un municipio progresivo lleno de historia y de cultura, adaptado a cada demanda de la época, pero dentro del cual, si nos detenemos a observar, existen aún vestigios de sus orígenes que reflejan el resultado del municipio que





conocemos ahora, y vamos identificando algunas narrativas que nos permiten ir desglosando un Valle de Bravo antiguo, como por ejemplo la relación hecha por Gaspar de Covarrubias en 1580, en donde se puede apreciar cómo era el Valle de Bravo de aquel entonces:

Las minas de Temascaltepec, que es la cabecera de la alcaldía mayor y asiento de la población de los vecinos españoles, tiene tres pueblos de indios en su jurisdicción que son, el uno, Texcaltitlán, cabecera de todos, Tejupilco y Tuzantla”, “Tiene su asiento y población en un valle de mucha llanura, fundado en unos malpaisares que se llaman Izquitepeque, que se interpreta maíz tostado. Pasan dos ríos, todo el año con agua, debajo de él se juntan otros, llevan algunos pescados y se riegan algunas tierras con ellos.

De acuerdo con la investigación de Héctor González Carranza, Valle de Bravo, Monografía municipal, de la colección Programa de Identidad Estatal y bajo la edición del Instituto Mexiquense de Cultura y la Asociación Mexiquense de Cronistas Municipales, A.C en 1999, los registros de la Enciclopedia de los Municipios y Demarcaciones Territoriales de México (2022), y aportes del H. Ayuntamiento de Valle de Bravo se identifica una breve diacrónica y las principales características de este, que nos ayudan a entender la historia de Valle de Bravo y sus orígenes en épocas y momentos específicos.

A continuación, se relata la historia de Valle de Bravo:

- **20 000 a.C.** Se da la presencia de los primeros asentamientos humanos en el Estado de México, los primeros pobladores del municipio fueron matlazincas.
- **1469-1479.** Conquista Azteca, para hacerse de graneros y grandes producciones de maíz a cargo de Axayácatl, Temascaltepec, figuró entre los pueblos conquistados en las campañas de 1474, 1476 y 1479.
- **1521.** Conquista española, posterior al dominio de Tenochtitlán, los españoles decidieron dominar a otros territorios, entre ellos el Matlatzinco. La región en que se encontraba Valle de Bravo formaba parte del Matlatzinco pero había podido mantenerse como territorio autónomo menor, hasta la entrada de los españoles.
- **1523 y 1524.** Evangelización del territorio conquistado, es probable que los franciscanos hayan sido los primeros que trataron de convertir a los matlatzincas de Temas-





caltepec. Como dato curioso, fray Gregorio Jiménez de la Cuenca, prior del convento franciscano de Toluca, decidió fundar su congregación junto al lugar denominado “El Pino”, -por alzarse allí un hermoso ejemplar de ahuehuete, (al que todos le dicen “pino”) que aún existe-, en que hoy es el corazón del barrio de Santa María Ahuacatlán.

• **1607 a 1615.** Se entrega la administración de los frailes franciscanos a la administración a los sacerdotes seculares en cuya época ya existía el templo en el mismo lugar que hoy ocupa y había además un convento, que fue bautizado con el nombre del pueblo San Franciscano del Valle de Temascaltepec.

• **1810.** Los indios de San Francisco del Valle de Temascaltepec se sumaron al movimiento de la Guerra de Independencia.

• **1842.** El 7 de mayo y por decreto número 60 de la Honorable Legislatura del Estado de México y, por el valor que los habitantes demostraron en la lucha contra la invasión francesa, durante la llamada “Guerra de los Pasteles”, la población recibió el título oficial de Villa, cambiando su anterior nombre por el de “Villa del Valle”.

• **1847.** Un pequeño grupo de habitantes de la Villa del Valle, se aliaron al ejército del general Nicolás Bravo para participar en la heroica defensa del Castillo de Chapultepec con motivo de la invasión norteamericana.

• **1849.** La Villa del Valle deja de pertenecer al partido de Temascaltepec para integrarse a Toluca.

• **1852.** El 7 de mayo, se erige Valle de Bravo como municipio.

• **1857.** Con el lema “religión” y “fueros”, el general conservador José María Cobos tomó la que fuera entonces Villa del Valle y saqueó el vecino poblado de Amanalco. Se sabe que la Villa del Valle era famosa en la comarca por los arcos para bestias de carga que aquí se elaboraban; también eran bien conocidos sus finos rebozos cuya industria trascendió en la época de Maximiliano que según Castillo y Piña “fue tan grande la cantidad de dinero que entró a la Villa con motivo de la venta de los rebozos, que se podían haber empedrado las calles... con plata.

• **1861.** Se dispone que Villa del Valle se llamará Valle de Bravo.

• **1889.** En el libro Geografía y Estadística del Estado de México, en el pleno porfirismo, el Valle aparece como un distrito formado por cinco municipalidades y tres municipios que comprenden una ciudad, tres villas, 33 pueblos, cuatro barrios, 23 haciendas, un rancho y 24 rancherías. Antes de que finalizara el siglo ya se contaba en Valle de Bravo con una planta para generar energía eléctrica, con una oficina de telégrafos y un





teatro, el cual fue construido por Celso Montes de Oca.

- **1910.** Para su régimen interior de gobierno la superficie territorial de la entidad se dividía en dieciséis distritos políticos: Toluca, Cuautitlán, Chalco, El Oro de Hidalgo, Ixtlahuaca, Jilotepec, Lerma, Otumba, Sultepec, Temascaltepec, Tenancingo, Tenango del Valle, Texcoco, Tlalnepantla, Valle de Bravo y Zumpango. Valle de Bravo era la municipalidad más importante del distrito en esta época y debido a la estratégica situación que tenía se convirtió en presa de las huestes revolucionarias.
- **1937.** Un pequeño grupo de ingenieros de la naciente Comisión Federal de Electricidad había llegado a iniciar los estudios para la posible construcción de la planta eléctrica de Ixtapantongo y que más tarde se llamaría Sistema Hidroeléctrico “Miguel Alemán”.
- **1938.** Se iniciaron los trabajos el cinco de mayo y se inundaron 2,900 hectáreas de las mejores tierras que tenía Valle de Bravo, a las que se denominaba El Plan; el sistema se iniciaba en la Presa Villa Victoria y terminaba en el estado de Michoacán; incluía 18 unidades de operación, que en conjunto generaban 458,775 kilowatts hora.
- **1947.** El 17 de julio se concluyó la presa “Miguel Alemán; actualmente esta presa forma parte del Sistema Cutzamala, que abastece de agua potable a la zona metropolitana de la Ciudad de México.
- **1971.** Se le otorga el título de la Ciudad Típica de Valle de Bravo, bajo la Ley de protección y Conservación de la Ciudad.
- **2005.** Valle de Bravo se incorporó al programa de Pueblos Mágicos.

Como se puede apreciar, la historia del municipio de Valle de Bravo contiene actores y hechos de relevancia y, aunque la gastronomía no figure de manera escrita en ellos, está presente de forma inherente. Y dichos hechos, son justamente un factor determinante para la forma de alimentación de la sociedad a lo largo de estos momentos históricos. Lo cual con el paso del tiempo fue generando una identidad culinaria y cultural para el municipio.

#### 4.1.3 Un acercamiento al turismo de Valle de Bravo

Valle de Bravo ha pasado varios cambios y transformaciones importantes, antes de constituirse como Pueblo Mágico en el año 2005 (SECTUR, 2019).





Su nombre original era Pameje, de origen mazahua, el cual cambió durante los primeros años de la Colonia, cuando recibió el título de San Francisco del Valle de Temascaltepec, para que años después, durante la segunda mitad del siglo XIX, adoptara el sencillo nombre con que ahora lo conocemos, en honor al general Nicolás Bravo (EDOMEX, 2018).

El turismo aparece con la construcción de la presa. El desarrollo se inicia con la intensa construcción de viviendas residenciales, continúa con los desarrollos inmobiliarios, surge la afluencia de visitantes, se construyen hoteles y se habilitan casas de huéspedes. Esto genera una expansión de actividades empresariales y de servicios, vinculados también a esta actividad (hoteles, restaurantes, bares y establecimientos de diversión).

Como resultado de este crecimiento, Valle de Bravo se ha posicionado como uno de los principales destinos turísticos del Estado de México, ya que presenta una de las actividades económicas con mayor importancia para la región. Una de sus atracciones más importantes son sus espacios naturales, los afluentes de la presa forman cascadas, riscos, peñones y cerros que permiten realizar distintas actividades deportivas y de aventura.

De acuerdo con el Programa Regional XIX Valle de Bravo 2017-2023, muestra la importancia del comercio debido a la alta influencia turística del municipio:

... el comercio al por menor es uno de los principales sectores económicos de la región, este sector cuenta con tres mil 165 establecimientos comerciales en los 12 municipios, le sigue el sector de servicios de alojamiento temporal y de preparación de alimentos y bebidas, con alrededor 947 negocios, de los cuales 538 se localizan en el municipio de Valle de Bravo... Respecto a los establecimientos y habitaciones del sector turístico en la región, es notable que el municipio de Valle de Bravo, al ser el que absorbe la mayor actividad turística, concentra el mayor número de éstos. Prácticamente la mitad de los establecimientos de la región son de categoría turística, esto incluye calidades de una a cinco estrellas. En Valle de Bravo los establecimientos de una estrella, a pesar de que son los que tienen el menor número de establecimientos, son los que concentran el mayor número de habitaciones del municipio en cuanto a la categoría turística. (Comité de Planeación para el Desarrollo del Estado de México, 2018).





Como se aprecia en la cita anterior, los comercios dedicados a los alimentos y bebidas son relevantes, ya que, además de aportar ingresos al municipio, le otorgan identidad, y son una forma de dar a conocer los aportes culinarios y riquezas gastronómicas de Valle de Bravo.

#### 4.1.4 Un acercamiento a la gastronomía de Valle de Bravo

Dentro de la investigación documental referente a la gastronomía tradicional y platillos típicos de Valle de Bravo a lo largo del tiempo, se identifican una breve recopilación de documentos específicos de este tema, lo cual reitera la importancia de poner en valor la gastronomía de la región a través de la documentación y la creación de recetarios.

Se identifican algunas recopilaciones como la reseña de Héctor González Carranza (1999), donde se visualiza una breve descripción de los principales alimentos y platillos de Valle de Bravo y la recopilación más recientes, como es el caso del libro “Cocina Vallesana de Tradición”, publicado por el H. Ayuntamiento Constitucional de Valle de Bravo (2018), en el cual se identifica una breve recopilación de recetas tradicionales y de autoría de algunos cocineros y un grupo de nueve restaurantes de la región.

Entre los alimentos que se consumen a diario en el municipio encontramos: café con leche, pan, sopas, guisados diversos, frijoles, tortillas, chile; el menú puede combinarse con carne, huevos y pastas. Además de esta podemos mencionar el tradicional mole de guajolote, la cabeza de cerdo y res al vapor, la lobina, la trucha, la barbacoa, consomé de borrego y carnitas de cerdo. La cocina tradicional y la esmerada elaboración de platillos de cierta complicación hacen que algunos restaurantes de Valle de Bravo y Avándaro sean lugares de verdadero interés gastronómico. Entre algunos de los principales platillos que se comen en el municipio están los siguientes: Mole de guajolote, barbacoa de borrego, calabacitas con carne de puerco, mole de olla, revoltijo, capirotada, conserva de cascara de naranja o toronja, humildes, cecina (González, 1999).

En el libro “Cocina Vallesana de Tradición” las recetas que se encuentran están clasificadas distintas secciones, la primera hace referencia a lo típico de Valle, en donde se mencionan los esquites de camarón, de mantequilla y naturales, el mole verde, los chiles rellenos, arroz rojo,





sopa de milpa, quesadillas de requesón, sopes, taconetes, tacos de cecina, tacos al pastor, salsa roja de chile de árbol, salsa verde de aguacate, pan dulce, pan de torta y campechanas (H. Ayuntamiento Constitucional Valle de Bravo, 2018).

Y de acuerdo con los aportes de González (1999), uno de los platillos típicos que mencionan son:

*Mole de guajolote:* El cual se prepara desde tiempos pasados en las comunidades rurales, se muelen en el metate todos los ingredientes, una labor bastante pesada para la ama de casa; actualmente con los molinos de semillas es más práctico, raído y menos laborioso. Se acostumbra a servirlo principalmente en bodas, cumpleaños y onomásticos de personas con posibilidades económicas, aunque también las personas con escasez de recursos ponían en práctica la engorda de los animales para el día del festejo (González, 1999).

En las preparaciones de pollo está el mole verde, el mole rojo, pollo dulce, pollo a la barbacoa, pollo de rancho y pollo almendrado (H. Ayuntamiento Constitucional Valle de Bravo, 2018).

*Barbacoa de Borrego (actualmente de cabrito):* se trata de un platillo típico ya que varias familias desde hace años se dedican a la elaboración, se puede encontrar todos los días en el mercado municipal, sin embargo el mayor consumo se refleja son los días domingos, ya que un gran porcentaje de la gente acostumbra almorzar barbacoa acompañada de chicharrón, rábanos, aguacate y unos ricos chiles en escabeche preparados al estilo casero; este platillo también se acostumbra en fiestas familiares y populares. Actualmente al igual que el mole, está siendo desplazado por otros platillos que no pierden su sabor al servirse fríos (González, 1999).

En la sección de entradas se menciona el ceviche de champiñones, ceviche de cecina, ceviche de setas y nopal, ceviche de trucha, ceviche de trigo, sopa de campo, sopa de cebada, sopa de tortitas de quelites en infusión de té de monte, crema de flor de calabaza, crema de manzana, pozole, chileatole, paté de trucha ahumada, alcachofas a los cuatro quesos, y carpaccio de hongo trompetilla (H. Ayuntamiento Constitucional Valle de Bravo, 2018).





En las carnes se señala la cecina con chilaquiles, el lomo de res al horno en salsa de morillas y puré de papa, cecina con hongos azules, lengua de res en salsa de pepita, machaca de cecina vallesana, jardín vallesano de cecina, taco de cecina, discada de cecina, longaniza y tocino, picaña al café, pata rellena de hongos, espaldilla de cerdo a la naranja, carne de cerdo con setas, puerco con ciruela de tierra caliente, costillas de borrego en salsa de pasilla y consomé con maíz cacahuazintle (H. Ayuntamiento Constitucional Valle de Bravo, 2018).

*Cecina:* Es un platillo que tiene una gran tradición, desde hace varias décadas existen familias, que se dedican a su preparación, desde conseguir la res para su matanza, trasladar a su domicilio y darse a la labor de ir cortando la carne para prepararla; en la actualidad la mayoría de cecineros se surten de este producto ya elaborado y solo se dedican a su reventa; los vallesanos acostumbran a servirla el día domingo a la hora de la comida, acompañada de una buena crema agria, alguna ensalada fresca y unos frijoles de la olla o si el ama de casa se porta complaciente, refritos. En la época de lluvias también puede acompañarse de ricos hongos asados en el comal (González, 1999).

Dentro de los pescados y mariscos se mencionan los tropiezos de trucha, el rodete de trucha ahumada, trucha con acotziles, trucha con alcachofa y tomate, tostadas de trucha, mojarra en salsa de quelites (H. Ayuntamiento Constitucional Valle de Bravo, 2018).

En las verduras se menciona una variedad de platillos como los tamales nejos, los tamales de acelgas, los esquites de hongo morilla, las tortas de guaje, las tortitas de quelites, calabacitas a la mexicana, buñuelos campiranos, flores de calabaza rellenas con salsa de huitlacoche, creas de flor de calabaza, setas y hongo azul, hongo manita, tacos de falsa barbacoa y flores de calabaza rellenas de hongo, chiles rellenos en hojaldre y chiles hojaldrados (H. Ayuntamiento Constitucional Valle de Bravo, 2018).

*Sopa de hongos:* Solo se prepara durante la temporada de lluvias, ya que los hongos se consiguen solo en esta época, hay gran variedad de formas, tamaños, colores y nombres; como los de montón que son los más comunes para preparar la sopa, o las orejas. Existen otro a los que se les dice patitas y que se preparan al vinagre.





*Calabacitas con carne de puerco:* Es un platillo muy común además de que tiene un sabor exquisito y es de fácil preparación.

*Mole de olla:* El cual se prepara con carne de res, acompañado con trocitos de elote, calabacitas, chilacayote y chayote, condimentado con hoja santa.

*Revoltijo:* Platillo típico de la semana santa, el cual lleva chícharos, romeritos, habas y camarón seco; se puede acompañar con tortas de papa o también camarón. (González, 1999).

Como postres y licores se muestran las recetas de un postre vienés, pan de plátano, pastel de zanahoria, helado de té de monte, higos cristalizados, mermelada de naranja, panqué de nata, pay de limón, helado de hongo añil, granola vallesana, campechana rellena de dulce de aguacate y licor de membrillo (H. Ayuntamiento Constitucional Valle de Bravo, 2018).

*Capirotada:* Se utiliza pan blanco (bolillo) en rebanadas, el cual se fríe en aceite; por separado se prepara miel de piloncillo con canela; una vez listo el pan y la miel, se coloca una cacerola en capas espolvoreada con queso y bañado con miel, se coloca otra capa de pan y se vuelve a bañar con el dulce hasta que quede una especie de pastel enmielado, se deja enfriar y se sirve. Por lo regular se prepara en semana santa.

*Conserva de cáscara de naranja o toronja (es una receta de las abuelitas que se prepara durante la semana santa):* Para su preparación se necesita una buena cantidad de naranja agria (naranja criolla) o en caso de no contar con ella, una buena cantidad de toronjas; para prepararla se empieza por rayar la cáscara de naranja hasta que quede blanca, una vez hecho esto se procede a probar cada naranja a la mitad y se extrae la pulpa a manera que la cáscara quede bien limpia, se pone a secar al sol hasta que se deshidrate completamente (quede bien tostada), una vez que se haya secado completamente se coloca (ara desflemar) en agua durante nueve días, cambiándole el agua diariamente, después de haber pasado el tiempo se pone a cocer en una miel preparada con piloncillo y canela hasta que quede lo suficientemente blanca. Se puede comer sola o con pan de sal, bolillo o telera.





*Humildes*: Este se puede considerar, al igual que la conserva y la capirotada como un postre, ya que es dulce, primero se elaboran buñuelos con harina de trigo, los cuales deben ser preferentemente de sal a efecto de que no sean tan dulces; por separado se prepara una miel de piloncillo con canela, una vez lista, se colocan trocitos de buñuelos y se espera un poco a que se reblandezcan, para servirse se debe esperar a que enfríen un poco, se sirven generalmente acompañados de atole blanco (sin sabor, ni azúcar) y se estila prepararlos desde el mes de octubre en la fiesta del santo patrono, hasta diciembre (González, 1999).

Del mismo modo González (1999), redacta una breve reseña de las principales bebidas de Valle de Bravo.

...Las bebidas más comunes y populares desde hace varias décadas, han sido el pulque natural, la *sambumbia*, zende y los licores de frutas de la región como el membrillo, la zarzamora, la guayaba, el anís y el amargo para la bilis o bien para hacer hambre; allá por 1950 eran famosos los que preparaba *Don Lauro* que tenía su local en la calle principal, ahora Benito Juárez, frente a la fábrica de hielo. Actualmente ya no se elaboran estos licores en Valle de Bravo con fines comerciales, la gente que los prepara los utiliza para su propio consumo... (González, 1999).

La *sambumbia* es una bebida refrescante que se puede preparar con arroz o cebada molidos, a los cuales se les agrega canela, clavo, pimienta, una hoja de maíz tostada y molida, líquido esencial para la preparación es el pulque y se endulza con piloncillo, una vez preparada se deja fermentar durante un día, después del cual está listo para servirse; se almacena en ollas de barro para conservar su frescura.

...También podemos encontrar las aguas frescas de diferentes sabores contenidos en grandes ollas; los ates y las nieves de frutas del lugar son también muy elogiadas... (González, 1999).

Se identifica también una sección de platillos de origen internacional que implementan el uso de ingredientes de la región como la lasagna de hongos y cuatro quesos, lasagna de huitlacoche, spaghetti con huitlacoche, fettuccini en salsa de flor de calabaza con camarones, risotto





de hongos silvestres y risotto de huitlacoche (H. Ayuntamiento Constitucional Valle de Bravo, 2018).

Para las guarniciones y salsas se menciona el arroz verde con flor de calabaza, frijoles refritos con chile manzano, chiles manzanos en vinagre, salsa de aderezo de cacahuete y guajillo (H. Ayuntamiento Constitucional Valle de Bravo, 2018).

Y finalmente se identifica la sección de restaurantes, en donde diferentes establecimientos aportan algunos de sus platillos tradicionales como la crema vallesana de alcachofa limón, el caldo de camarón con esquites, una tartara de cecina vallesana, trucha rellena de jamón serrano, panaché de verduras orgánicas, revuelto de hongos silvestres, rollos de trucha blanca con vegetales orgánicos, alcachofa de cuatro quesos al horno de leña, pulpo asado a la parrilla, hamburguesa de portobello, el molcajete Avándaro, aguachile de trucha, taco lacero de barbacoa, tacos de charal, pulpo a las brasas con pipián rojo, hamburguesa con salsa de chapulines, gorditas de chicharrón prensado, molotitos de plátano macho, tostaditas de atún fresco, trucha cuchi cuchi, manitas de cerdo y pambazos rellenos de salpicón (H. Ayuntamiento Constitucional Valle de Bravo, 2018).

En “Cocina Vallesana de Tradición” (2018), los platillos que se presentan no son del todo originarios de la región, y a pesar de que algunos distan de ser platillos nacionales, se identifica una aportación importante en relación con algunos platillos e ingredientes de Valle de Bravo.

## 4.2 MANEJO GASTRONÓMICO: ELEMENTOS GASTRONÓMICOS E INFLUENCIAS CULINARIAS DE VALLE DE BRAVO

### 4.2.1 Memoria Gastronómica

Como resultado de la intervención de esta investigación y el trabajo de campo realizado se muestra la segunda fase del proceso de la puesta en valor de la gastronomía, es decir, el **Manejo Gastronómico**, en el cual a través de la recuperación de la información se realizó una planificación, recuperación e interpretación de la gastronomía local de Valle de Bravo. Dichas colecciones consisten en la clasificación de los elementos que conforman una memoria gastronómica y a partir de ella se logra visibilizar sus tradiciones y costumbres, festividades,



saberes y espacios gastronómicos enfocados a la cocina local y, finalmente los platillos representativos, en los cuales se distinguen ingredientes, algunos utensilios implícitos dentro de sus procedimientos y técnicas culinarias aplicadas en la cocina local.

#### 4.2.1.1 Espacios Gastronómicos

Dentro de los principales espacios gastronómicos identificados, se muestran los más representativos de la gastronomía local.

##### **Mercado Municipal de Valle de Bravo “Miguel Hidalgo y Costilla”**

El mercado está ubicado en una de las calles más céntricas de la cabecera municipal; calle Miguel Hidalgo 206 colonia La Capilla, se encuentra abierto todos los días del año de las 06:00 hrs a 18:00 hrs; en días festivos el horario puede variar un poco. Dentro de los locales del mercado, se encuentra puestos de ropa, de flores, calzado, sombreros, entre otras cosas.

Y en cuanto a gastronomía se refiere, se encuentran algunos establecimientos de utensilios de cocina, de frutas y verduras, de proteínas como pollo, cerdo, res, pescados, codornices, cecina, chorizo, chicharrón y algunas cremerías.

Existe un área de comida, con variedad de establecimientos en los cuales se encuentran desayunos y comidas como pollo en mole rojo y mole verde, carne de puerco en salsa verde, chiles rellenos en caldillo de jitomate, puerco y pollo en adobo, caldo de pollo blanco y rojo, menudo, pollo en salsa roja, rajas con crema, papas con chorizo, arroz rojo, frijoles de la olla, y algunos antojitos como quesadillas de variedad de guisados, así como carnitas de puerco, variedad tacos, entre otros.

También hay una gran variedad de marchantas, quienes se dedican principalmente a la venta de ingredientes típicos de la región, los cuales siempre dependen de la temporalidad. Se pueden encontrar productos como zarzamoras, frambuesas, quelites, chiles como manzano y habanero, duraznos, guayabas, aguacates, fresas, cerezas, uvas, nopales, elotes, mangos, mamey, papa roja, capulines, te de monte, te limón, habas, epazote, albahaca, yerbabuena, y los más demandados en la temporada de lluvias; los hongos silvestres como los azules, amarillos,





patitas, moritas, orejas, panes, quishimos, clavos, cazuelas, golondrinos, pollas, calabacitas, gachupines, tejamanileros, panzas, mantecadas, orejas de ratón, agrios, entre otras variedades. Además de productos como queso fresco, requesón, nata, tamales nejos con mole rojo o verde, tamales de elote, capultamales, gorditas de queso fresco, chiles en vinagre, patitas en vinagre, ensalada de nopales, ensalada de habas.

## **El callejón del hambre**

Se encuentra ubicado aledaño a las principales calles del centro; calle el arco 100, y abre de lunes a domingo en un horario de 10:00 a 23:00 hrs aproximadamente, el horario varía dependiendo la demanda de fin de semana. En estas calles se encuentra una gran variedad de tacos entre los que se destacan: tacos campechanos, de bistec, de suadero, de tripa, de longaniza, de chistorra, de alambre, de arrachera, de costilla, de chuleta, de pastor, volcanes (tostada con proteína a elegir y queso), taconetes (tacos de tortilla de harina con proteína a elegir y queso), y variedad de salsas como verde, roja, de guacamole, pico de gallo tradicional, pico de gallo de piña con habanero, chiles en vinagre, pepinos, rábanos y limones.

Otro de los productos que se ofertan en el callejón y que, según los habitantes y turistas de la región, se considera uno de los antojitos más representativos de Valle de Bravo, son los elotes y esquites. Existe gran variedad de puestos donde encuentras elotes hervidos y asados que pueden ser preparados con mayonesa, queso rallado, chile en polvo o únicamente con limón y chile en polvo. Y dentro de la variedad de esquites se encuentran de mantequilla, de habanero y de camarón; se dice que, si visitas Valle de Bravo y no pruebas los esquites de camarón, es como si no hubieras venido. Estos se preparan en un vaso con la pared cubierta de mayonesa y queso, posteriormente se le agrega el esquite elegido (que puede ser uno, dos o los 3 sabores juntos), y finalmente se le coloca más mayonesa, queso rallado, chile en polvo y medio limón exprimido. Y también se encuentran vendedores locales ubicados al final del callejón del hambre; junto a los tacos, en donde con un banquito y una canasta, se encuentran las deliciosas campechanas, considerado el postre más representativo de Valle de Bravo.

Es un pan tipo hojaldre en forma rectangular y bañado con un caramelo dorado y con un sabor ahumado. La receta es variada, dependiendo de cada persona que lo elabora, y aunque las cocineras son celosas con esta receta y saber culinario, los ingredientes principales son harina





de trigo, azúcar, agua, manteca de cerdo o vegetal y sal, las cuales son elaboradas en horno de leña. La mayoría de sus productores son panaderos de San Gaspar, sin embargo, el principal punto de venta es el centro de Valle de Bravo, en este callejón del hambre, el mercado de artesanías y en el embarcadero municipal.

Regularmente se venden en bolsas de plástico con 5 o 6 campechanas a un precio de 20 a 30 pesos, dependiendo el día de la semana, consecuencia de la demanda turística. Y aunque para algunos es un pan, para algunos otros un postre, es uno de los platillos típicos y representativos del municipio que todo turista que visita Valle de Bravo lo compra y toda persona Vallesana que tiene algún evento importante o quiere hacer un obsequio típico o simplemente para el antojo del día, no deja de consumirlo.

## Los portales

Se encuentran ubicados a un costado del Jardín Central de Valle de Bravo, sobre la calle Joaquín Arcadio Pagaza, mejor conocida como los portales, por la forma de construcción que tienen los pilares y arcos de la calle. Aquí se pueden encontrar establecimientos de comida semi establecidos sobre la banqueta, afuera de los negocios que están sobre dicha calle. Durante el día, se encuentran diferentes establecimientos de comida, dependiendo de los horarios.

En la mañana se encuentran los famosos tacos de cabeza de res y cerdo, dichos tacos tienen su popularidad debido a la calidad y sabor de los mismos. Característicos por la porción al ser servidos con una gran cantidad de carne, sobre tortillas hechas a manos y acompañados de salsa verde, roja o de manzano, chiles encurtidos en vinagre y cebolla fileteada con chile manzano. Y para terminar, una deliciosa pata de puerco, para “rematar” los tacos, como suelen decir los satisfechos comensales de este platillo.

Durante la tarde noche, aproximadamente de 17:00 a 21:00 hrs (o más tarde en el caso de los fines de semana), tenemos a los antojitos mexicanos, donde se puede consumir quesadillas de diferentes guisados, enchiladas verdes y rojas, tacos dorados, tostadas de distintos guisados y el platillo preferido de los comensales, los típicos pambazos Vallesanos, que a diferencia de los pambazos tradicionales (que es una telera dorada en salsa de guajillo y rellena de guisados), estos pambazos vallesanos están elaborados con un pan blanco específico para este pamba-





zo, el cual es ovalado, sin ninguna línea y mucho más pequeño, alrededor de 10 centímetros aproximadamente. Cabe mencionar que las panaderías de la región se dedican a elaborar este pan y fácilmente puede encontrarse con estas características, pidiéndolo como pan para pambazo, el cual viene “casi” cocido, para que pueda terminar su cocción durante la preparación.

Para su elaboración, el pan se fríe en aceite sobre un comal, sin ningún tipo de salsa o chile guajillo. Posteriormente se le untan frijoles refritos y se le agrega el guisado a elección (picadillo, mole verde, papas con chorizo, pollo, tinga o de pata), y finalmente la crema ácida, queso rallado, lechuga (algunas personas le agregan col en lugar de lechuga) y salsa al gusto; principalmente verde.

Y durante los fines de semana, a partir de las 18:00 hrs aproximadamente y hasta las 2 o 3 de la mañana, podemos encontrar tacos de guisado como suadero, bistec, campechanos y longaniza, acompañados con salsa verde o roja, chiles en vinagre y cebolla fileteada con chile manzano. También durante los mismos horarios se encuentran “carritos” de hot dogs y hamburguesas. Dichos establecimientos, tienen la finalidad de satisfacer la vida nocturna de los fines de semana en Valle de Bravo y ofrecer a los turistas algo que puedan comer después de una animada fiesta.

### **Tianguis de Valle de Bravo**

Se realiza todos los domingos, a partir de las 07:00 a 15:00 hrs aproximadamente. Se ubica a partir de la calle cerrada de las Ortigas junto al mercado municipal, continúa por la calle panorámica y termina en la calle Ortega número 19 aproximadamente.

Se pueden encontrar variedad de puestos desde calzado, ropa, material de ferretería, juguetes, material de papelería, etc. Respecto al tema de gastronómico, se encuentran puestos de frutas y verduras de forma general, así como las marchantas que tienen productos similares a los que se encuentran dentro del mercado, como zarzamoras, frambuesas, quelites, chiles como manzano y habanero, duraznos, guayabas, aguacates, fresas, cerezas, uvas, nopales, elotes, mangos, mamey, papa roja, capulines, te de monte, te limón, habas, epazote, albahaca, yerbabuena, y los más demandados en la temporada de lluvias; los hongos silvestres como los azules, amarillos, patitas, moritas, orejas, panes, quishimos, clavos, cazuelas, golondrinos,





pollas, calabacitas, gachupines, tejamanileros, panzas, mantecadas, orejas de ratón, agrios, entre otras variedades.. Además de productos como queso fresco, requesón, nata, tamales nejos con mole rojo o verde, tamales de elote, capultamales, gorditas de queso fresco, chiles en vinagre, patitas en vinagre, ensalada de nopales, ensalada de habas.

También se encuentran puestos de proteínas como res, cerdo, pollo, pescados, chicharrón, quesadillas de sesos y la típica cecina vallesana. Así como gran variedad de establecimientos de comida preparada: puestos de tacos de bistec, campechanos, suadero, longaniza y chuleta; tacos de carnitas; barbacoa; quesadillas de guisados; tacos de cecina; tamales nejos con mole rojo y arroz; y atoles con tamales, principalmente. Al mismo tiempo podemos encontrar puestos de pan de la región, y algunos otros como las tortillas hechas a mano, es importante mencionar que los domingos en Valle de Bravo, en los puestos de tortillas hechas a mano, así como en los establecimientos de tortillerías, las tortillas que se venden son las azules, esto derivado de la producción de maíz azul que se dan en la región.

### **Tianguis de Avándaro**

Este tianguis es muy similar a las características del tianguis de Valle de Bravo, con algunas diferencias muy específicas. Se realiza todos los lunes, a partir de las 07:00 a 15:00 hrs aproximadamente. Se ubicado en todo alrededor del parque municipal de Avándaro, en la calle rosales.

Se pueden encontrar variedad de puestos desde calzado, ropa, juguetes, material de papelería, dulces, etc. Respecto al tema de gastronómico, se encuentran puestos de frutas y verduras de forma general, así como las marchantas que tienen productos similares a los que se encuentran dentro del mercado municipal y tianguis de Valle de Bravo, como zarzamoras, frambuesas, quelites, chiles como manzano y habanero, duraznos, guayabas, aguacates, fresas, cerezas, uvas, nopales, elotes, mangos, mamey, papa roja, capulines, te de monte, te limón, habas, epazote, albahaca, yerbabuena, y los más demandados en la temporada de lluvias; los hongos silvestres como los azules, amarillos, patitas, moritas, orejas, panes, quishimos, clavos, cazuelas, golondrinos, pollas, calabacitas, gachupines, tejamanileros, panzas, mantecadas, orejas de ratón, agrios, entre otras variedades. Además de productos como queso fresco, requesón, nata, tamales nejos con mole rojo o verde, tamales de elote, capultamales,





gorditas de queso fresco, chiles en vinagre, patitas en vinagre, ensalada de nopales, ensalada de habas.

También se encuentran puestos de proteínas como res, cerdo, pollo, pescados, chicharrón, quesadillas de sesos y la típica cecina vallesana. Así como gran variedad de establecimientos de comida preparada: puestos de tacos de bistec, campechanos, suadero, longaniza y chuleta; tacos de carnitas; barbacoa; quesadillas de guisados; tacos de cecina, principalmente. Al mismo tiempo podemos encontrar puestos de pan de la región, y algunos otros como las tortillas hechas a mano.

### **Tacos y flautas “El Sammy”**

Este establecimiento se encuentra ubicado en la carretera del arco rumbo a San Gaspar. Ofrece un servicio de lunes a domingo de las 10:00 a las 16:00 horas aproximadamente, dependiendo de la demanda del establecimiento. Se pueden encontrar variedad de tacos y flautas, los tacos pueden ser de bistec, costillas, campechanos, de chuleta ahumada, de adobada y de chorizo principalmente, los cuales son servidos con papas a la francesa y cebollas asadas.

En cuanto a las flautas, son el platillo más popular del establecimiento, ya que tienen la peculiaridad; además de su delicioso sabor, son de gran tamaño, son dos tortillas unidades, dando una medida aproximada de 25cm de largo y 6cm de grosor, rellenas de frijoles y pollo deshebrado, y servidas con crema y queso. Dentro de la variedad de salsas podemos encontrar verde, roja, de aguacate, pico de gallo tradicional, pico de gallo de manzano con piña, limones, cebollas asadas y rábanos.

### **Carnitas “El bolillo”**

Este establecimiento se encuentra ubicado en la calle principal del arco, y básicamente lo que se puede encontrar son carnitas de cerdo, las cuales pueden comprarse por kilo, por taco o por plato bastante bien servidos. La característica principal de este establecimiento y su popularidad, se debe a la calidad del servicio y la atención al cliente, y no por ser un servicio de un restaurante de alta cocina, sino por la calidez que te ofrece el dueño del establecimiento, ya que, en cuanto llegas, antes de tomarte la orden, te invita un taco de cortesía, para poder





probar la calidad de las carnitas. Y mientras atiende, hace bromas y relaja con el cliente con la finalidad de generar un ambiente de confianza y una atención más cálida. Y dentro de las paredes del establecimiento tiene escritos piropos y dichos del lenguaje popular mexicano, así como un reto: “Aquel que logre comerse 12 tacos y una coca cola de 3 litros, la cuenta es gratis”. Lo cual resulta imposible por la cantidad de carne que colocan en cada taco, además de que son servidos con tortillas hechas a mano, con su respectiva “copia”; es decir, doble tortilla.

Los tacos o platos de carnitas, se pueden acompañar con salsa roja, verde, de guajillo, chiles en vinagre, limón y col y cebollas curtidas. Así como jugos o refrescos en envase de vidrio.

### **La birria de “Don Erasmo”**

Es un pequeño restaurante, que se encuentra ubicado en la carretera principal del arco, abierto de lunes a domingo, de 09:00 a 16:00 aproximadamente, dependiendo de la demanda y el día de la semana. Su platillo principal es la birria de borrego, la cual puede ser comprada por kilo (carne a elección y consomé por separado), por plato (un plato de consomé con carne y demanda libre de tortillas hechas a manos), y por taco (taco de carne de borrego a elegir, acompañado de un pequeño plato de consomé); acompañados de cebolla, cilantro y salsa de la misma birria.

Además, se puede encontrar variedad de quesadillas de guisados, como pueden ser quesadillas de birria, de queso, de pollo, de hongos, chicharrón, papas, entre otras. Respecto a las bebidas se encuentra variedad de jugos y refrescos, jugo natural de naranja, café de olla, cerveza y algunos postres para llevar.

#### **4.2.1.2 Principales festividades vinculadas a la gastronomía**

La cultura de una población resulta ser el conjunto de sus conocimientos, ideas, tradiciones y costumbres que en suma logran caracterizarlos y otorgar una identidad que los identifica de una población a otra, con ideologías y creencias propias. Y dentro de los aspectos principales que se consideran para constituir una cultura, uno de los factores determinantes dentro de la sociedad mexicana, es la religión.





Y en México, aunque la diversidad religiosa es muy variada, según datos estadísticos del INEGI en 2020, más del 70% de la población se denomina católica, y en ese sentido, la mayor parte de una comunidad comparte usos y costumbres similares y, dentro de un ámbito social y cultural, se generalizan las creencias e ideologías de una población.

Por lo tanto, Valle de Bravo no es la excepción en esta estadística y la mayoría de sus festividades giran en torno a la religión católica, en consecuencia, resulta de suma importancia describirlas, debido al tipo de gastronomía y platillos representativos que se manejan en cada una de ellas.

### **Día de la candelaria**

Esta celebración gira en torno a la festividad de la virgen de la candelaria, y se realiza el día 02 de febrero. En donde se cometen rituales de la religión católica en torno a la presentación del cuerpo de Jesucristo. Existen padrinos del “niño Dios”, los cuales se cambian cada tres años, y se organiza una peregrinación hacia la iglesia y al término de la misa se obsequia a la comunidad algunos alimentos.

Y respecto a estos alimentos y al tema de la gastronomía, resulta de suma importancia dentro de la religión católica, y no solo dentro de la región de Valle de Bravo, sino dentro de toda la gastronomía tradicional mexicana, derivado de la peculiaridad de su celebración culinaria.

Esto se remonta al 06 de enero de cada año, en donde las familias católicas parten una “rosca de reyes”, que es un pan en forma circular, decorado con frutas y relleno de muñecos, lo cual tiene un importante significado simbólico dentro de la religión católica. Estos pequeños muñecos que viene dentro de la rosca, simbolizan al niño Dios, y se cree que a quien “le toque muñeco” está siendo bendecido y en agradecimiento, el día dos de febrero, en la celebración de la candelaria, prepara los tamales y atole, para compartir con las personas que participaron en la rosca de reyes.

En Valle de Bravo, los tamales principales son los nejos; que consiste en un tamal cocido con ceniza (regularmente de encino) y se rellenan con alguna verdura o legumbre como ejotes, chícharo, calabaza y frijoles principalmente, envueltos en hoja de plátano o de maíz y suelen





acompañarse con mole rojo de guajolote. También se consumen tamales de pollo con salsa verde o roja, de rajas con queso, de dulce y, acompañados con el tradicional atole de alpiste de la región.

## **Semana Santa**

Dentro de la religión católica, se lleva a cabo la celebración de “Semana Santa” o Pascua Católica, que conmemora la pasión de cristo, representando la última semana de vida de Jesucristo. Esta celebración se realiza en todo el mundo donde se profesa la religión católica e incluso algunas otras religiones y varía en función del inicio de la primavera y el calendario lunar, ya que se celebra el primer domingo de luna llena después del equinoccio de primavera, así que suele “moverse” entre los meses de marzo y abril principalmente. Y dentro de los rituales que conlleva esta celebración, es importante mencionar dos momentos específicos que conllevan con una tradición culinaria.

El primero es el “miércoles de ceniza”, que se realiza 40 días antes del domingo de resurrección, aproximadamente 6 semanas y media antes de la pascua (sin contar los domingos), simbolizando los 40 días de que Jesús estuvo en el desierto en ayuno y oración. Y cada año, la fecha que corresponde al miércoles de ceniza, los creyentes asisten a la iglesia a recibir una cruz de ceniza (obtenida de las palmas de domingo de ramos), que es colocada por un sacerdote en la frente, haciendo una forma de cruz que simboliza la mortalidad y los pecados de cada persona. Y dentro de las cosmovisiones religiosas, esto significa un periodo de reflexión, en donde a un nivel de introspección, cada individuo analiza y redefine su actuar ético y social, convirtiéndolo en una oportunidad para un nuevo comienzo. Y este compromiso es concretado con un ayuno de evitar malas acciones, malas decisiones, malos hábitos, y gastronómicamente, evitan el consumo de carnes rojas y alimentos o bebidas que resulten adictivos para cada persona.

El segundo momento, es el viernes santo, en el cual se representa la pasión de cristo durante su crucifixión, que se continúa hasta la vigilia pascual; que es el sábado en la noche. Y al igual que el miércoles de ceniza, se realiza un ayuno y abstinencia en este periodo. Dentro de la religión católica, el ayuno tiene ciertos aspectos a considerar, consisten en únicamente hacer una comida completa, según lo que acostumbre a comer cada individuo y otras dos comidas





pequeñas (es decir, más ligeras). Es importante aclarar que dicho ayuno, únicamente está “obligado” para personas de entre 18 y 59 años, con excepción de individuos con cualquier tipo de enfermedad o mujeres embarazadas, y en algunos lugares, el ayuno puede hacerse de forma voluntaria desde los 14 años.

Y dentro de los alimentos que se pueden consumir, realmente varían de un lugar a otro, con la similitud de evitar consumo de carnes rojas y alimentos o bebidas que resulten adictivos para cada persona, y en algunas localidades se evita el consumo de cualquier carne blanca (pescado o pollo). En Valle de Bravo se ha vuelto muy tradicional el consumo del revoltijo, pescados y mariscos, derivado de las características del ayuno en estas fechas específicas y de forma general durante el periodo de cuaresma.

Dentro de los platillos más representativos se encuentran el revoltijo. El cual es un mole rojo más denso de lo habitual y revuelto (de ahí la peculiaridad de su nombre) con chícharos, habas frescas, quelites (quintoniles, cenizos o suales), nopales picados, y camarón seco. Se suele comer en torta o acompañado con arroz. De hecho, regularmente todos los viernes que dura la cuaresma se cierran las taquerías en su mayoría y hay venta de tortas de revoltijo.

Y en algunas regiones aledañas como Amanalco principalmente y dentro de la misma localidad de Valle de Bravo, está muy marcado el consumo de la trucha en diferentes preparaciones, como pueden ser; empapelada, fileteada, empanizada, rellena, enchilada, a la diablo, al mojo de ajo, frita y muchas variaciones más, así como el consumo de otros pescados y mariscos de forma general.

Y en el marco de las celebraciones de semana santa, también está representada la venta de conserva de cascara de naranja, así como los dátiles e higos frescos. Y en algunos hogares se elabora la tradicional capirotada, pero sin pasas, frutos secos o coco rallado.

### **Feria de Santa María**

Se instaura en el barrio de Santa María Ahuacatlán, tiene lugar el día 3 de mayo y se realiza una feria en torno a la celebración de la Santa Cruz que, dentro de la religión católica, simboliza la adoración a la cruz en la cual Jesús fue crucificado. Dentro de la iglesia se realiza una





novena previa a la fecha de celebración, así como una variedad de misas y otros mitos religiosos, también se llevan a cabo danzas tradicionales, con un simbolismo vinculado a la petición de la llegada de época de lluvias, en beneficio de la fertilidad agrícola en general.

Se acostumbra a cerrar las calles principales que rodean la Iglesia del Cristo Negro, y se da lugar a los espacios de la feria, que consisten en puestos de ropa, juegos de feria, artesanías, utensilios de cocina; principalmente cucharas y palas de madera, ollas y cazuelas de barro, molcajetes y metates. Y en el tema de la gastronomía, la comida que hace presencia es la venta de mole rojo, de guajolote y tamales nejos. Y las verbenas populares en el marco de la feria consiste en la venta de antojitos mexicanos como; tacos de bistec, cecina, adobada, campechano; enchiladas verdad y rojas; quesadillas de diversos guisados; huaraches (tradicionales de la ciudad de Toluca, que son tostadas de maíz azul martajado, con frijoles, nopales a la mexicana, queso rallado y salsa de guajillo); dulces tradicionales de feria; venta de mamey (por ser fruta de temporada); y bebidas como pulque y sambumbia.

En el área de los juegos mecánicos que se encuentran activos durante la noche, se encuentra gran variedad de puestos de gusto popular, como son brochetas de cerdo y alitas bañadas en salsa barbecue, de mango, y habanero, papas fritas, brochetas de salchichas, hamburguesas, variedad de tacos y algunos postres como crepas, hot cakes, plátanos fritos y camotes hervidos. Y dentro de los antojitos tradicionales se encuentra la venta de elotes hervidos, asados y los tradicionales esquites de camarón, mantequilla y habanero. Respecto a las bebidas, se encuentra variedad de micheladas, cocteles preparados y el tradicional pulque y sende.

Posterior a esta feria, el 15 de agosto, se lleva a cabo otra celebración religiosa en el barrio de Santa María Ahuacatlán en la iglesia del cristo negro, en honor a la Asunción de María, la cual es una celebración similar a la del 3 de mayo en un aspecto cultura y gastronómico, pero a una menor escala.

## **Feria del hongo**

Esta festividad se realiza entre los meses de agosto y septiembre, y dependen del inicio de la época de lluvias. Este evento, a diferencia de las demás festividades, no se realiza en torno a alguna celebración religiosa, sino que depende de la temporalidad de los hongos silvestres.





Se lleva a cabo principalmente en las comunidades aledañas a Valle de Bravo, como es el municipio de Donato Guerra y Amanalco de Becerra, sin embargo, también se han realizado algunas ediciones en Valle de Bravo, pero con menor impacto y seguimiento.

Regularmente se realizan rutas para la recolección de hongos silvestres en los campos donde se pueden encontrar, con guías expertos en el tema para la identificación de hongos comestibles que no ocasionen algún daño a la salud. También hay gran variedad de puestos de pequeños productores y artesanos que ponen a la venta artesanías y ropa típica de la región, utensilios de cocina tradicionales, así como ingredientes típicos o endémicos.

Dentro del tema gastronómico se encuentran a la venta algunos antojitos mexicanos típicos de la región como tacos, quesadillas, elotes y esquites. Y algunas cocineras tienen puestos de platillos tradicionales con hongos silvestres (azules, amarillos, patitas, moritas, orejas, panes, quishimos, clavos, cazuelas, golondrinos, pollas, calabacitas, gachupines, tejamanileros, panzas, mantecadas, orejas de ratón, agrios, entre otras variedades), como ingrediente principal.

Algunos de los principales platillos que se preparan son: variedad de quesadillas de hongos, hongos en mole rojo, ceviche de hongos, panza de hongos, hongos salteados, hongos asados, hongos en escabeche, hongos con carne de puerco en salsa verde, esquites con hongos, hongos capeados, caldo de hongos, sopa de hongos, e inclusive crepas rellenas de hongos.

También resulta relevante mencionar, que en algunas ferias del hongo, se han llevado a cabo participaciones académicas, con la participación de la Licenciatura en Gastronomía, Licenciatura en Turismo e Ingeniería Forestal del Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo, con la realización de ponencias por académicos expertos en el tema, así como rutas gastronómicas y talleres de cocina, con la finalidad de dar a los pobladores de estas comunidades y a los pequeños productores, herramientas para ampliar el campo de aplicación y uso de los hongos silvestres de las distintas regiones en donde se pueden recolectar y proyectar su uso más allá de únicamente un consumo local.





## Feria de San Francisco de Asís

Es la fiesta patronal de municipio y se lleva a cabo el 04 de octubre, en la parroquia principal de Valle de Bravo, con motivo de celebrar a San Francisco de Asís, patrón de los animales y el medio ambiente.

En las vísperas de esta festividad, durante la novena de la celebración, del 25 de septiembre al 04 de octubre, las calles de Valle de Bravo se adornan con la fe de los creyentes a través de la colocación de faroles de papel de colores, que son colgados fuera de las casas para alumbrar la festividad religiosa y San Francisco de Asís “toque” las puertas de las casas iluminadas.

Esta feria, además del significado religioso, también tiene una manifestación cultural importante. Inicia con una peregrinación, en donde se lleva en un recorrido a San Francisco de Asís como patrón principal de esta celebración, adornado con flores de pericón y faroles de colores, acompañado de los fieles creyentes vestidos de mojigangas, en donde los jóvenes, niños y adultos se disfrazan y realizan la interpretación de su preferencia, para dar color y alegría a esta celebración mientras van bailando, jugando y algunas ocasiones haciendo bromas a los espectadores.

También dentro de recorrido asisten los agricultores con tractores y las semillas, caballos y yuntas decoradas las cuales al final son ganadoras de un premio a la decoración de la mejor yunta. El recorrido termina con la celebración de una misa y la bendición de las semillas que los creyentes y agricultores presentan en la iglesia, para tener una buena cosecha el próximo año. Así como la bendición y venta de mulas elaboradas de palma, en honor al Santo Patrono.

En el tema gastronómico, y en el marco de la verbena popular se encuentra la venta de mole rojo de guajolote con tamales nejos característico de la gastronomía vallesana, así como variedad de antojitos mexicanos como enchiladas, pambazos, tostadas de diferentes guisos, tacos dorados y variedad de tacos. Así como los tradicionales elotes hervidos y asados y los esquites de camarón, mantequilla y habanero. También algunos puestos de dulces tradicionales y pan de feria, pan de pulque y las tradicionales campechanas.





## **Festival de las almas y celebración de día de muertos**

Es un festival internacional que gira en torno a la celebración de “día de muertos” de la religión católica, que tiene como esencia el arte y la cultura. Se inició realizando en el año 2002, por lo cual en este año 2022, se llevó a cabo su XX edición. Se realiza a finales de octubre e inicios de noviembre. En su última edición se llevó a cabo del 28 de octubre al 05 de noviembre.

Se trata de un festival multidisciplinario, en el cual pueden encontrarse música e intérpretes de talla local e internacional, obras de teatro, danza, literatura, representaciones de cine, exposiciones de artes plásticas, artesanías locales principalmente, y sobre todo representaciones culturales en torno a la celebración de día de muertos.

Las calles principales de Valle de Bravo, se adornan con el amarillo del cempasúchil y el rojo del terciopelo, así como de catrinas en las calles y jardines principales de todos los tamaños posibles, llegando a tener alturas mayores a los 20 metros. Se realiza también un recorrido o desfile de catrinas, dentro de cual se lleva a cabo un concurso, que puede variar de un año a otro. En su edición XX, se llevó a cabo en concurso en tres categorías: performance, comparsa y carro alegórico. Siendo este último el de mayor interés, ya que se hacen representaciones de catrinas y alebrijes gigantes que desfilan a través de los carros alegóricos. Al finalizar el recorrido, se otorga la premiación a los mejores de cada categoría, llegando a otorgar premios de hasta 30 mil pesos.

También se ha vuelto tradicional realizar un concurso de ofrendas, en las que empresas y escuelas de los diferentes niveles educativos, participan haciendo grandes ofrendas con todos los elementos característicos de esta cultura mexicana en dicha representación, y al mismo tiempo se fomenta en los niños y jóvenes el interés por preservar estas tradiciones.

Y en lo que a gastronomía corresponde, se identificaron algunas características culinarias, principalmente en las ofrendas que se realizan en cada uno de los hogares, donde el platillo principal es el mole rojo con tamales nejos, frutas de temporada como mandarina, guayaba, caña de azúcar, pan de muerto, donde la mayor parte de su elaboración es en las comunidades cercanas, y el más tradicional es el pan de torta en forma de muñecos, trenzado o con forma de animales, sin embargo, dentro de la localidad es más común el consumo del pan de





mantequilla con naranja en forma de cráneo, las empanadas con piloncillo o azúcar, y el tradicional pan de pulque de la región.

También se identifican algunos dulces representativos como la conserva de cáscaras de naranja agria, chilacayote, y camote enmielado, calabaza en dulce o también conocida como calabaza en tacha; realizada con piloncillo y canela.

## **Feria de la Capilla**

Esta es una feria que se realiza el 12 de diciembre, con motivo de la celebración de la virgen de Guadalupe de acuerdo con la tradición de la religión católica. Y se realiza en la iglesia de la Capilla, por ello el nombre que se le da a la feria.

En la calle principal de la capilla se establecen los juegos mecánicos, y en su mayoría puestos de comida y bebidas. Lo más tradicional es encontrar a la venta nuevamente, los tradicionales tamales nejos o de ceniza con mole rojo, antojitos mexicanos como enchiladas verdes y rojas, tacos dorados o flautas, tostadas de guisados, pambazos vallesanos y variedad de tacos; así como elotes hervidos y asados y esquites de camarón, mantequilla y habanero. Otro de los platillos tradicionales que comienzan a vender en esta fecha son los humildes; que son buñuelos de rodilla remojados en miel de piloncillo y canela. La venta de estos humildes se mantiene hasta las fiestas decembrinas.

Tampoco pueden faltar los puestos de dulces tradicionales y cristalizados, así como el pan de torta, tradicional de las ferias con diferentes figuras y trenzados. Respecto a las bebidas, en su mayoría se puede encontrar micheladas y coctelería básica; y se inicia con la venta del tradicional ponche navideño.

## **Las fiestas decembrinas.**

Durante esta temporada, se realizan varias celebraciones y rituales de la religión católica, que giran en torno al nacimiento de Jesús. Las posadas, marcan el inicio de estas fiestas, partiendo el 16 de diciembre y concluyendo el 24 del mismo mes. Simbólicamente, las posadas representan el peregrinar de Jesús y María, en busca de un lugar seguro para el nacimiento de Jesús. Y





en ese sentido metafórico, durante 9 días, se realizan peregrinajes de casa en casa (las cuales han sido elegidos con anterioridad por un mayordomo de la iglesia o una familia que decidió organizarlas), en donde a través de cantos y rezos, se acompañan a los peregrinos (que son imágenes representativas de Jesús y María), pidiendo posada de casa en casa literalmente.

Y esto concluye el 24 de diciembre con el regreso de los peregrinos a la iglesia o a la casa de la familia que organizo la posada, para el nacimiento del niño Jesús en la víspera de la noche buena y recibir la navidad. Y durante los nueve días que duran las posadas, en cada casa que se reciben a los peregrinos, se acostumbra a invitar comida, bebida, dulces y piñatas a los acompañantes.

Dentro de los alimentos más tradicionales de las posadas en Valle de Bravo, tenemos el tradicional ponche navideño (Jamaica, piloncillo, tamarindo, guayaba, canela, tejocote y caña de azúcar) y no pueden faltar los típicos humildes (buñuelos remojados en miel de piloncillo), tostadas de diversos guisados, pambazos vallesanos, atole de alpiste y de más sabores.

Y para los más pequeños, se acostumbra los aguinaldos y piñatas que se rellenan de colaciones como jícama “piñatera”, caña de azúcar, papa roja, mandarinas, cacahuates, guayabas, tejocotes y algunos dulces y chicharrones. Anteriormente en las calles principales de Valle de Bravo, además de las posadas, también se compartía con los vecinos estos alimentos.

Posterior a las posadas, el 25 de diciembre en la iglesia se acostumbra a arrullar a El Niño Dios y cuando nace o son las 12:00am se empieza a dar como agradecimiento buñuelos salados y dulces con ponche navideño.

Otro elemento importante de las fiestas decembrinas, es la cena navideña, que es sinónimo de convivencia con la familia, amigos y seres queridos más cercanos, ya que representa una oportunidad para que la familia; sin importar la distancia, pueden reunirse o acercarse por este motivo de convivencia. Y para un acto de tal relevancia, se requiere que los alimentos que se van a consumir en la cena, sean especiales y únicos, según las costumbres culinarias de cada familia. Entre más elaborada y completa sea la cena, refleja de mejor manera la importancia de la celebración.





En Valle de Bravo, lo que no puede faltar en cada cena navideña, es el tradicional ponche navideño, los humildes, la ensalada de manzana y en algunas familias, la ensalada de betabel (betabel, jícama, ponche navideño, vino tinto, anís y cacahuates), sin embargo, respecto a la comida, no existe un plato fuerte que represente esta tradición, pero si se lograron identificar algunos de mayor consumo, como es el bacalao, la pierna al horno, el pavo relleno, los romeritos y en algunas familias se acostumbra el guajolote en mole rojo con tamales nejos. Es importante mencionar que anteriormente no se acostumbraba el consumo de pavo, sin embargo, es un platillo que recientemente se ha adquirido por algunas familias, consecuencia de las costumbres que han llegado al municipio con el turismo.

Algunas personas consideran el fin de las fiestas decembrinas, con la llegada de la navidad, sin embargo, algunas otras lo contemplan hasta el día de reyes. De acuerdo con esto, la siguiente celebración es la llegada de año nuevo, que más allá de un significado meramente religioso, simboliza la conclusión del año y el inicio de un nuevo año, lleno de posibilidades y oportunidades para compartir con los seres queridos y trazar metas para nuevos proyectos.

Y al igual que la cena navideña, se elabora también una cena como agradecimiento de todo lo logrado en el año y principalmente por los seres queridos con quienes aún se comparte ese momento. La cena en algunas familias, es muy similar a la cena navideña como es el bacalao, la pierna al horno, el pavo relleno, los romeritos, y en algunas otras es una cena más tradicional con mole rojo de guajolote con tamales nejos, pozole rojo, antojitos mexicanos y algunas ocasiones también carne asada. Lo que tampoco puede faltar son el tradicional ponche navideño, los humildes, la ensalada de manzana y en algunas familias, la ensalada de betabel.

Es importante mencionar, que también se identifican algunos alimentos que van perdiendo importancia, uno de ellos es la cabeza de puerco como uno de los principales platillos representativos de Valle de Bravo, sin embargo, no se representa la venta de esta preparación en alguna de estas festividades.

Otro postre que ha perdido su consumo son los dátiles, que se preparaban de forma tradicional como dulce específico y único de la región. También están las semas; que son panes que se elaboran de piloncillo, pero no específicos de alguna festividad, sino como cocina tradicional vallesana



### 4.2.1.3. Establecimientos Turísticos

La identificación de las habitaciones y establecimientos dirigidos al sector turístico en Valle de Bravo es de gran importancia para la investigación, ya que nos permite situar entre los establecimientos dedicados a ofertar alimentos y bebidas, cuales están enfocados a ofertar productos o servicios relacionados con la cocina tradicional.

Establecimientos del sector turístico en Valle de Bravo, 2016.

| Municipio      | Categoría turística | Categoría económica | Posada familiar | TOTAL |
|----------------|---------------------|---------------------|-----------------|-------|
| Valle de Bravo | 51                  | 56                  | 29              | 106   |

ICEGEM (2016) Estadística básica municipal Valle de Bravo.

Habitaciones del sector turístico en Valle de Bravo, 2016

| Municipio      | Categoría turística | Categoría económica | Posada familiar | TOTAL |
|----------------|---------------------|---------------------|-----------------|-------|
| Valle de Bravo | 948                 | 196                 | 345             | 1,489 |

ICEGEM (2016) Estadística básica municipal Valle de Bravo.

Es importante mencionar que los datos presentados son la información más reciente de la Estadística básica municipal de Valle de Bravo, y en espera de complementar con nuevos datos para su actualización.

Con la finalidad de presentar posibilidades de la puesta en valor de la gastronomía en los contextos del sector turístico, a continuación, se muestra una tabla con el padrón de establecimientos de hospedaje en Valle de Bravo, con el objeto de analizar el porcentaje correspondiente a establecimientos de este concepto.



## Padrón de establecimientos de hospedaje Valle de Bravo.

| ESTABLECIMIENTO                     | CATEGORÍA | NO. DE HABITACIONES | CAPACIDAD |
|-------------------------------------|-----------|---------------------|-----------|
| HOTEL AVANDARO & SPA GOLF HOTEL     | 5*        | 74                  | 160       |
| EL SANTUARIO HOTEL                  | 5*        | 64                  | 126       |
| RODAVENTO HOTEL                     | 5*        | 28                  | 112       |
| MISION REFUGIO DEL SALTO HOTEL      | 5*        | 58                  | 120       |
| EL REBOZO HOTEL                     | 5*        | 21                  | 83        |
| PARADOR AVANDARO HOTEL              | 3*        | 37                  | 150       |
| ALMA DE 7 LUNAS HOTEL               | 2*        | 4                   | 8         |
| BEETHOVEN HOTEL                     | SC        | 7                   | 25        |
| BOUTIQUE CASA VALLE HOTEL CATEGORIA | 4*        | 8                   | 32        |
| BRINCO DE LAS RANAS HOTEL           | 3*        | 17                  | 50        |
| BRISAS DEL LAGO HOTEL               | 3*        | 10                  | 38        |
| BUGAMBILIAS HOTEL                   | 2*        | 15                  | 60        |
| CASA NUEVA HOTEL                    | 2*        | 8                   | 22        |
| CASTILLO DEL REY HOTEL              | 2*        | 10                  | 25        |
| CHAIS HOTEL                         | 3*        | 16                  | 48        |
| CIPRES HOTEL                        | 3*        | 28                  | 70        |
| DALINDA BOUTIQUE HOTEL              | 4*        | 16                  | 46        |
| DANZALUNA HOTEL                     | 5*        | 10                  | 26        |
| EL ARCO HOTEL                       | 2*        | 12                  | 40        |
| EL ESTRIBO HOTEL                    | *         | 11                  | 25        |
| EL PUEBLITO HOTEL                   | *         | 6                   | 20        |
| HOTEL DEL CENTRO HOTEL              | *         | 6                   | 18        |
| HOTEL TONANCALLI HOTEL              | *         | 11                  | 30        |
| ISSEMYM HOTEL                       | 3*        | 48                  | 140       |
| IXTLAN HOTEL                        | *         | 15                  | 46        |
| LA ARBOLEDA HOTEL                   | *         | 6                   | 32        |
| LA CAPILLA HOTEL                    | 3*        | 8                   | 20        |
| LA CASA DEL LAGO HOTEL              | *         | -                   | -         |
| LA CASA DEL RIO HOTEL               | *         | -                   | -         |
| LA CUEVA DEL LEON HOTEL             | 3*        | 14                  | 32        |
| LA JOYA DEL VIENTO HOTEL            | *         | 4                   | 16        |
| LAS CABALLERIZAS HOTEL              | 3*        | 16                  | 45        |
| LAS CASCADAS HOTEL                  | *         | 16                  | 45        |
| LAS LUCIERNAGAS HOTEL               | *         | 4                   | 12        |
| LAS ORQUIDEAS HOTEL                 | *         | 5                   | 10        |
| LAS ORQUIDEAS DE LA PEÑA HOTEL      | *         | 9                   | 18        |
| LAS PIÑAS HOTEL                     | *         | 8                   | 20        |
| LOS ARCOS HOTEL                     | 3*        | 28                  | 60        |





|                                 |    |    |     |
|---------------------------------|----|----|-----|
| LOTO AZUL HOTEL                 | 5* | 39 | 120 |
| MESON DE LEYENDAS HOTEL         | *  | 11 | 38  |
| MORADA DE PAZ HOTEL             | 3* | 11 | 45  |
| PUESTA DEL SOL HOTEL            | *  | 9  | 30  |
| PUNTA DIAMANTE HOTEL            | *  | 9  | 30  |
| RANCHO LAS MARGARITAS HOTEL     | 3* | 40 | 80  |
| SAN JOSE HOTEL                  | *  | 7  | 22  |
| SUITES EN LA MONTAÑA HOTEL      | *  | 12 | 35  |
| TIERRAS BLANCAS HOTEL           | *  | 12 | 30  |
| VALLE DE BRAVO HOTEL            | *  | 19 | 42  |
| VALLE DORADO HOTEL              | 3* | 11 | 45  |
| VILLAS PARAISO HOTEL            | *  | 12 | 40  |
| ALPINAS (LOPEZ FUENTES) CABAÑA. | *  | 4  | 20  |
| ANSEI CABAÑA                    | *  | 6  | 20  |
| BELLA VISTA CABAÑA              | *  | 4  | 15  |
| BUNGALOS AVANDARO COURTS CABAÑA | *  | 5  | 20  |
| CABAÑAS DEL CANADA CABAÑA       | *  | 1  | 6   |
| CASA DE CAMPO DE AGUSTIN CABAÑA | *  | 7  | 22  |
| EL ESTRIBO CABAÑA               | *  | 17 | 50  |
| EL SOL CABAÑA                   | *  | 33 | 80  |
| JAW CABAÑA CAR.                 | *  | 5  | 20  |
| LA CABAÑA CABAÑA                | *  | 5  | 20  |
| LA ESCONDIDA CABAÑA             | *  | 15 | 30  |
| LA JOYA DEL LAGO CABAÑA         | *  | 15 | 25  |
| LA MONTAÑA CABAÑA               | *  | 5  | 18  |
| LAS CATARINAS CABAÑA            | *  | 12 | 45  |
| LAS LAGARTIJAS CABAÑA           | *  | 2  | 15  |
| LAS MONTAÑAS AZULES CABAÑA      | *  | 6  | 30  |
| MONTES DE OCA CABAÑA            | *  | 5  | 20  |
| RANCHO LAS JOYAS CABAÑA         | *  | 20 | 85  |
| REVI INN CABAÑA                 | *  | 8  | 32  |
| RINCON DE LAS AVES CABAÑA       | *  | 12 | 50  |
| TAOS CABAÑA                     | *  | 4  | 12  |
| VICKY CABAÑA                    | *  | 6  | 26  |
| VILLAS AVANDARO CABAÑA          | *  | 20 | 60  |
| VILLAS DEL SOL CABAÑA           | *  | 1  | 6   |
| 16 DE SEPTIEMBRE POSADA         | *  | 15 | 50  |
| AMELIA POSADA                   | *  | 11 | 25  |
| ANTHURIOS POSADA                | *  | 12 | 78  |
| AVE DE PARAISO POSADA           | *  | 11 | 50  |
| BELLAVISTA POSADA               | *  | 12 | 36  |
| BUGAMBILIAS DEL CENTRO POSADA   | *  | 6  | 20  |
| CASA ABIERTA POSADA             | *  | 9  | 23  |





|                                  |   |    |     |
|----------------------------------|---|----|-----|
| CASA VIEJA POSADA                | * | 16 | 47  |
| CENTRICA POSADA                  | * | 4  | 9   |
| CHELITA POSADA                   | * | 15 | 48  |
| DOÑA ROSITA POSADA               | * | 12 | 48  |
| DORIS POSADA                     | * | 13 | 60  |
| EL CAMPANARIO POSADA             | * | 7  | 15  |
| EL PALENQUE POSADA               | * | 8  | 21  |
| EL PUEBLITO POSADA               | * | 15 | 36  |
| EL VERGEL POSADA                 | * | 33 | 130 |
| FERNANDA'S POSADA                | * | 17 | 44  |
| FOUCHE POSADA                    | * | 6  | 10  |
| HOSTAL DE PAOLA POSADA           | * | 6  | 14  |
| LA ESTANCIA DEL BOHEMIO POSADA   | * | 8  | 32  |
| LA RUSTICA POSADA                | * | 8  | 20  |
| LAGO AZUL POSADA                 | * | 6  | 15  |
| LOS GIRASOLES POSADA             | * | 9  | 27  |
| MARY POSADA                      | * | 9  | 27  |
| NELY POSADA                      | * | 12 | 50  |
| NUESTRA SEÑORA DE LA LUZ POSADA  | * | 7  | 25  |
| POSADA DEL BOSQUE POSADA         | * | 11 | 17  |
| POSADA DEL CENTRO POSADA         | * | 8  | 24  |
| REAL DEL VALLE POSADA            | * | 21 | 65  |
| RINCON VILLA DEL VALLE POSADA    | * | 8  | 16  |
| SAMUEL CABALLERO CHAMORRO POSADA | * | 4  | 20  |
| SAN LUIS POSADA                  | * | 14 | 40  |
| SI SI AQUÍ ES POSADA             | * | 9  | 18  |
| VALLE DE ENSUEÑO POSADA          | * | 6  | 12  |

IPOMEX. (2014).





#### 4.2.2 Platillos Representativos.

Dentro de esta segunda fase de la puesta en valor; es decir, el manejo gastronómico y para complementar la última categorización de esta **memoria gastronómica de Valle de Bravo**, se permite visibilizar un compendio de recetas, que son el resultado de lo identificado en el grupo de estudios de cocineros tradicionales, pequeños productores, restauranteros, estudiantes de la Licenciatura en Gastronomía, y principalmente amas de casa originarias del municipio de Valle de Bravo, que son quienes en el día a día y en la cotidianidad de sus hogares, continúan preservando estas tradiciones culinarias, consideradas como una cocina habitual, una cocina exclusiva del consumo local.

Dando como resultado la selección de 63 recetas representativas de la gastronomía tradicional de Valle de Bravo.

Los platillos representativos se encuentran categorizados de acuerdo con los tiempos de consumo en la mesa.

Primero se muestran las entradas y sopas, conformado por 14 recetas que son: *Alcachofas horneadas, Cenizos fritos, Hongos sudados, Nopales rellenos, Papas con nopales y charales, Penca de maguey rellena, Quelites (rabito, nabo, quintonil), Quesadillas con flor de calabaza, Sopa de elote, Sopa de hongos, Sopa de hongos (clavitos), Sopa de tortilla, Tacos de gualumbo y Tamales de elote.*

La segunda categorización son los platos fuertes, constituidos por 31 recetas representativas: *Caldo de pescado, Carne de puerco en salsa verde con ciruelas, Carne de puerco entomatado, Cenizos en mole rojo, Cenizos en salsa verde, Chiles rellenos, Coliflor capeada, Enchiladas verdes, Enfrijoladas con huevo y chorizo, Flor de colorín en pipián, Migas con huevo, Mole de guajolote, Mole rojo, Mole rojo de colorines, Mole con guajolote, Pipián, Pollo en calabacitas, Pozole rojo, Revoltijo, Tamal de chícharo, Tamal nejo con ceniza de encino, Tamal nejo de frijol, Tamal nejo de ejote, Tamales de ceniza con carne de puerco, Tortas enchiladas, Tortitas de quintonil, Trucha a las brasas, Trucha al cilantro, Trucha arcoíris, Trucha empapelada con verduras y Trucha empapelada con habas frescas.*





La tercera categorización está conformada por 4 recetas de salsas: *Salsa de guajillo*, *Salsa martajada*, *Salsa roja en molcajete* y *Salsa verde*.

Posteriormente tenemos los postres, conformados por 6 recetas representativas: *Ate de membrillo*, *Capultamal*, *Chilacayote dulce azul*, *Chilacayote dulce (blanco)*, *Pan de muerto* y *Tamales agrios*.

Y finalmente, se muestra la categorización de bebidas, conformada por 8 recetas representativas: *Atole agrio*, *Atole agrio 2*, *Atole de maíz caliente*, *Atole de masa de chocolate*, *Atole de masa con piloncillo*, *Atole de pinole*, *Atole de zarzamora* y *el Sende*.



#### 4.2.2.1 Entradas y Sopas.

## ALCACHOFAS HORNEADAS

*Alcachofas*



### INGREDIENTES

---

- 8 alcachofas.
- Sal.
- Aceite de oliva extra virgen.



### PREPARACIÓN

---

Cortamos el tallo de las alcachofas y también la parte superior, retirando las puntas que son duras y la pelusa que puedan tener en su interior. Presionamos las alcachofas para que se separen las hojas.

Las colocamos en una fuente de horno, sobre su base. Sazonamos y rociamos con un chorrito de aceite de oliva virgen extra. Introducimos la fuente en el horno, precalentado a 180 °C con calor arriba y abajo, y las asamos durante aproximadamente una hora (todo dependerá del tamaño y la calidad de las alcachofas).

Dejamos reposar 10 minutos antes de separar las hojas para dar un efecto de flor y servir.



# CENIZOS FRITOS



## INGREDIENTES

1 manojo de quelites cenizos.  
Aceite vegetal.

Rodajas de cebolla.  
Sal.



## PREPARACIÓN

Remover las hojas de sus respectivos tallos que estén gruesas y conservar las puntas delgadas (con tallos y hojas)

En un sartén, agregar un poco de aceite vegetal y dejar calentar un poco.

Agregar una rodaja de cebolla y dejar dorar un poco.

Añadir las hojas de los cenizos y sal, al gusto y freír hasta que tomen un color más oscuro de lo natural.





# HONGOS SUDADOS

*Hongos*



## INGREDIENTES

---

Variedad de hongos silvestres.  
2 chiles manzanos.

1 rama de epazote.  
Sal.



## PREPARACIÓN

---

Limpiar los hongos y colocarlos en una cazuela.

Cortar el chile manzano.

Prender la estufa añadir los ingredientes y tapar la cazuela.

Cocer durante 20 minutos o hasta que el agua se consuma.





# NOPALES RELLENOS

Nopales



## INGREDIENTES

8 nopales cambray.

1/4 cucharaditas de sal.

1 cucharadita de bicarbonato de sodio.

2 tazas de queso panela, cortado en láminas.

1 taza de harina.

4 claras de huevo.

1 cucharadita de sal.

4 yemas de huevo.

1 taza de aceite, para freír.

3 jitomates, para la salsa.

3 chiles serranos, para la salsa.

1/4 cebollas.

1 diente de ajo.

*Al gusto de crema ácida, para acompañar.*



## PREPARACIÓN

Calienta a fuego medio una ollita con agua y agrega los nopales, la sal y el bicarbonato, cuece por 10 minutos, deja enfriar, escurre y reserva.

Coloca una rebanada de queso sobre un nopal, cubre con otro nopal y cierra con palillos, revuelca sobre harina y reserva.

Bate 7 minutos las claras con la sal o hasta que dupliquen su tamaño, agrega las yemas y bate por 1 minuto más.

En una sartén a fuego medio calienta el aceite, pasa los nopales por la mezcla anterior y fríe por 5 minutos, coloca en una toalla de papel absorbente y reserva.

Para la salsa, asa los tomates, los chiles, la cebolla y el ajo en un comal, licúa con un poco de agua si es necesario.

Sirve los nopales con la salsa y acompaña con crema ácida.



## PAPAS CON NOPALES Y CHARALES

Papas con nopales



### INGREDIENTES

½ kg de papas.

¼ kg de nopales.

0.050 kg de charales chicos.

0.100 kg de chile cascabel.

0.100 kg de cebolla.

1 diente de ajo.

0.030 lt de aceite.

Sal.



### PREPARACIÓN

Lavar y desinfectar las papas, posteriormente se cortan en cubos y se ponen a cocer en una olla con agua, una vez que estén cocidos se escurren y se reservan.

Limpiar y lavar los nopales retirando las espinas. Cortar en cuadritos, posteriormente cocerlos en una olla con agua, una vez que estén cocidos se escurren y reservan.

En una olla con agua poner a hervir los chiles, con cebolla y ajo. Una vez cocido se muele en el molcajete. La consistencia de la salsa es al gusto.

Se descabezan los charales, posteriormente se lavan, se dejan remojar durante 10 minutos y al final escurren para retirar el exceso de agua.

En una cazuela caliente con aceite se incorporan los charales, las papas y los nopales, para freírlos. Una vez que este sofreído se le agrega el chile molido y se le coloca sal al gusto. Se mezcla bien.

Se deja a fuego, una vez que rompa hervor se retira del fuego y se sirve.

*Uso en festividades: Esta preparación es parte fundamental de la alimentación de la vida cotidiana de los Mazahuas.*



## PENCA DE MAGUEY RELLENA

*Penca de maguey*



### INGREDIENTES

- |                           |                     |
|---------------------------|---------------------|
| 1 Penca de maguey grande. | Epazote.            |
| 2 Xoconostles.            | Manteca de cerdo.   |
| 1 Papa.                   | Salsa tatemada.     |
| 2 muslos de pollo.        | 2 Chiles guajillos. |
| 1 nopal grande.           | ¼ Cebolla.          |
| Sal.                      | 2 Ajo.              |
| Pimienta.                 | 2 jitomates.        |



### PREPARACIÓN

#### **Para la salsa:**

Tatemar todos los ingredientes, martajar en un molcajete y reservar.

#### **Para la penca rellena:**

Limpiar las pencas de maguey quitando las puntas y hacer un corte horizontal en la parte de en medio sin llegar al otro extremo, a manera de que se abra como un libro.

Tatemar directamente sobre las brasas y reservar.

En una olla de barro agregar las papas en cubos de un centímetro y cocer con un poco de sal.

Cortar los muslos en cubos de un centímetro aproximadamente y en una cacerola de barro sofreír con un poco de manteca de cerdo hasta que estén perfectamente cocidos, incorporar los nopales hasta que se cuezan y finalmente incorporar las papas, rectificar sazón con sal y pimienta y retirar del fuego.

Rellenar la penca de maguey con el guiso de pollo, papa y nopales, incorporar el xoconostle en cubos y unas hojas de epazote. Cocer al vapor hasta que la penca se suavice completamente y servir caliente acompañada de la salsa tatemada.





## QUELITES (RABITO, NABO, QUINTONIL)

Quelites



### INGREDIENTES

---

¼ kg de rabanillo.

2 lt de agua.

0.015 kg de bicarbonato.

0.050 kg de cebolla.

1 diente de ajo.

Sal.

Aceite.



### PREPARACIÓN

---

En una olla colocar el agua se lleva a fuego, cuando comience a hervir se agrega el bicarbonato y la sal.

Limpiar y lavar los quelites con abundante agua cortando el tallo inferior, una vez limpios incorporarlos a la olla por minutos, posteriormente retirar de la olla y exprime.

En una sartén caliente agrega aceite, ajo finamente picado, cebolla en pluma sofríe por unos minutos cuando estén acitronados incorpora los quelites, sazona y retira del fuego.

Se sirve con una tortilla hecha a mano y salsa de molcajete.

*Uso en festividades: Platillos que forma parte de su alimentación de la vida cotidiana.*



# QUESADILLAS CON FLOR DE CALABAZA

*Quesadillas*



## INGREDIENTES

---

Flor de calabaza.

Cebolla.

Ajo.

Sal.

Epazote.

Queso Oaxaca.

Masa para tortillas.



## PREPARACIÓN

---

En un sartén ponemos a cocinar cebolla y el ajo ya que cambio de color la cebolla ponemos las flores de calabaza previamente limpias, ponemos sal y dejamos cocinar, retiramos del fuego.

En un bowl ponemos la masa, con ayuda de una tortillera hacemos la tortilla, ya que está hecha ponemos la flor de calabaza, el queso y un poco de epazote, doblamos a la mitad y llevamos al fuego, la dejamos a que se cocine y listo.

## SOPA DE ELOTE

Sopa de elote



### INGREDIENTES

2 chiles poblanos asados limpios y cortados en tiras o cuadritos.  
2 ½ tazas de granos elotes tiernos.  
12 Flores de la calabaza limpias y sin tallos\*.  
2 hojas de epazote.  
2 tazas de agua.  
Cucharada de aceite vegetal.  
Cucharadas de mantequilla.

½ taza de cebolla blanca finamente picada.  
Pequeños dientes de ajo finamente picados.  
2 ½ tazas de calabaza.  
6 tazas de caldo de pollo.  
Sal al gusto.  
½ taza Queso Fresco.



### PREPARACIÓN

Asa los chiles poblanos sobre la llama, déjalos sudar dentro de una bolsa de plástico o envueltos en una toalla de cocina. Frota los chiles con el dedo para quitar las pieles carbonizadas o usa una toalla de cocina para quitar las pieles, haz un corte a lo largo y retira las semillas. Sécalos y córtalos en tiras o cuadrado, ten la cebolla y el ajo picados.

En una cacerola de tamaño mediano coloca la mantequilla y el aceite junto con los granos de elote, 2 tazas de agua y las hojas de epazote. Cocine a fuego medio durante unos 10 minutos.

Agrega la calabaza a la olla y cocine durante 5 minutos. Para entonces el maíz estará casi listo.

Vierta el maíz y su líquido de cocción en la olla con el calabacín y la mezcla de cebolla.

Añada el chile Poblano, las flores de calabaza y caldo de pollo a la olla y cocina por un par de minutos. Cuando todas las verduras estén casi listas, pruébala para sazonarla con sal.



## SOPA DE HONGOS

Sopa de hongos



### INGREDIENTES

---

1 kilo de hongos silvestres lavados y cortados en trozos.  
½ cebolla picada muy finamente .  
½ diente de ajo picado muy finamente.

1 chile serrano en rodajas.  
6 ramas de epazote.  
2 litros de fondo de pollo o de verduras.  
Aceite de oliva.  
Sal y pimienta blanca.



### PREPARACIÓN

---

Calentar aceite en una olla sopera y acitronar cebolla y ajo hasta que se vuelvan traslúcidos. Incorporar el chile y dejar cocinar.

Agregar los hongos hasta que comience a dar color.

Agregar el fondo o agua hirviendo, sazonar con sal, pimienta y epazote y dejar cocinar por 20 minutos. Servir.





## SOPA DE HONGOS (CLAVITOS)



### INGREDIENTES

1 kg de clavitos.

4 lt de agua.

1 diente de ajo.

¼ kg de chile guajillo.

0.050 kg de cebolla.

Sal.

Aceite.



### PREPARACIÓN

Limpiar bien los hongos retirando el exceso de tierra y se desvenan los chiles.

Tatema los chiles en el comal cuidando que no se quemem para no amargar la salsa, una vez que estén tatemados, muele en el metate, junto con el ajo hasta obtener una pasta si grumos y se reserva en un recipiente.

Corta la cebolla en pluma, en un sartén hondo agrega aceite y la cebolla, una vez que este sofreído incorpora la pasta de guajillo, incorpora agua y sazona, dejar a fuego cuando comience a hervir incorpora los hongos y se deja a fuego por unos minutos más.

Cuando rompa hervor retiramos del fuego y sirve. Se acompaña con tortillas hechas a mano.

*Uso en festividades: Platillos que forma parte de su alimentación de la vida cotidiana.*





## SOPA DE TORTILLA

Sopa de tortilla



### INGREDIENTES

- |                                 |                               |
|---------------------------------|-------------------------------|
| 4 tortillas de maíz.            | 1 cucharada de epazote seco.  |
| 4 tomates.                      | 1-3 chiles pasilla.           |
| 1/4 de cebolla.                 | Aceite de oliva virgen extra. |
| 1 ajo.                          | Sal.                          |
| 1-1'5 litros de caldo de pollo. |                               |



### PREPARACIÓN

Tostamos 4 tomates pera,  $\frac{1}{4}$  de cebolla pelada y 1 diente de ajo pelado en una sartén antiadherente sin nada de aceite. Les vamos dando la vuelta y tostándolos ligeramente por todos los lados.

El chile pasilla cortamos el tallo y le sacamos las venas y las semillas para cortarlos en tiras. Echamos en la sartén un chorrito de aceite de oliva virgen extra y sofreímos el chile pasilla a fuego medio, esto lo volverá tierno.

En un vaso echamos caldo de pollo para facilitar el triturado de la salsa se incorpora los tomates, la cebolla y el ajo. Añadimos también la mitad del chile pasilla que hemos sofrido y un poco de sal. Empezamos a triturar. Incorporamos 2 tortillas de maíz cortadas en trozos. Seguimos triturando, Echamos la salsa directamente a la olla e incorporamos el resto del caldo, entre un litro y un litro y medio de caldo, dependiendo de si se quiere la sopa más o menos espesa. rectificamos de sal si fuera necesario, tapamos y cocinamos durante 15 minutos a fuego medio.

Cortamos en finas tiras 12 tortillas de maíz del día anterior. Las freímos por tandas en abundante aceite de oliva virgen extra. Sacamos sobre un plato con papel absorbente y reservamos.

Ya que esta lista se sirve y se puede acompañar de aguacate o queso fresco.





# TACOS DE GUALUMBO



## INGREDIENTES

---

Flor de magüey.  
½ cebolla blanca.  
10 gr de mantequilla.  
Sal.

Pimienta.  
1 chile de árbol.  
Tortillas de maíz rosa y de azul.



## PREPARACIÓN

---

Limpiar las hojas de gualumbo retirando los pistilos y reservar.

En una cacerola de barro derretir la mantequilla y agregar la cebolla finamente picada hasta acitronar.

Una vez acitronada la cebolla incorporar las flores de gualumbo y sofreír.

Sazonar con sal y pimienta, agregar el chile de árbol troceado.

Servir sobre tortillas de maíz rosa y azul y servir caliente.





## TAMALES DE ELOTE

Tamales de elote



### INGREDIENTES

---

14 elotes cacahuazintles duros  
con hoja.  
500 g de mantequilla.  
2 tazas de leche en polvo.

500 gr de azúcar.  
4 cucharadas de polvo para hornear.



### PREPARACIÓN

---

Quita las hojas de los elotes y enjuégalas con suficiente agua.

Muele los granos de los elotes junto con la leche, la mantequilla derretida, la azúcar y el polvo de hornear hasta que estén integrados.

Unta una cucharada de esta pasta en las hojas de elote, envuélvelos en molotitos pequeños y átalos con una tira de las hojas.

Ponlos en la vaporera o tamalera cubriendo con más hojas durante 30 o 40 minutos, o hasta que los tamales se desprendan fácilmente de la hoja. Repósalos un par de minutos y sirve.

Son elaborados en temporada de elote cacahuazintle con el elote duro que quedó rezagado en los sembradíos.





#### 4.2.2.2 Platos Fuertes.

## CALDO DE PESCADO

Caldo



### INGREDIENTES

---

1 kg de pescado.

½ kg de jitomate.

0.100 kg de chile serrano.

4 lt de agua.

1 diente de ajo.

0.050 kg de cebolla.

Cilantro al gusto.



### PREPARACIÓN

---

Lavar y limpiar el pescado y las verduras.

Se cortan los jitomates en cubos, la cebolla en pluma y los chiles en julianas.

Con ayuda del molcajete se martaja el ajo y reservar.

En una olla colocar agua y se lleva a fuego, cuando rompa hervor se incorpora el ajo, las verduras y el pescado cortado por la mitad.

Se deja cocinar por unos minutos, posteriormente se agrega el cilantro se apaga y se sirve caliente en un plato hondo.

*Uso en festividades: Platillos que forma parte de su alimentación de la vida cotidiana.*



# CARNE DE PUERCO EN SALSA VERDE CON CIRUELAS

*Carne de puerco*



## INGREDIENTES

---

Ciruelas.

Tomates.

Chiles serranos.

Ajo.

Cebolla.

Aceite.

Costilla de puerco (surtido).

Sal.



## PREPARACIÓN

---

En un coludo ponemos a cocer los tomates con los chiles.

En un sartén ponemos la carne a fuego medio, dejamos que suelte los líquidos, ya que se consumieron colocamos un poco de aceite y doramos.

Licuamos los tomates, los chiles, ajo, cebolla y lo incorporamos en el sartén en donde está la carne, ponemos sal, dejamos cocinar por 10 min e incorporamos las ciruelas ya lavadas y dejamos cocinar por 15 a 20 minutos más, listo.



# CARNE DE PUERCO ENTOMATADO

*Entomatado*



## INGREDIENTES

---

Carne de cerdo.  
Sal.  
Agua.

Tomate picado.  
Chile pasilla



## PREPARACIÓN

---

Se poner a cocer la carne con agua hasta que se consuma y se dora la carne con su misma.

Grasa, se le agregan los tomates picados.

Licuan los chiles pasillas ya remojados con ajo, cebolla y sal.

Se le agrega a la carne y se sazonar con sal.



## CENIZOS EN MOLE ROJO



### INGREDIENTES

- |                               |                     |
|-------------------------------|---------------------|
| 1 manojo de quelites cenizos. | Aceite vegetal.     |
| Queso de su preferencia.      | Pasta de mole rojo. |
| 100 gr de harina.             | Sal.                |
| 2 claras de huevo.            |                     |



### PREPARACIÓN

Remover las hojas de sus respectivos tallos y conservar las puntas delgadas.

Poner los quelites en una olla, agregar sal y agua hasta que los quelites queden cubiertos.

Dejar que hierva hasta que la textura de los quelites sea suave.

Retirar los quelites de la olla y dejar escurrir en una coladera.

Exprimir con las manos el agua restante de los quelites.

Formar bolitas y rellenarlas de queso de su preferencia.

Poner harina en un plato y cubrir las bolitas con esta.

Batir claras de huevo con una pizca de sal a punto de nieve y agregar las yemas y batir hasta que queden incorporadas.

En un sartén agregar aceite vegetal y capear las bolitas de quelites.

Llevar a cabo la preparación tradicional de mole rojo, servir la bolita de quelites, bañar con mole y disfrutar.

## CENIZOS EN SALSA VERDE



### INGREDIENTES

1 manojo de quelites cenizos.  
Chiles serranos verdes y tomates  
al gusto .

Ajo, sal y cebolla.  
Poca agua.



### PREPARACIÓN

Remover las hojas de sus respectivos tallos y conservar las puntas delgadas (con tallos y hojas)

Poner los quelites en una olla, agregar sal y agua hasta que los quelites queden cubiertos.

Dejar que hierva hasta que la textura de los quelites sea suave.

Retirar los quelites de la olla y dejar escurrir en una coladera.

Exprimir con las manos el agua restante de los quelites.

En un sartén, agregar un poco de aceite vegetal y dejar calentar un poco.

Agregar una rodaja de cebolla y dejar dorar un poco.

Realizar una salsa verde con los chiles serranos, los tomates, el ajo, la sal y la cebolla.

Sofreír la salsas y posteriormente incorporar a los quelites fritos, servir caliente.



## CHILES RELLENOS

Chiles rellenos



### INGREDIENTES

---

Chile poblano.

Queso.

Jamón.

Jitomate.

Caldo de pollo.

Cebolla.

Huevo.

Aceite.

Harina.



### PREPARACIÓN

---

Licuar los jitomates con la cebolla, posteriormente freírla, añadir caldo de pollo.

Tatemar los chiles poblanos, ponerlos en una bolsa para que suden, perlar y limpiar los chiles, rellenar los chiles, enharinar los chiles.

Mantar las claras del huevo e ir añadiendo de 1 en 1 las yemas posteriormente capear los chiles y freír.





# COLIFLOR CAPEADA

Coliflor



## INGREDIENTES

---

Coliflor.  
Jitomate.  
Cebolla.  
Ajo.

Sal.  
Aceite.  
Huevo.  
Harina.



## PREPARACIÓN

---

Limpiar la coliflor.  
Cocer la coliflor.  
Enharinar.  
Capear la coliflor.  
Hacer el caldo de jitomate y freír la mezcla.  
Y añadir la coliflor al caldo.





## ENCHILADAS VERDES

*Enchiladas*



### INGREDIENTES

---

Tomate.  
Chile.  
Pollo.  
Chile.

Cilantro.  
Ajo.  
Cebolla.  
Tortillas.



### PREPARACIÓN

---

Hervir los tomates y chiles posteriormente licuarlos con la cebolla, ajo y cilantro.

Freír la salsa previamente elaborada.

Añadir caldo de pollo o agua.

Dejarla hervir durante 5 minutos y apagar.

Sancochar las tortillas en aceite.

Rellenas las tortillas.

Remojar los tacos en la salsa y servir.



# ENFRIJOLADAS CON HUEVO Y CHORIZO

*Enfrijoladas*



## INGREDIENTES

2 tazas de frijoles bayos.  
2 tazas de caldo de pollo.  
7 huevos.  
1 taza de jitomate picado.  
1/2 cebolla picada.  
1 chile serrano picado.

1 taza de queso doble crema desmoronado.  
250 g de chorizo.  
12 tortillas.  
3 cucharadas de cilantro picado.  
Aceite para freír.



## PREPARACIÓN

Licúa los frijoles con el caldo de pollo y mantenlos calientes; sazona.

Fríe el chorizo hasta que dore, retira el exceso de grasa y reserva. Fríe las tortillas.

Con dos cucharadas de aceite, fríe la cebolla; cuando esté transparente agrega el jitomate y cuece un poco. Bate los huevos y añádelos al guiso, cuece moviendo constantemente, agrega el chile y salpimienta.

Sumerge las tortillas en los frijoles, coloca dos cucharadas del huevo a la mexicana y cierra. Sirve tres enfrijoladas por plato.

Termina con el queso doble crema, el chorizo y un poco de cilantro.

## FLOR DE COLORÍN EN PIPIÁN

*Flor de colorín*



### INGREDIENTES

---

1 racimo de flor de colorín.

1 tz de pasta de pipián.

1 lt de caldo de pollo.

500 gr de costillas de cerdo.

Manteca de cerdo.

Sal.

Pimienta



### PREPARACIÓN

---

En una olla con agua caliente, agregar la flor de colorín y dejar que se cueza hasta que esté suave.

En una cacerola calentar la manteca y colocar las costillas de cerdo hasta que se doren por ambos lados, sazonar con sal y pimienta, agregar agua hasta cubrir las y dejar cocer perfectamente.

En una cazuela de barro, agregar la mitad del caldo de pollo y una vez caliente incorporar la pasta de pipián y disolver hasta que no se encuentre ningún grumo, agregar el resto del caldo y dejar hervir hasta que reduzca y se obtenga la consistencia deseada.

Una vez listo, incorporar las costillas de cerdo, las flores de colorín perfectamente escurridas y servir calientes.



## MIGAS CON HUEVO



### INGREDIENTES

---

Huevo.  
Tortilla de maíz.  
Aceite.  
Sal.



### PREPARACIÓN

---

Cortar la tortilla en cuadritos.

Calentar el aceite.

Añadir la tortilla hasta que se dore.

Añadir el huevo y agregar sal al gusto.





# MOLE DE GUAJOLOTE



## INGREDIENTES

- |                                |                                     |
|--------------------------------|-------------------------------------|
| 1 ½ kilo guajolote.            | 1 diente de ajo.                    |
| 2 chiles anchos.               | 2 jitomates.                        |
| 3 chiles mulatos.              | 1/4 cebollas.                       |
| 1 chile pasilla.               | 1/2 tortillas.                      |
| 15 gramos de pasita.           | 1/2 bolillos.                       |
| 15 gramos de almendra, pelada. | 60 gramos de manteca.               |
| 15 gramos de nuez pecana.      | 1/4 piloncillos.                    |
| 1 ciruela pasa.                | 1/2 tablillas de chocolate de mesa. |
| 10 gramos de ajonjolí.         | 30 gramos de sal.                   |
| 1 canela.                      | 1 hierbas de olor.                  |
| 1 clavo de olor.               | 2 litros de agua.                   |
| 1 pimienta gorda.              |                                     |



## PREPARACIÓN

Se desvenan los chiles se asan y se fríen luego se colocan en agua caliente para ablandar.

Por otro lado, se asan los tomates, cebolla, ajo, ajonjolí, almendra, canela, clavo, pimienta, pasas y se reservan en un tazón

Se fríen las tortillas y el bolillo se vierten los ingredientes en el vaso de la licuadora se les pone agua y se muelen, en una cazuela se calienta la manteca de cerdo y se sofríe la mezcla de chiles

A los 5 minutos se agrega la molienda de los jitomates y las especies, se mueve constantemente, pasados 30 minutos se agrega el piloncillo y el chocolate.

Se coloca el guajolote en agua con hierbas de olor y cebolla, se lleva bullicio a cocer para formar un caldo, si es necesario se agrega el caldo de la cocción del guajolote para rehidratar y dar consistencia al mole.



## MOLE ROJO



### INGREDIENTES

---

Chile mulato.  
Chile pasilla.  
Ajo.  
Cebolla.  
Ajonjolí.  
Cacahuete.

Clavo.  
Caldo.  
Pollo.  
Sal.  
Pasas.



### PREPARACIÓN

---

Remojar los chiles para moler, los cacahuates y el ajonjolí se tuestan y también se muelen se integra todo en una cazuela de barro con aceite caliente añadir el caldo de pollo si la mezcla está muy seca dejar cocer durante 2 o 3 horas sin dejar de mover el mole.



# MOLE ROJO DE COLORINES

*Colorines*



## INGREDIENTES

|                            |                            |
|----------------------------|----------------------------|
| 10 gr Pasas.               | 100 gr Chile morita.       |
| 20 gr Pepita de calabaza.  | 100 gr Chile molido.       |
| 2 kg Pollo.                | 100 gr Chile Ancho.        |
| 200 gr Chile negro.        | 5gr Pimienta negra molida. |
| 20 gr Cacahuete.           | 6 pz Galleta Salada.       |
| 1 pz Concentrado de pollo. | 10 gr Chile Cascabel.      |
| 100 gr Chile mulato.       | 1 pz Canela.               |
| 1 pz tostada.              | 300 gr Manteca.            |
| 5 pz Clavo.                | 200 gr Ajonjolí.           |
| 20 gr Almendra.            | 3 pz Hoja de Aguacate.     |
| 1 pz Cabeza de Ajo.        |                            |



## PREPARACIÓN

Cocer el Pollo a fuego medio durante una hora.

Todo el conjunto de especias, el pan blanco, la tostada y las galletas saladas se doran en un sartén con manteca a fuego lento, obteniendo un color café oscuro, después licuar las especias y reservar.

Se desvena y se limpia el chile, posteriormente los chiles se pasan por aceite caliente y después se colocan en un recipiente con agua caliente dejándolos reposar por 25 minutos y reservar.

Posteriormente licuar todas las especias, vertiéndolo en una cazuela la cual contiene aceite previamente calentado, agregar poco a poco la mezcla anterior, dejar sazonar hasta que rompa hervor durante 30 minutos.

Después licuar los chiles con caldo de pollo y verterlo en la cazuela de la mezcla anterior, agregando el chile molido y el concentrado de pollo y la sal al gusto.

Después de algunos minutos que suelta el primer hervor, se incorpora el pollo y dejamos cocer por una hora.



# MOLE CON GUAJOLOTE

*Guajolote*



## INGREDIENTES

2 pierna de pavo.  
2 chiles anchos.  
3 chiles mulatos.  
1 chile pasilla.  
15 gramos de pasita.  
15 gramos de almendra, pelada.  
15 gramos de nuez pecana.  
1 ciruela pasa.  
10 gramos de ajonjolí.  
1 canela.  
1 clavo de olor.  
1 pimienta gorda.

1 diente de ajo.  
2 jitomates.  
1/4 cebollas.  
1/2 tortillas.  
1/2 bolillos.  
60 gramos de manteca.  
1/4 piloncillos.  
1/2 tablillas de chocolate de mesa.  
30 gramos de sal.  
1 hierbas de olor.  
2 litros de agua.



## PREPARACIÓN

Desvenar los chiles, asarlos, freírlos. y colocarlos en agua caliente para ablandarlos. Reservar.

Asar los tomates, cebolla, ajo, ajonjolí. nuez, almendra, canela, clavo, pimienta, ciruela pasa, pasa. Reservar en un tazón.

Freír las tortillas y el bolillo.

En un metate, moler los chiles y reservar; moler el sofrito de jitomate y reservar; moler las semillas y especias y reservar. Es importante que en cada molienda se busque obtener una pasta tersa.

En una cazuela, calentar la manteca de cerdo y sofreír la mezcla de chiles, pasados 5 minutos, agregar la molienda de los jitomates y las especias.

Mueve constantemente, pasados 30 minutos, agregar el piloncillo y el chocolate.

Colocar las pechugas en agua con las hierbas de olor y la cebolla. Llevar a ebullición y cocer.

Si se considera necesario, agrega el caldo de la cocción del guajolote para rehidratar y dar consistencia al mole.

Por último, colocar las piernas de guajolote, bañarlas con el mole y espolvorear con ajonjolí.



# PIPIÁN

Pipían



## INGREDIENTES

- |                            |                    |
|----------------------------|--------------------|
| 3 piernas de pollo.        | ½ tz Cacahuete.    |
| 1 lt de caldo de pollo.    | Canela en raja.    |
| 1 tz de semillas de chile. | 2 Chile guajillo.  |
| 1 Cebolla.                 | 2 chile mulato.    |
| 3 Ajo.                     | Manteca de puerco. |
| 2 Jitomate.                | Sal.               |
| ½ tz Pepita de calabaza.   | Pimienta.          |
| ½ tz Ajonjolí.             |                    |



## PREPARACIÓN

En una olla de barro agregar agua e incorporar las piezas de pollo con cebolla y ajo troceados, dejar cocer perfectamente.

En la cazuela de barro en la cual se preparará el pipián, incorporar todas las semillas y tostar sin que se quemen, retirar y reservar.

Tatemar los chiles y la raja de canela, retirar y reservar.

En la misma cazuela caliente realizar el sofrito; incorporar la manteca y agregar la cebolla, ya que comience a trocearse un poco, agregar el ajo y posteriormente el jitomate.

En un metate, moler las semillas tostadas y reservar. Posteriormente moler el sofrito y los chiles.

En la misma cazuela agregar más manteca e la molienda de las semillas con un poco de caldo, dejar que comience a hervir y posteriormente agregar la pasta de chiles y el sofrito; incorporar el resto del caldo y mantener a fuego hasta que reduzca y obtener la consistencia deseada.

Una vez listo, incorporar las piezas de pollo y servir caliente.



# POLLO EN CALABACITAS



## INGREDIENTES

---

1 kg de pollo.

1 kg de calabacitas.

1 cebolla.

½ kilo de jitomate.

3 dientes de ajo.

Aceite.

Sal.



## PREPARACIÓN

---

Se pone a calentar un poco de aceite, se agrega el pollo a que se dore en su propio jugo, se pica el ajo, la cebolla y el jitomate finamente.

Ya que está un poco sellado el pollo, se agrega el ajo, la cebolla y al último el jitomate.

Se sazona con sal y se añaden las calabacitas y se deja que termine de cocerse el pollo con todos los ingredientes.

# POZOLE ROJO

Pozole



## INGREDIENTES

---

1 kg de maíz cacahuazintle.  
1 ½ carne de puerco.  
Cebolla.  
1 cabeza de ajo.  
Hierbas de olor.  
Sal.  
Cal.

Chile ancho.  
Rábano.  
Cilantro.  
Orégano.  
Lechuga/col.  
Limón.



## PREPARACIÓN

---

Se pone el maíz con un poco de cal, se deja al fuego hasta que se pele un poco el maíz, se apaga y se enjuaga, se talla bien hasta que se le cae todo el pellejito al maíz, ya limpio se pone a cocer.

Se le agrega la carne, las hierbas de olor el ajo y la cebolla ya que está casi cocido se desvelan los chiles, se asan y se ponen a remojar, se licuan y se le pone al pozole, se deja sazonar con sal por una media hora más y se apaga, se sirve caliente se le pone rabanitos, cilantro, cebolla picada lechuga, limón y orégano.

## REVOLTIJO

Revoltijo



### INGREDIENTES

|  |   |
|--|---|
| 1 1/2 kilos de romeritos, ya limpios.    | 1/4 tazas de almendra.                            |
| 1/4 kilos de camarón, seco.              | 7 chiles anchos.                                  |
| 100 gramos de pan molido.                | 3 chiles pasilla.                                 |
| 6 huevos, frescos.                       | 3 chiles mulatos.                                 |
| 1 cucharadita de polvo para hornear.     | 1 pedazo de tortilla, frita.                      |
| 1/2 kilos de papa, pequeñas.             | 1 pedazo de pan, frito.                           |
| 10 nopales, cocidos y partidos en tiras. | Mantecas de cerdo, o aceite de oliva marca H-E-B. |
| 3 cucharadas de ajonjolí, tostado.       | 1 raja de canela.                                 |
|  | Sal, la necesaria.                                |



### PREPARACIÓN

Limpia y lava los romeritos con bastante agua para que se les quite bien la tierra. Ponlos a cocer en agua hirviendo con sal y escúrrelos ya cocidos.

Quita la cáscara a los camarones y muélelos con el pan hasta convertirlos en un polvo bastante fino.

Bate las claras de huevo a punto de turrón y luego agrega las yemas, el camarón molido y el polvo de hornear. Forma una pasta tomando cucharaditas de la misma para freírlas en aceite muy caliente a fuego lento para que no se quemen y esponjen. Deja dorar y escúrrelas.

Limpia y pon a cocer los nopales en agua hirviendo con sal y un pedazo de cebolla, escúrrelos y déjalos enfriar. Tuesta y desvena los chiles y pónlos a remojar en agua caliente. Tuesta y muele el ajonjolí con canela, tortilla, pan, almendras y sal.

Ya que todo está bien molido, agrega una poca de agua fría para que no esté tan espeso y pon el resto de los ingredientes. Sazona con sal y deja hervir a fuego lento una media hora o hasta que todo esté bien incorporado y el caldillo ligeramente consumido.

Se consume en temporada de semana santa.





# TAMAL DE CHÍCHARO

Chicharo



## INGREDIENTES

2 kg Masa de maíz azul  
nixtamalizada para tamales.  
500 gr Manteca de cerdo.  
2 kg Chícharo cocido.

½ cucharada de polvo para hornear.  
Sal.  
Hojas de maíz para tamales.



## PREPARACIÓN

En un recipiente grande y hondo agregar la masa de maíz azul, agregar la manteca, sal, mezclar perfectamente hasta que los ingredientes queden bien integrados.

Si la masa está muy seca añadir un poco de agua. Rectificar sabor

Moler el chícharo cocido y guisarlo para darle más sabor y dejar que espese un poco para poderlo manipular.

Sobre una tabla de madera limpia tomar masa y esparcirla sobre la superficie formando un rectángulo, sobre la base de masa esparcir chícharo de modo que cubra toda la masa, hacer divisiones a lo largo sobre la masa formando “tiras” con mucho cuidado enrollarlas y después segmentarlas en pequeñas porciones y acomodarlas sobre la hoja de maíz excepto que no se les dará la típica forma alargada del tamal si no que se formará como una bolita, se hará un nudito a la hoja y se repite el proceso hasta terminar la masa.

Cocer a vapor por una hora aprox, o hasta cuando el tamal se desprege de la hoja.

Se realizan en las fiestas patronales.





# TAMAL NEJO CON CENIZA DE ENCINO



## INGREDIENTES

1 cuartillo de maíz.

1 cuartillo de ceniza de encino o  
de fogón.

7 litros de agua.

Hojas de plátano.  
Sal.



## PREPARACIÓN

Se diluye la ceniza en agua y se cuela.

En suficiente agua poner a cocer el cuartillo de maíz, con el cuartillo de ceniza de encino hasta que este suave y comience a tirar la cabeza.

Lavar perfectamente en agua fría, hasta que ya no tenga cabeza y haya tirado todo el hollejo.

Moler perfectamente en un metate hasta obtener una masa tersa.

Incorporar la sal y amasar perfectamente para que la masa se suavice.

Tatemar las hojas de plátano y rellenar con la masa

Cocer al vapor durante 40 minutos.





# TAMAL NEJO DE FRIJOL

*Frijol*



## INGREDIENTES

1 cuartillo de maíz.

1 cuartillo de ceniza de encino o  
de fogón.

7 litros de agua.

Hojas de plátano.

Sal.

250 gr de frijoles cocidos casi al punto.



## PREPARACIÓN

Se diluye la ceniza en agua y se cuela.

En suficiente agua poner a cocer el cuartillo de maíz, con el cuartillo de ceniza de encino hasta que este suave y comience a tirar la cabeza.

Lavar perfectamente en agua fría, hasta que ya no tenga cabeza y haya tirado todo el hollejo.

Moler perfectamente en un metate hasta obtener una masa tersa.

Incorporar la sal, los frijoles y amasar perfectamente para que la masa se suavice.

Tatemar las hojas de plátano y rellenar con la masa.

Cocer al vapor durante 40 minutos.





# TAMAL NEJO DE EJOTE



## INGREDIENTES

1 cuartillo de maíz.

1 cuartillo de ceniza de encino o  
de fogón.

7 litros de agua.

Hojas de plátano.

Sal.

250 gr de ejotes frescos.



## PREPARACIÓN

Se diluye la ceniza en agua y se cuela.

En suficiente agua poner a cocer el cuartillo de maíz, con el cuartillo de ceniza de encino hasta que este suave y comience a tirar la cabeza.

Lavar perfectamente en agua fría, hasta que ya no tenga cabeza y haya tirado todo el hollejo.

Moler perfectamente en un metate hasta obtener una masa tersa.

Incorporar la sal, los frijoles y amasar perfectamente para que la masa se suavice.

Tatamar las hojas de plátano y rellenar con la masa

Cocer al vapor durante 40 minutos.



# TAMALES DE CENIZA CON CARNE DE PUERCO

*Carne de puerco*



## INGREDIENTES

750 g nixtamal (maíz).  
300 g ceniza.  
100 g de cal.

### *Para la masa:*

200 g manteca.

5 g de sal.  
30 hojas de carrizo o maíz.

### *Para el platillo de acompañar los tamales:*

500 g carne de puerco.  
100 g chile guajillo.



## PREPARACIÓN

Se pone a cocer el nixtamal con la cal y la ceniza durante una hora.

Una vez cocido, se retira del fuego para lavarlo y retirar el exceso de cal y ceniza hasta que el agua salga transparente.

Una vez lavado se lleva al molino o se muele en el metate.

En un recipiente aparte se bate la manteca con la sal y el royal hasta que tome una consistencia cremosa, se le agrega el nixtamal de forma envolvente y batir hasta que duplique su tamaño la masa por un lapso de media hora.

Y ya hecha la masa, se empiezan a envolver en las hojas de carrizo (ya lavadas y escurridas) y se le va dando forma de triángulo o pirámide.

Se ponen a cocer en una vaporera con un poco de agua en el fondo por un tiempo de 45 a 60 minutos.

### *Para el platillo de acompañar los tamales:*

En una cacerola se pone a cocer la carne de puerco con agua hasta que se reduzca el agua

Una vez consumida el agua, se le echa un poco de grasa para dorar la carne. Una vez dorada, se retira del fuego y se pone a escurrir

En ese tiempo se tuestan los chiles, se cortan en pedazos y se ponen a remojar y se muelen con un poco de agua.

Se sazona en el recipiente de la carne ya limpio y sin tanta grasa. Ya hecho se le echa la carne hasta que suelta su jugo, servir caliente.

### *Presentación:*

Sólo se montan los tamales en un plato y se dejan envueltos en las hojas de maíz, para darle una mejor presentación.

Esta receta se puede encontrar del 3 de mayo al 10 de mayo.

# TORTAS ENCHILADAS

*Tortas enchiladas*



## INGREDIENTES

Pan blanco.

Relleno (Chorizo con papas, tinga de pollo, tinga de res o del relleno que usted prefiera).

Chile guajillo del que pica 50% y 50% del que no pica.

Ajo.

Cebolla.

Sal.

Pimienta.

Aceite.



## PREPARACIÓN

Ablandar los chiles en agua caliente, licuar los chiles con la cebolla, ajo, sal y pimienta.

En una cazuela de barro añadir el aceite, dejar que se caliente.

Una vez que esté completamente caliente el aceite añadimos nuestra salsa, en dado caso que le hiciera falta liquido añadiremos caldo de pollo o agua.

Dejar que hierva durante 10 minutos.

Partir los panes blancos por la mitad y rellenar con el relleno elegido.

Bañar las tortas con la salsa previamente elaborada y en un sartén poner aceite para que se caliente.

Añadimos la torta en el aceite para que se frite lo suficiente por ambos lados sin que se queme la torta y la salsa.

Servir con lechuga, crema, queso y salsa.

# TORTITAS DE QUINTONIL

Quintonil



## INGREDIENTES

500 gr Quelite de quintonil.

6 huevos.

7 chiles guajillos.

1 jitomate.

Cebolla.

Ajo.

Aceite.

Sal.



## PREPARACIÓN

Limpiar y lavar los quintoniles, sofreírlos y reservar.

Batir los huevos hasta que esponjen. Tomar pequeñas porciones de quintoniles y sumergirlos en el huevo.

Freírlos en un sartén con aceite caliente, repetir el proceso hasta que se termine el quelite. Reservar.

### **Para la salsa:**

Asar los chiles guajillos en el fuego directo sin que se quemen, asar el jitomate, remojar los chiles y molerlos junto al jitomate añadir ajo y cebolla.

En una cazuelita poner un poco de aceite con un trocito de cebolla, dejar que la cebolla tome un color dorado y posteriormente añadir la salsa, pasarla sobre un colador para que no se vayan semillas y trocitos de chile.

Añadir sal y pimienta para sazonar, cuando la salsa comience a romper hervor se añaden las tortitas de quelite.

Dejar que hierva un poco y rectificar sazón.



# TRUCHA A LAS BRASAS

*Trucha*



## INGREDIENTES

---

Trucha.  
Epazote.  
Cebolla.

Chile manzano.  
Sal.  
Hoja de elote o de maíz.



## PREPARACIÓN

---

Envolver el pescado en las hojas y añadir los ingredientes.

Cocer horneado o en las brasas.



## TRUCHA AL CILANTRO

*Trucha al cilantro*



### INGREDIENTES

2 truchas arco iris abiertas.  
1 manojo de cilantro fresco.  
375 ml. de caldo de pescado.  
500 ml. de nata (crema de leche).

1 tarro de verduras en dados para  
guarnición.  
2 cucharadas de mantequilla.  
1 pizca de sal.



### PREPARACIÓN

Para preparar la trucha arco iris al cilantro, empezamos haciendo la salsa para el pescado licuando en el vaso de la batidora el caldo de pescado junto con la crema de leche, el cilantro fresco y dos pellizcos de sal.

La salsa de la trucha arco iris al cilantro la calentaremos en un caso y cuando llegue al punto de ebullición, la retiraremos y la dejaremos enfriar.

Mientras, las dos truchas la meteremos en el horno con un poco de sal en su interior y exterior en una fuente previamente engrasada. El horno tiene que estar precalentado a 180°C, y las dejaremos 25 minutos.

Mientras las truchas se cocinan, rehogamos las verduras bien escurridas en una sartén con la mantequilla.

A falta de 8 minutos para que las truchas arco iris estén horneadas, sacamos la bandeja del horno y añadimos las verduras y la crema. Removemos un poco, y seguimos horneando.

Servimos las truchas arco iris al cilantro bien calientes.

## TRUCHA ARCOIRIS

*Trucha arcoiris*



### INGREDIENTES

---

Sal y Pimienta (al gusto).

4 dientes de Ajo.

Zumo de un limón.

2 rama de Perejil picado.

90 gr de Mantequilla.

6 cucharadas de aceite vegetal.

1 trucha arcoíris.

Sal.

Pimienta.



### PREPARACIÓN

---

Picar finamente el perejil. Reservar.

Picar finamente el ajo. Reservar.

Poner a derretir la mantequilla, en una sartén a fuego bajo cuidando que no se queme.

Agregar el zumo de limón, el perejil y el ajo a la sartén. Dejar aromatizar por 5 minutos y salpimentar la mezcla. Reservar.

Sal pimentar la trucha y asar directamente en la planche, por 7 minutos de cada lado.

Colocar la trucha en un plato y esparcir por encima la salsa de ajillo.

Acompañar con arroz al gusto y ensalada.



# TRUCHA EMPAPELADA CON VERDURAS



## INGREDIENTES

Trucha.  
Verduras.  
Epazote.  
Cebolla.

Sal.  
Ajo.  
Aceite.



## PREPARACIÓN

Limpiar la trucha y le colocamos sal y pimienta.

Corta dos trozos de papel aluminio de 45 centímetros de largo de forma que se traslapen entre sí formando un trozo largo y ancho. Acomoda el pescado en el centro del papel, acomodando el pescado con las verduras.

Ya que esta empapelada la trucha la colocamos en el comal por 15 a 20 minutos..

Esta lista se puede acompañar con arroz.





## TRUCHA EMPAPELADA CON HABAS FRESCAS

*Trucha con habas*



### INGREDIENTES

---

- |                                 |                        |
|---------------------------------|------------------------|
| 1 trucha sin vísceras y lavada. | Pimienta negra molida. |
| C/s Epazote.                    | C/s sal.               |
| C/s habas verdes.               | C/s aceite de oliva.   |
| 1 jitomate.                     | C/s Salsa inglesa.     |
| 1 chile manzano.                | C/s Salsa maggi.       |
| Cebolla al gusto.               |                        |



### PREPARACIÓN

---

Se necesita la trucha completamente lavada y limpia.

Se pone sobre un trozo de papel aluminio, se abre y se añade pimienta al gusto, se baña con salsa inglesa, salsa maggi se ponen algunas habas, chile manzano jitomate en julianas ambos sin semillas y cebolla al gusto, unas cuantas hojitas epazote.

Por fuera alrededor del pescado también se ponen habas, chile, cebolla y epazote, se les pone sal y pimienta y un poco de aceite de oliva de modo que bañe a los vegetales y la trucha, se envuelve con el papel aluminio de modo que el contenido no se salga.

Se lleva al fogón sobre un comal de barro y se voltea constantemente hasta que este cocida.



### 4.2.2.3 Salsas.

## SALSA DE GUAJILLO

*Trucha con habas*



### INGREDIENTES

---

0.030 kg de chile guajillo.

1 diente de ajo.

0.020 kg de cebolla.

Agua.

Sal.



### PREPARACIÓN

---

Se desvenan los chiles guajillos.

Una vez desvenados los chiles se tateman en el comal con la cebolla y el ajo.

Posteriormente se retiran del comal y se martaja en el molcajete hasta obtener la salsa, se sazona y se incorpora un poco de agua.

Una vez que esté listo se lleva a la mesa y se acompaña con tortillas recién hecha a mano.

#### ***Uso en festividades:***

Esta preparación es parte fundamental de la alimentación de los Mazahuas por ser parte de su trilogía alimentaria, es elaboración que se prepara todos los días.



## SALSA MARTAJADA

Salsa martajada



### INGREDIENTES

---

Chile pasilla.  
Cebolla.

Ajo.  
Sal.



### PREPARACIÓN

---

Tatemar un poco el chile pasilla.

*En un molcajete, machacar el ajo, la cebolla y finalmente el chile pasilla con un poco de agua y sal.*



## SALSA ROJA EN MOLCAJETE

Salsa roja



### INGREDIENTES

0.400 kg de jitomate.

0.100 kg de chile serrano.

1 diente de ajo.

0.050 kg de cebolla.

Aceite.

Agua.

Sal.

Cilantro.



### PREPARACIÓN

Lavar y desinfectar las verduras.

En el comal caliente, tatemar el jitomate partido en cuatro, el chile serrano partido por la mitad, la cebolla y el ajo.

Una vez que estén tatemados se retiran del comal.

Posteriormente se muele en el molcajete agregar el ajo, el chile y la cebolla, martajar hasta que esté bien molido, posteriormente agregar los jitomates se sigue martajando, una vez que esté listo se sazona, se agrega un poco de agua y cilantro al gusto.

Una vez que esté listo se coloca en la mesa y se acompaña con tortilla recién hecha a mano.

#### ***Uso en festividades:***

Esta preparación es parte fundamental de la alimentación de los Mazahuas por ser parte de su trilogía alimentaria, es elaboración que se prepara todos los días.



## SALSA VERDE

Salsa verde



### INGREDIENTES

---

¼ kg de tomate.  
0.100 kg de chile serrano.  
0.050 kg de cebolla.  
1 diente de ajo.

Cilantro.  
Sal.  
Pimienta.



### PREPARACIÓN

---

Lavar y desinfectar las verduras.

En el comal caliente, tatemar el tomate partido en dos, el chile serrano partido por la mitad, la cebolla y el ajo.

Una vez que estén tatemados se retiran del comal.

Posteriormente se muele en el molcajete agregar el ajo, el chile y la cebolla, martajar hasta que esté bien molido, posteriormente agregar los tomates se sigue martajando, una vez que esté listo se sazona, se agrega un poco de agua y cilantro al gusto.

Una vez que esté listo se coloca en la mesa y se acompaña con tortilla recién hecha a mano.

#### ***Uso en festividades:***

Esta preparación es parte fundamental de la alimentación de los Mazahuas por ser parte de su trilogía alimentaria, es elaboración que se prepara todos los días.



#### 4.2.2.4 Postres.

## ATE DE MEMBRILLO

*Ate membrillo*



### INGREDIENTES

---

1 kg de membrillo.

1 kg de azúcar.



### PREPARACIÓN

---

Lava los membrillos y ponlos a cocer en una olla con suficiente agua por 15 minutos o hasta que se ablanden.

Agrega el azúcar y machaca con cuidado. Vierte el agua y deja que hierva y remueve hasta que alcance una consistencia espesa.

Rectifica que tenga una consistencia viscosa y revuelve (tiene que verse el fondo de la olla).

Vierte en uno o varios moldes y deja enfriar.

## CAPULTAMAL

# Capultamal



### INGREDIENTES

2 kg de capulín.

1 kg de azúcar.

250 gr de trigo seco en semilla.

200 gr de harina.

1 lt de agua.

10 hojas de maíz para tamal.



### PREPARACIÓN

Se escogen los capulines maduros y se lavan los capulines, retirando la patita.

Una vez limpios los capulines se incorporan en una olla de barro y se le agrega agua hasta cubrir la superficie y medio kilo de azúcar.

Posteriormente se lleva a fuego y con ayuda de una cuchara grande remover para evitar que se pegue y se queme.

Se deja cocinando aproximadamente por 1 hora.

Una vez que este tostado, se muele con azúcar y harina en el metate hasta que quede polvo, una vez que esté listo se reserva.

Cuando el capulín este cocido se baja la olla del fuego y se deja enfriar.

Cuando el capulín este frio, vaciar en un recipiente, agregar el trigo molido y se mezcla bien.

Se remojan las hojas de maíz en agua durante diez minutos, una vez transcurrido el tiempo se exprimen las hojas para retirar el exceso de agua.

Posteriormente se abre la hoja y con una cuchara se agrega porciones de la mezcla de capulín con trigo y se unta por toda la hoja, de tal manera que quede relleno. Se repite el procedimiento hasta que se termine el capulín.

Una vez que estén listos los tamales se guardan en una cubeta o canasta y se dejan reposar por una noche para que tomen sabor.

#### **Uso en festividades:**

Esta preparación se elabora principalmente en la fiesta patronal que se celebra en junio.

# CHILACAYOTE DULCE AZUL

Chilacayote



## INGREDIENTES

4 kg de chilacayote.  
1 kg de azúcar.

¼ kg de maíz azul seco.  
Canela en raja.



## PREPARACIÓN

Lavar y cortar el chilacayote en trozos medianos, se retiran las semillas.

En una olla incorporar el chilacayote, canela y el agua, posteriormente se lleva a fuego.

En el comal se tatemá el maíz posteriormente se muele en el metate. El proceso de molienda se realiza con el metate en el piso, la persona que va a moler se pone de rodillas toma un poco de maíz y comienza moliendo con ayuda de la mano de metate haciendo movimientos de arriba hacia abajo, el proceso se repite hasta obtener un polvo fino sin grumos. Una vez molido el maíz se incorpora el azúcar para obtener pinole.

Una vez que rompa hervor, se revisa si el chilacayote ya está cocido, se agrega el pinole, se mezcla bien y se sirve.

### **Uso en festividades:**

Preparación que se elabora principalmente en día de uso en festividades y platillos que forma parte de su alimentación de la vida cotidiana.

## CHILACAYOTE DULCE (BLANCO)

Chilacayote



### INGREDIENTES

---

4 kg de chilacayote.  
1 kg de azúcar.

Canela en raja.  
3 lt de agua.



### PREPARACIÓN

---

Lavar y cortar el chilacayote en trozos medianos, se retiran las semillas.

En una olla incorporar el chilacayote, canela y el agua, posteriormente se lleva a fuego.

Una vez que rompa hervor, se revisa si ya este cocido se agrega el azúcar se mezcla bien y se sirve.

***Uso en festividades:***

Platillos que forma parte de su alimentación de la vida cotidiana.

## PAN DE MUERTO

Pan de muerto



### INGREDIENTES

2 ½ kg de harina.

1 ½ lt de pulque.

½ kg de azúcar.

Canela o te de monte.



### PREPARACIÓN

Se pone a hervir una olla con agua y el té para hacer una infusión, una vez que rompa hervor se retira del fuego y reserva.

En un recipiente se agrega la harina, el azúcar, la infusión y el pulque, se mezcla bien una vez que este incorporado se amasa hasta obtener una masa homogénea.

Una vez que esté lista la masa se tapa con una bolsa y se deja fermentar al sol por 10 minutos.

Transcurrido el tiempo se porciona la masa, se estira y se forman figuras, se pica y se lleva al horno de leña una vez que estén cocidos se retiran y se colocan en un Chiquihuite con una servilleta para mantenerlos calientes.

#### **Uso en festividades:**

Preparación elaborada principalmente en día de muertos, sin embargo, también se elabora en la fiesta patronal para hacerle una ofrenda al Santo del pueblo en agradecimiento.

## TAMALES AGRIOS

Tamales agrios



### INGREDIENTES

2 kg nixtamal de maíz azul.  
5 lt de agua.

30 hojas secas de maíz.  
½ kg de azúcar.



### PREPARACIÓN

Lavar el nixtamal con abundante agua una vez que esté limpio, se muele en el metate. El proceso de molienda se realiza con el metate en el piso, la persona que va a moler se pone de rodillas toma un poco de maíz y comienza moliendo con ayuda la mano de metate haciendo movimientos de arriba hacia abajo, el proceso se repite hasta obtener una masa homogénea sin grumos.

Posteriormente la masa obtenida se extiende en un recipiente ancho y se deja reposar por 2 días en un lugar donde haga calor, para que tome un color rosado y se agrie.

Una vez transcurrido el tiempo, se pone a remojar las hojas del maíz en agua durante una hora para que éstos se ablanden y se puedan moldear, posteriormente se ponen a escurrir en una cubeta para retirar el exceso de agua.

En una charola se coloca la masa y se le agrega el azúcar, se bate para integrar todo y obtener una masa homogénea.

Se abre la hoja y con ayuda de una cuchara se agrega en la parte inferior de la hoja y se extiende, se dobla por la mitad y se coloca en la vaporera con suficiente agua, y se lleva a fuego durante 2 horas aproximadamente.

#### **Uso en festividades:**

Preparación elaborada principalmente en la fiesta patronal, semana santa, día de muertos, en diciembre, cambio de mayordomos, bodas y XV años.

#### 4.2.2.5 Bebidas.

## ATOLE AGRIO

Atole agrio



### INGREDIENTES

- 1 kg de maíz azul.
- 5 lt de agua.
- ½ kg de azúcar.



### PREPARACIÓN

Se pone a remojar el maíz con agua, de tal manera que el maíz quede totalmente cubierto.

Se deja remojar por una noche, posteriormente se muele en el metate con un poco de agua. El proceso de molienda se realiza con el metate en el piso, la persona que va a moler se pone de rodillas toma un poco de maíz y comienza moliendo con ayuda la mano de metate haciendo movimientos de arriba hacia abajo, el proceso se repite hasta obtener una masa homogénea sin grumos.

Posteriormente se disuelve la masa en agua con las manos, una vez que esté completamente diluido se coloca en la olla con el agua. Se deja cerca del fogón por un día completo para que fermente y se obtenga una consistencia rosada.

Con ayuda de una olla se cuela. Posteriormente se lleva a fuego y se deja hervir durante 1 hora moviendo constantemente para que no se pegue la masa.

Por último, se incorporar el azúcar.

#### **Uso en festividades:**

Bebida elaborada principalmente en la fiesta patronal, cambio de mayordomos, semana santa, en día de muertos y en las celebraciones de diciembre.



## ATOLE AGRIO 2

*Atole agrio 2*



### INGREDIENTES

---

Maíz Azul.  
Azúcar.  
Canela.  
Agua.



### PREPARACIÓN

---

Dejar remojar el maíz azul una noche anterior antes de su uso

Pasadas las 24 horas molerlo y con la masa hacer el atole mezclándola con un poco de agua, pasarla por un colador y vaciar en el agua tibia en una olla previamente puesta al fuego.

Agregar el azúcar y la canela finalmente esperar a que espese un poco y retirar del fuego.



## ATOLE DE MAÍZ CALIENTE

Atole de maíz



### INGREDIENTES

½ kg de maíz azul.  
3 lt de agua.

¼ kg de azúcar.  
Raja de canela.



### PREPARACIÓN

En el comal se tatemado el maíz, una vez que este tatemado se muele en el metate y se reserva. El proceso de molienda se realiza con ayuda de la mano del metate colocando una porción pequeña del maíz haciendo movimientos y arriba hacia abajo hasta obtener un polvo fino del maíz, se repite el proceso hasta terminar de moler todo el maíz.

En una olla de barro se agrega el agua, se incorpora el maíz molido y se lleva a fuego sin dejar de mover, para evitar que se pegue y se queme cuando comience a hervir se incorpora el azúcar, se mezcla bien, se retira del fuego y se sirve.

#### **Uso en festividades:**

Bebida elaborada principalmente en semana santa, fiesta patronal, cambo de mayordomía, día de muertos y fiesta de diciembre.



# ATOLE DE MASA DE CHOCOLATE

Atole de masa



## INGREDIENTES

¼ kg de masa.

5 lt de agua.

½ kg de azúcar.

100 gr de chocolate.

Canela.



## PREPARACIÓN

En un recipiente disolver la masa con el agua, el proceso para disolver la masa se realiza con las manos; una vez que este disuelta y no tenga grumos.

Una vez que este disuelta se cuela en una olla y se lleva a fuego, se mueve constantemente para evitar que se pegue y se queme.

Cuando comience a hervir se agrega el azúcar, el chocolate y la canela, se sigue moviendo, para evitar que se generen grumos, posteriormente se retira del fuego y se sirve en una taza de barro.

### ***Uso en festividades:***

Bebida que forma parte de su alimentación de la vida cotidiana, sin embargo, está presente en los funerales, semana santa, en la fiesta patronal, cambio de mayordomía, día de muertos, en las posadas y rosca de reyes.





# ATOLE DE MASA CON PILONCILLO

Piloncillo



## INGREDIENTES

¼ kg de masa.  
5 lt de agua.  
½ kg de azúcar.

¼ kg de piloncillo.  
Canela.



## PREPARACIÓN

En un recipiente disolver la masa con el agua, el proceso para disolver la masa se realiza con las manos una vez que este disuelta y no tenga grumos.

Una vez que este disuelta se cuela en una olla y se lleva a fuego, se mueve constantemente para evitar que se pegue y se queme.

Cuando comience a hervir se agrega el azúcar, el piloncillo y la canela, se sigue moviendo, para evitar que se generen grumos, posteriormente se retira del fuego y se sirve en una taza de barro.

### ***Uso en festividades:***

Bebida que forma parte de su alimentación de la vida cotidiana, sin embargo, está presente en los funerales, semana santa, en la fiesta patronal, cambio de mayordomía, día de muertos, en las posadas y rosca de reyes.





# ATOLE DE PINOLE

*Pinole*



## INGREDIENTES

---

Maíz azul.  
Azúcar.  
Piloncillo.  
canela.



## PREPARACIÓN

---

Tostar el maíz azul en un comal un día anterior a su uso.

Moler en el molino hasta obtener un polvo suave, posteriormente colocar agua en una olla y poner a calentar, el polvo que salió del maíz se disuelve en un poca de agua y se agrega a la olla al igual que el piloncillo, azúcar y canela.

Retirar del fuego una vez que haya hervido.





## ATOLE DE ZARZAMORA

*Atole de zarza*



### INGREDIENTES

2 tazas de zarzamoras  
desinfectadas.  
1 taza de agua.  
3 cdas. de azúcar.

½ taza de maíz.  
2 tazas de leche.  
⅓ de taza de piloncillo.



### PREPARACIÓN

Cuece las zarzamoras con el agua a fuego lento por 10 minutos.

Cuela el puré y retira las semillas, regresa a la olla e integra la masa. Mueve hasta que obtengas una consistencia tersa. Agrega poco a poco el azúcar.

Añade la leche y cocina a fuego bajo. Remueve y agrega poco a poco el piloncillo. Deja a fuego lento por 20 minutos.

Sirve en vasos y decora con una zarzamora o el fruto rojo de tu preferencia.



## SENDE

Sende



### INGREDIENTES

½ kg de maíz amarillo.  
3 ½ lt de agua.  
150 ml de aguamiel.  
Canela.



### PREPARACIÓN

Germinar el grano de maíz por una semana, en un hoyo. Para germinar el grano de maíz se coloca un plástico en el piso, hoja de maíz, sobre el cual se extiende el grano de maíz y se vierte agua diariamente, de manera que siempre esté húmedo, dejar reposar por una semana o seis días aproximadamente.

Una vez germinado el maíz se lava bien con abundante agua para quitar impurezas y se deja escurrir en un colador.

Posteriormente se tritura en el metate el germinado con canela; la primera martajada es para quebrar la canela y el grano, hasta que tome una consistencia fina libre de grumos. Este procedimiento se repite de tres a cinco martajadas.

Una vez que obtuvimos la masa se coloca en un recipiente, agrega la mitad de agua y se mueve constantemente hasta obtener una mezcla ligeramente espesa. Dejar reposar por un día.

Posteriormente en el fogón poner el resto del agua en una olla de barro, colocar un colador encima, vaciar la mezcla obtenida y agregar el aguamiel. Dejar en el fuego hasta que rompa hervor sin dejar de mover, apagar y se deja reposar por un día.

Servir frío.

#### **Uso en festividades:**

Preparación elaborada principalmente en la fiesta patronal, cambio de mayordomos, día de muertos, y en algunas ocasiones en bodas.



## 4.3 VINCULACIÓN CON LA COMUNIDAD

Una vez analizada la situación actual de la gastronomía y el turismo de Valle de Bravo para precisar la conceptualización del patrimonio gastronómico y sus elementos de valorización, se muestra la recuperación e interpretación de los aportes y saberes culinarios de Valle de Bravo, para definir los elementos a considerar en la constitución de un recetario que apoye la puesta en valor.

Se muestra un breve resumen de los resultados obtenidos a partir de la fase 3: Vinculación con la comunidad, la cual se trabajó bajo los siguientes puntos, por medio de la estancia profesional en el Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo en la Licenciatura en Gastronomía:

- Impartir pláticas de sensibilización sobre la importancia de la gastronomía tradicional de Valle de Bravo.
- Definir métodos de recolección de la información.
- Recolectar la información por parte de la comunidad estudiantil.
- Seleccionar las recetas y memoria gastronómica.
- Preparar platillos de las recetas obtenidas por parte de la comunidad estudiantil.

### 4.3.1 Proceso de concientización y sensibilización.

Se inició con la impartición de pláticas sobre los elementos que constituyen una puesta en valor y se enfatizó en la importancia del rescate y preservación de la cocina tradicional de Valle de Bravo, para ello se realizaron las pláticas a los semestres en curso de la Licenciatura en Gastronomía, en este caso estudiantes de segundo, cuarto, sexto y octavo semestre, con la finalidad de generar conciencia sobre la preservación de la identidad culinaria vallesana y al mismo tiempo fomentar el interés por la preservación del patrimonio culinario.



**Fotografía 1:** Pláticas de cocina vallesana cuarto semestre.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 2:** Pláticas de cocina vallesana octavo semestre.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*



### 4.3.2 Recolección de la información

Una vez definidos los métodos de recolección de la información, se realizaron entrevistas a los estudiantes y personal del programa de la Licenciatura en Gastronomía para la obtención de la información, y al mismo tiempo se asignaron grupos de trabajo conformados por estudiantes, para realizar dicha entrevista a sus familiares, papás o abuelos para la obtención del mayor número de recetas posibles.

Posterior a la recolección de la información de las recetas, se realizó una depuración de estas, identificando las de mayor pertinencia a la gastronomía Vallesana, para la complementación de la memoria culinaria de Valle de Bravo.

Se realizaron 30 entrevistas a estudiantes y personal de la Licenciatura en Gastronomía, las cuales reflejaron datos importantes en relación con la memoria gastronómica; se identifican aportaciones dentro de los tres apartados que la conforman.

En la memoria gastronómica se mencionan algunas de las festividades más representativas en el municipio, como es la celebración del día de la candelaria en el mes de febrero, la celebración de semana santa entre los meses de marzo y abril, la feria de Santa María en el mes de mayo, la feria del hongo entre los meses de agosto y septiembre, el festival de las almas y celebración de día de muertos a finales de octubre y principios de noviembre, la fiesta de la virgen de Guadalupe el doce de diciembre, las posadas y fiestas navideñas en el mes de diciembre y finalmente las festividades de año nuevo, donde en cada una de ellas se caracterizan por el consumo de platillos representativo de la región.



**Fotografía 3:** Estudiantes de cuarto semestre respondiendo instrumentos de información.



*Fuente:Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 4:** Estudiantes de cuarto semestre respondiendo instrumentos de información.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*



### 4.3.3 Selección de recetas y elaboración de platillos.

Y finalmente, de las entrevistas realizadas se obtuvieron más de 60 recetas dentro de las cuales se identifican entradas, platos fuertes, algunas bebidas y postres. De estas recetas, se seleccionaron algunas de mayor consumo, para la creación de talleres para la elaboración de los platillos y que los estudiantes pudieran complementar en la práctica la información obtenida, y de esta forma lograr una vinculación más directa con la comunidad.

#### 4.3.3.1 Catálogo visual del Taller de elaboración de platillos de la Cocina Vallesana.

A continuación, se presenta un catálogo visual del Taller de elaboración de platillos de Cocina Vallesana.

Primero se hizo una selección de las recetas, sobre las cuales, se diseñaron los montajes a través de las técnicas de montaje de platillos, siguiendo las reglas de presentación de platillos: E.U.P.F + A. En donde E se refiere al Equilibrio, es decir un platillo equilibrado en cuestión de ingredientes, color, métodos de cocción, texturas y sabores. La Unidad U hace referencia a que todos los elementos que constituyen los platillos deben estar organizados en una estructura. El punto focal P tiene la función de que, al montar el platillo los elementos se coloquen de una forma específica que hagan figur la mirada en un punto que llame la atención y automáticamente dirija la vista al resto del platillo y finalmente el flujo F es una mezcla de equilibrio, unidad y punto focal, es decir todo fluye en dirección para apreciar su totalidad.

Y finalmente se crearon las fotografías gastronómicas aplicando los elementos para la toma de fotografía como: ajustes fotográficos, normas de composición, punto focal, iluminación, atrezo culinario y edición, con lo cual se lograron los siguientes resultados:



**Fotografía 5:** Estudiantes en la preparación de mole rojo de Colorines.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 6:** Estudiante en elaboración de platillos de la cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 7:** Quesadillas de flor de calabaza con salsa roja.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 8:** Quesadillas de flor de calabaza con ceniza de tortilla.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 9:** Quesadillas de huitlacoche con flor de calabaza en salsa roja.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 10:** Estudiantes elaborando mole rojo en concurso de cocina mexiquense, Texcoco.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 11:** Estudiante en la molienda de semillas.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 12:** Estudiantes limpiando flor de colorín.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 13:** Estudiantes en la preparación de recetas vallesanas.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 14:** Licor de zarza, licor de hierbas y licor de durazno.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 15:** Flor de gualumbo y flor de colorín.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 16:** Estudiantes preparando la espesadura del pipián.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 17:** Estudiante tatemando pencas de maguey.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 18:** Tacos de flor de gualumbos (flor de maguey).



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 19:** Penca de maguey rellena de papa, nopales y xoconostle.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 20:** Canitas de puerco con salsa roja.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 21:** Conejo confitado, salsa roja y coles encurtidas.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 22:** Quesadilla de hongo silvestre, con flor de calabaza, salsa roja y ceniza de tortilla



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 23:** Ceviche de trucha encurtido en frutos rojos y bugambilia deshidratada.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 24:** Ceviche de trucha encurtido en frutos rojos y bugambilia deshidratada emplatado en una pecera.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 25:** Tortilla frita con huevo, queso fresco y chile serrano.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 26:** Carne de puerco en salsa verde de ciruela.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 27:** Trucha a la plancha, con arroz blanco con verduras, cebollas asadas y limón.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 28:** Enchiladas en salsa verde con crema ácida, queso rallado y aguacate.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 29:** Pulque natural en jarrito de barro.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 30:** Tamales de carne de puerco en salsa roja y frijoles negros.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 31:** Pozole rojo con lechuga, tostadas y limones.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 32:** Cecina asada con frijoles refritos y arroz blanco.



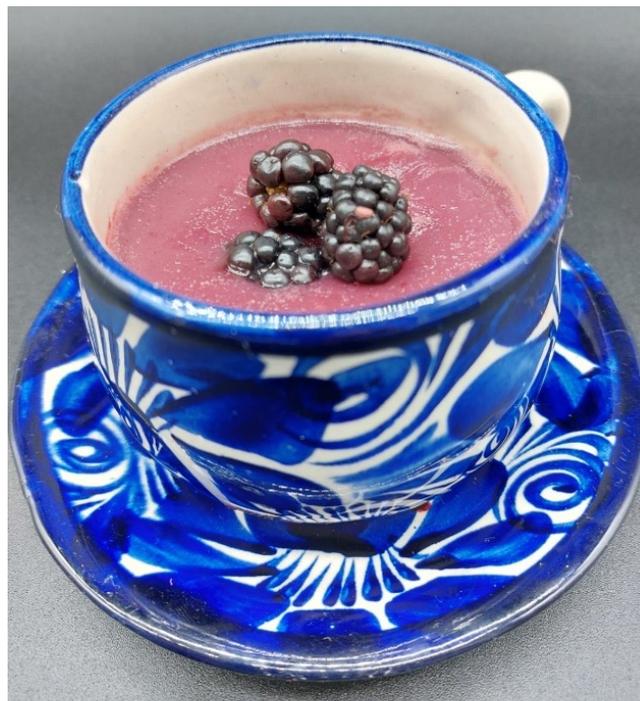
*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 33:** Buñuelos remojados en miel de piloncillo con canela.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 34:** Atole de zarzamoras silvestres.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 35:** Carne encurtida con limón, pico de gallo, aguacate y tostadas troceadas.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 36:** Mole rojo de colorines con arroz blanco.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 37:** Chile relleno de queso, capeado y bañado en caldillo de jitomate.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 38:** Pambazo vallesano relleno de papas con chorizo, salsa verde y aguacate.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 39:** Tortitas de quintoniles en salsa de guajillo, con queso panela y bugambilia.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 40:** Mole verde con arroz blanco.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 41:** Alcachofa bañada en salsa a los cuatro quesos.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 42:** Pipián rojo con champiñones.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 43:** Trucha empapelada con habas frescas y arroz blanco.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 44:** Tamal nejo con mole verde.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 45:** Esquites de mantequilla con chile manzano.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 46:** Campechanas.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

Fotografía 47: Capultamal.



Fuente: Elaboración propia (2022).

Fotografía 48: Degustación de comida vallesana.



Fuente: Elaboración propia (2022).

**Fotografía 49:** Estudiantes de séptimo semestre presentado platillos de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

#### **4.4 VISUALIZACIÓN Y CONSTRUCCIÓN DE VINCULOS: EVENTO TEMÁTICO “COCINA VALLESANA”**

Con el objetivo de que toda la integración, análisis e interpretación en las fases anteriores pueda ser entendida y disfrutada y, como última etapa de la Puesta en Valor de la Gastronomía Tradicional de Valle de Bravo, se llevó a cabo la visualización y construcción de vínculos, es decir la divulgación y transferencia de toda la información documentada a través de un Evento Temático de Cocina Vallesana y así lograr que esta memoria gastronómica sea reconocida y valorada por la sociedad como la gastronomía tradicional de Valle de Bravo para su preservación y puesta en valor.

##### **4.4.1 Organización y logística.**

La realización del evento de “Cocina Vallesana” se realizó con el apoyo del Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo (TESVB), a través de un proyecto integrador de los estudiantes del programa de estudios de la Licenciatura en Gastronomía, el 07 de diciembre de 2022 de 15:00 a 19:00 horas



El evento estuvo organizado a partir de la asignatura de Cocina Mexicana, con los estudiantes de tercer semestre como organizadores y anfitriones del evento, coordinados por la L.G. Libis Delfina Ortega Bustamante, como chef instructora de la asignatura.

Los estudiantes de quinto semestre, a través de las asignaturas de Introducción a la Repostería y Coctelería, fueron los encargados de la elaboración de postres y bebidas y, los estudiantes de séptimo semestre como responsables de la decoración, montaje de mesas y desarrollo del servicio durante el evento y finalmente, los estudiantes de primer semestre, como parte del equipo de producción y apoyo general durante el desarrollo del evento.

Se comenzó a trabajar durante el semestre septiembre 2022-febrero 2023, bajo la siguiente planeación:

Avances de la logística y organización, ejecución y análisis del Evento de cocina mexicana.

| ORGANIZACIÓN Y LOGÍSTICA   | FECHA DE CUMPLIMIENTO |
|--|-----------------------|
| Temática del evento/ propuestas de lugar.  | 08/09/2022            |
| Definición del lugar.  | 15/09/2022            |
| Lista de invitados/ propuesta de invitación.   | 22/09/2022            |
| Definición de mobiliario y montaje del evento.                                       | 29/09/2022            |
| Propuesta de menú.   | 06/10/2022            |
| Prueba de Menú.  | 13/10/2022            |
| Lista de insumos (cocina), Ambientación (centros de mesa, música y entretenimiento). | 20/10/2022            |
| Requisición de equipo menor y mayor de cocina/costeo final.                          | 27/10/2022            |
| Prueba de Menú/ Invitaciones/ Boletos/Presupuesto completo.                          | 03/11/2022            |
| Prueba de Menú.  | 10/11/2022            |
| Prueba de Montaje.   | 17/11/2022            |
| Prueba de Menú.  | 24/11/2022            |
| Prueba de Menú.  | 01/12/2022            |
| Producción del evento.   | 06/12/2022            |
| Ejecución del evento.  | 07/12/2022            |
| Limpieza del evento.   | 08/12/2022            |
| Análisis del evento (costos).  | 09/12/2022            |

Fuente: Elaboración propia (2022).



#### 4.4.2 Lugar.

Se llevó a cabo en el Jardín “El Tlapehue”, ubicado en Calle Flor ave de paraíso s/n, Santa María Pipioltepec, 51200 Valle de Bravo, Méx. La elección del lugar se hizo a través de la propuesta de los estudiantes, considerando las características de la temática del evento.

#### 4.4.3 Mobiliario y equipo de trabajo.

El evento estuvo dirigido para 64 comensales, por lo cual se requirió del siguiente mobiliario:

- 1 carpa elegante de 10 \* 30 metros
- 8 mesas tablón de madera estilo vintage blancas
- 64 sillas rústicas blancas de madera
- 1 templete de 5\*5 m, con la finalidad de desarrollar los números artísticos.
- 20 mesas de trabajo para montar la línea de emplatado del menú salado, la línea del menú para postres y la barra para las bebidas.
- 6 tarimas rústicas blancas de madera para los puestos de comida.

**Fotografía 50:** Montaje de mobiliario de evento de Cocina Vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

#### 4.4.4 Invitaciones.

Las invitaciones del evento se difundieron de manera digital a través de las redes sociales del TESVB y de la Licenciatura en Gastronomía y para los comensales que adquirieron boletos, se les entregó la invitación física con una botella de vidrio de 2 onzas, rellena de licores de la región (zarza, durazno y café), y con el boleto sujeto de la misma.

Fotografía 51: Invitación digital al evento de Cocina Vallesana.



Fuente: Elaboración propia (2022).

#### 4.4.5 Montaje de mesa, decoración y ambientación.

El montaje de mesas del evento, se realizó con elementos representativos de la región de Valle de Bravo. Para el centro de mesa, se colocaron bases de ocoxal, considerado una de las principales artesanías de la región, derivado de la gran variedad de pinos que se pueden encontrar. Sobre dicha base de ocoxal, se colocaron unos floreros con flores de la región y un camino de naturaleza muerta con hojas secas, piñas de los pinos y colas de zorra; vegetación de la región. También se colocaron velas de colores y los menús impresos colocados sobre lápices de madera con la leyenda de Valle de Bravo; artesanías igualmente representativas de la región.

En cuanto a la loza, se colocaron platos base de peltre blancos con orilla negra para resaltar sobre la mesa blanca, y servilletas de tela de colores, para lograr contrastar con la neutralidad de la mesa, finalmente sobre el plato base se colocó una mariposa monarca, como fauna representativa y característica de la región.

**Fotografía 52:** Elementos decorativos de montaje de mesa del evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

Respecto a la decoración del lugar, se colocaron a lo largo del techo de la carpa, dentro del lago del jardín y alrededor de los puestos de antojitos vallesanos, los famosos farolitos de colores Valle de Bravo, representativos de la fiesta patronal de San Francisco de Asís También se colocaron alrededor de los postes de la carpa y del templete flores de girasol y colas de zorra, representativas de la vegetación de la región.

**Fotografía 53:** Farolitos blancos en el lago de noche.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 54:** Farolitos de colores en la carpa.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

Y finalmente, para la ambientación del evento, durante la comida se tuvo la participación de un grupo de bailables de la región, con representaciones de música mazahua y del sur del estado de México, así como un grupo de mariachi y al finalizar el menú, se realizó el lanzamiento de globos de cantoya, en representación de una de las tradiciones más típicas de Valle de Bravo durante las fiestas patronales.

**Fotografía 55:** Bailable Mazahua del grupo Hikuri.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 56:** Mariachi en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 57:** Lanzamiento de globo de cantoya en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

#### **4.4.6 Menú.**

Para la elaboración del menú con base en la clasificación de la fase dos de la puesta en Valor de la Gastronomía Tradicional de Valle de Bravo, se realizó un menú degustación de 13 tiempos, con recetas y productos locales con los que elaboraron estos deliciosos platillos y coctelería de la cocina tradicional vallesana.

Fotografía 58: Menú digital del evento de cocina vallesana.



Fuente: Elaboración propia (2022).

El desarrollo del menú se llevó a cabo en dos fases, la primera se trató de llevar a los comensales la experiencia de consumir antojitos vallesanos a través de puestos callejeros de comida, por lo que al otro extremo de las mesas de los comensales, junto al lago del jardín, se montaron 3 puestos en los cuales los invitados podía llegar a pedir el antojo de su preferencia o probar todos los que estaban disponibles y comerlo de pie como un buen puesto callejero; se ofrecieron tacos de barbacoa con consome y tortillas azules hechas a mano, pambazos vallesanos de mole verde y tinga y esquites de mantequilla y camarón.

**Fotografía 59:** Puestos de antojitos vallesanos en evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 60:** Puestos de esquites en evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

Posteriormente, después de los puestos de antojitos vallesanos, se continuó con el resto de los tiempos del menú, llevando a la mesa los platillos ya preparados desde la cocina, dando explicación de los principales ingredientes, técnicas y saberes que los caracterizan. A continuación se muestra las recetas presentadas en el evento.

## 4.4.7 Estandarización de recetas del menú para el evento temático de Cocina Vallesana.

### ESQUITES DE CAMARÓN

30 porciones



#### INGREDIENTES

|  |                                |
|--|--------------------------------|
| 25 pz de elotes.                           | <b>Para servir:</b>            |
| 400 g de chile guajillo (del que no pica). | 1 kg de mayonesa.              |
| 400 g de camarón seco (mediano).           | 1 kg de queso rallado.         |
| 180 g de margarina.                        | 1 kg de chile piquín en polvo. |
| 1 manojo de epazote.                       | 500 g de limón.                |
| 15 g de sal.                               |                                |
| 1.5 kg de cebolla blanca.                  |                                |
| 2 cabezas de ajo.                          |                                |



#### PREPARACIÓN

Desgranar el elote fresco en un recipiente, lavar hasta que tire todo el hollejo y reservarlo, continuar lavando los granos de elote hasta que el agua este transparente; aproximadamente 5 veces.

En una cacerola, agregar agua, la mitad del epazote y sal, y una vez que alcance el punto de ebullición, agregar los granos de elote y dejar cocer hasta que este blando.

Limpia el camarón y reservar la cabeza.

Poner a hervir los chiles previamente desvenados hasta que se suavicen y posteriormente licuar con la misma agua de la cocción, llevar a fuego medio.

Moler las cabezas de camarón con el hollejo que soltó el granito al lavarlo, y el agua donde se cocieron los granos de elote, esta molienda agregarla a la salsa anterior e incorporar los camarones, dejar hervir.

En una cazuela derretir la margarina y la mantequilla, agregar los granos de elote, el resto del epazote e incorporar la salsa de camarón.

Servir calientes acompañados de mayonesa, queso rallado, unas gotas de limón y chile en polvo al gusto.



# ESQUITES DE MANTEQUILLA

30 porciones

Esquites



## INGREDIENTES

25 pz de elotes.  
180 g de mantequilla.  
180 g de margarina .  
200 g de chile habanero.  
200 g de jalapeño.  
10 pzas de chile manzano.  
1 manojo de epazote.

### Para servir

1 kg de mayonesa.  
1 kg de queso rallado.  
1 kg chile piquín en polvo.  
500 g de limón.



## PREPARACIÓN

Desgranar el elote fresco en un recipiente, lavar hasta que tire todo el hollejo y reservarlo, continuar lavando los granos de elote hasta que el agua este transparente; aproximadamente 5 veces.

En una cacerola, agregar agua, la mitad del epazote y sal, y una vez que alcance el punto de ebullición, agregar los granos de elote y dejar cocer durante 20 minutos.

Una vez cocidos los granos, retirar toda el agua de la cocción y agregar la mantequilla, la margarina, el resto del epazote y el chile manzano, mover constantemente hasta que se derrita la mantequilla y margarina.

Después de 5 minutos, agregar la mitad de chile habanero y triturar con la misma cuchara para lograr soltar mejor el picor.

Rectificar sazón y servir calientes, acompañados de mayonesa, queso rallado, chile piquín al gusto y unas gotas de limón.



# PAMBAZO VALLESANO DE MOLE VERDE

60 porciones



## INGREDIENTES

### Mole verde

5 kg de pechuga de pollo.  
200 g de cebolla.  
100 g de ajo.  
100 g de pepita de calabaza (sin cáscara).  
200 g de almendra.  
150 g de nuez.  
200 g de pasas.  
0.200 g de ajonjolí.  
1 raja de canela.  
2.5 g de tomate manzano.  
500 g de chile jalapeño.  
500 g de chile serrano.  
1 kg de chile poblano.  
100 g de perejil.

100 g de cilantro.  
100 g de epazote.  
100 g de hojas de rábano.  
Sal de grano.  
Pimienta molida .

### Para servir:

60 pz de pan para pambazo (vallesano).  
1 lt de aceite.  
1 kg de frijoles refritos.  
500 g de queso doble crema.  
500 ml de crema ácida.  
2 pzas de lechuga orejona.  
1 lt de salsa verde.  
1 lt de salsa roja.



## PREPARACIÓN

### Mole verde:

A fuego medio colocar suficiente agua, una vez llegado al punto de ebullición agregar las pechugas, la mitad del ajo, la mitad de la cebolla y sal. Dejar hervir hasta que el pollo esté cocinado, retirar la pechuga y reservar el caldo.

Una vez fría las pechugas, deshebrar lo más fino posible y reservar.

En una cazuela, agregar las semillas, junto con la canela y tostar ligeramente, cuidando que no se quemem, retirar y reservar.

En la misma cazuela, agregar la manteca de cerdo y realizar un sofrito con los tomates, los chiles, el resto del ajo y la cebolla, retirar y reservar.

Agregar las semillas tostadas a un procesador de alimentos, agregar caldo de pollo y licuar hasta obtener una salsa tersa, en la misma cazuela en que se realizaron las cocciones previas, agregar la pasta obtenida y mantener a fuego medio, agregando caldo constantemente para evitar que se seque.

En el mismo procesador de alimentos, agregar el sofrito, el perejil, epazote, cilantro y hojas de rábano, licuar con caldo de pollo hasta

obtener una mezcla tersa y agregar a la mezcla de semillas que se encuentra en cocción, rectificar sazón con sal y pimienta y mantener a fuego medio, agregando caldo de pollo necesario, para evitar que se seque en exceso.

Una vez lograda la consistencia deseada (punto de napado), agregar las pechugas deshebradas y mantener a fuego bajo durante 10 minutos más.

### Para servir:

Una vez listo el mole verde para rellenar los pambazos. En un sartén agregar el aceite suficiente y freír el pan de pambazo, hasta obtener un color dorado, evitando que se quemem y retirar el exceso de aceite.

Posteriormente abrir el pambazo a la mitad de forma horizontal, sin llegar al otro extremo, evitando que el pan se separe en dos piezas, untar frijoles refritos y rellenar con el mole verde.

Agregar la lechuga; previamente desinfectada y cortada en chiffonade, crema ácida, queso doble crema y salsa al gusto.

Servir caliente y envuelto en hoja de plátano, para ser amigables con el medio ambiente.



# PAMBAZO VALLESANO DE TINGA

60 porciones



## INGREDIENTES

5 kg de pechuga de pollo.  
4 kg de jitomate.  
3 kg de cebolla.  
2 latas de chile chipotle.  
500 g de tomate.  
8 dientes de ajo.  
50 g de chile verde.  
50 g de chile de árbol.  
Pimienta molida.  
Sal de grano

### Para servir:

60 pz de pan para pambazo (vallesano).  
1 lt de aceite.  
1 kg de frijoles refritos.  
500 g de queso doble crema.  
500 ml de crema ácida.  
2 pz de lechuga orejona.  
1 lt de salsa verde.  
1 lt de salsa roja.



## PREPARACIÓN

### Tinga

A fuego medio colocar suficiente agua, una vez llegado al punto de ebullición agregar las pechugas, 4 dientes de ajo, media cebolla y sal. Dejar hervir hasta que el pollo esté cocinado, retirar la pechuga y reservar el caldo.

Una vez fría las pechugas, deshebrar lo más fino posible y reservar.

En un sartén, colocar caldo de pollo y llevar a fuego medio, cocer los tomates, media cebolla y 2 dientes de ajo, una vez que estén blandos, retirar del fuego y dejar enfriar.

En una cazuela, agregar aceite a fuego medio e incorporar las cebollas en julianas, el resto del ajo en julianas y una vez que obtengan un color transparente, agregar el pollo deshebrado y los jitomates en brunoise.

En un procesador de alimentos, agregar los tomates, con la cebolla y ajo, los chiles chipotles y licuar con caldo de

pollo suficiente hasta obtener una consistencia tersa, agregar a la cazuela del pollo, rectificar sazón con sal y pimienta y dejar hervir hasta que reduzca, sin dejar secar demasiado.

### Para servir:

Una vez lista la tinga para rellenar los pambazos, en un sartén agregar el aceite suficiente y freír el pan de pambazo, hasta obtener un color dorado, evitando que se queme y retirar el exceso de aceite.

Posteriormente abrir el pambazo a la mitad de forma horizontal, sin llegar al otro extremo, evitando que el pan se separe en dos piezas, untar frijoles refritos y rellenar con la tinga de pollo.

Agregar la lechuga; previamente desinfectada y cortada en chiffonade, crema ácida, queso doble crema y salsa al gusto.

Servir caliente y envuelto en hoja de plátano, para ser amigables con el medio ambiente.

# ALCACHOFA EN SALSA DE HONGO AZUL

16 porciones

Alcachofas



## INGREDIENTES

### Salsa de hongo azul:

2 kg de champiñones.

1 kg de hongo azul.

2 lt de crema Lyncott.

3 dientes de ajo.

1 kg de cebolla.

500 g de mantequilla.

### Para servir:

16 pz de alcachofas.

250 g de queso parmesano.



## PREPARACIÓN

### Para las alcachofas

Limpiar las alcachofas, retirando el tallo para poder colocarla sobre el plato, los pistilos y la punta de las hojas ligeramente, evitando abrirla demasiado para no destruir su tradicional forma.

Una vez limpias, en una olla con suficiente agua hirviendo, agregar las alcachofas, con un poco de sal y dejar hervir durante 25 minutos o hasta que estén en su punto (con un palillo picar las alcachofas, si este entra y sale con facilidad, significa que ya están listas). Retirar del fuego y reservar.

### Para la salsa de hongo azul:

En un sartén a fuego medio, derretir la mitad de la mantequilla y agregar la cebolla en julianas, hasta obtener un color transparente, agregar el ajo fileteado.

Cortar los champiñones y hongos azules en láminas, con el tallo incluido y agregar a la mezcla de cebolla y ajo. Sofreír hasta reducir su tamaño, retirar del fuego y dejar enfriar.

En un procesador de alimentos, agregar la mezcla de hongos, incorporar la crema lyncot y licuar hasta obtener una consistencia tersa.

En un sartén, derretir el resto de la mantequilla y agregar la salsa de hongos, rectificar sazón y dejar hervir durante 7 minutos a fuego bajo, sin dejar que reduzca demasiado, reservar.

### Para servir:

En un plato colocar la alcachofa caliente y abrir ligeramente las hojas, bañar con la salsa de hongo azul caliente, cuidando cubrir todas las hojas y terminar decorando con queso parmesano al gusto, rallado al momento.

Servir al centro para compartir.

# REQUESÓN EN SALSA DE CHILES SECOS

60 porciones

Requesón



## INGREDIENTES

### Para el requesón:

1.5 kg de requesón fresco.  
100 g de epazote.  
750 g de chile cebolla.  
180 g chile manzano.  
180 g de chile jalapeño.  
Sal.

### Para las tostadas:

500 g de tortillas.  
1 l de aceite

### Para la salsa:

100 g de ajo.  
100 g de cebolla.  
100 g de chile guajillo.  
120 g de chile puya.



## PREPARACIÓN

### Para el requesón:

En un sartén sofreír ligeramente la cebolla en julianas, el chile manzano en brunoise y el chile jalapeño en brunoise.

En un bowl grande colocar el requesón, agregar la mezcla de cebolla y chiles sofritos y el epazote en chiffonade. Mezclar todo de manera uniforme, rectificar sazón y reservar.

### Para las tostadas:

Cortar las tortillas en círculos de 3 cm de diámetro aproximadamente, y en un sartén con suficiente aceite caliente, llevar a fritura profunda, evitando que queden demasiado blandas o que se quemem. Retirar el exceso de grasa y reservar.

### Para la salsa:

Hervir los chiles previamente desvenados, retirar del fuego y reservar.

Tatemar el ajo y la cebolla troceados y moler en el molcajete, agregar los chiles cocidos y martajar lo más tersa posible, rectificar sazón y reservar a temperatura ambiente.

### Para servir:

En un ramequin de barro, colocar un cuadro de hoja de milpa como base, untar con la salsa de chile seco, agregar una cucharada de requesón, y colocar tres tostadas encima de forma simétrica para poder dar altura.

Servir a temperatura ambiente.

# TIRADITO DE TRUCHA

Tiradito



## INGREDIENTES

Trucha salmonada (aproximadamente 6 piezas de 1.2 a 1.5 kg).  
1 kg de setas.  
1 kg de pasiflora o granada amarilla.  
5 kg de níspero.  
4 kg de limón.

500 g de cebolla morada.  
200 g de cebolla morada.  
30 g de chile miraciolo.  
60 lt de vinagre blanco.  
Pimienta molida.  
Sal de grano.



## PREPARACIÓN

En un sartén a fuego medio, calentar un poco de aceite y agregar las setas y la cebolla blanca fileteada, retirar de fuego y reservar.

Pelar los nísperos y retirar las semillas, triturar los nísperos y extraer toda la pulpa, colar todo para separar la merma de la pulpa.

Cortar la pasiflora y extraer toda la pulpa, licuar y pasar en un colador para obtener únicamente la pulpa.

Mezclar la pulpa de ambas frutas y reservar en refrigeración.

Exprimir los limones, sin huesos o semillas, agregar el vinagre blanco. Cortar la cebolla morada en julianas muy finas y agregarlas al jugo de limón con vinagre. Reservar en refrigeración.

Limpiar y extraer los filetes de las truchas, posteriormente cortar láminas muy delgadas, (las láminas se sacan a lo largo de la trucha, tomándola de forma horizontal).

Retirar del jugo de limón con vinagre la cebolla morada fileteada, colocar las láminas de trucha en el jugo de limón y dejarlas reposar durante 10 minutos en refrigeración.

Una vez concluidos los 10 minutos, retirar las láminas de trucha del jugo de limón y pasar a otro recipiente con la pulpa del níspero y de la pasiflora, dejar reposar mínimo por 30 minutos en refrigeración.

En el jugo de limón con vinagre en el que se agregó la trucha, colocar las setas salteadas y la cebolla morada fileteada, durante 10 minutos a temperatura ambiente. Retirar y agregar a la pulpa de las frutas, durante 10 minutos más.

Reservar las láminas de trucha y filetes de setas en recipientes por separado.

### Para servir:

Con unas pinzas de montaje, colocar sobre una laja, una lámina de trucha y una de setas, e ir colocando de manera simétrica, una a una, evitando que se encimen.

Colocar en la parte superior de manera simétrica la cebolla morada fileteada, decorar con flores comestibles o germen al gusto. Terminar espolvoreando con polvo de chile miraciolo al gusto.

Sazonar con sal y pimienta al gusto.



## SOPA DE MILPA

60 porciones

Sopa de milpa



### INGREDIENTES

5 pz grandes de elote.  
5 kg de calabaza criolla.  
3 kg de chile poblano.  
2 kg de pechuga de pollo.  
3 lt de caldo de pollo.

1 kg de flor de calabaza.  
1.5 kg de jitomate deshidratado.  
1 kg de cebolla.  
1 cabeza de ajo grande.  
1 kg de queso fresco.



### PREPARACIÓN

Desgranar el elote y reservar.

En una olla poner a cocer a pechuga con media cebolla y 3 dientes de ajo y sal. Una vez cocina, deshebrar finamente y reservar al igual que el caldo de pollo.

Tatemar el chile poblano ligeramente, y dejar sudar en una bolsa de plástico por 30 minutos, una vez pasado ese tiempo, retirar la piel y las semillas, cortar en brunoise y reservar.

Cortar la calabaza en brunoise y reservar.

Cortar la cebolla y el ajo en brunoise, y sofreír en un sartén con aceite caliente, una vez que su color sea transparente, agregar las calabazas y el chile poblano y sofreír.

Posteriormente agregar los jitomates deshidratados, los granos de elote y sofreír. Agregar el caldo de pollo, dejar hervir de 6 a 8 minutos y rectificar sazón. Una vez listo, retirar las verduras y reservar el caldo caliente.

#### Para servir:

En una cocotera, colocar al fondo la pechuga de pollo deshebrada, las verduras de la cocción, una flor de calabaza limpia encima, queso fresco y tapar.

Colocar el caldo lo suficientemente caliente en una jarra térmica y servir frente al comensal.



## CARNE APACHE DE CECINA

Carne apache



### INGREDIENTES

3 kg de cecina.  
250 g de cilantro.  
2 kg de chile manzano.  
3.5 kg de jitomate.  
2.5 kg de cebolla.  
1 lata de chiles en vinagre de 2.8 kg.  
500 ml de jugo de mandarina.  
3 kg de limón.  
3 kg de aguacate.  
Sal.

#### Para el cremoso de aguacate:

500 g de espinaca.

1 kg de aguacate.  
1 l de crema Lyncott.  
500 g de limón.  
Sal.  
Pimienta molida.  
500 ml de aceite de oliva.

#### Para servir:

3 paquetes de tostadas horneadas.  
200 g de germen de betabel.  
Cremoso de aguacate.



### PREPARACIÓN

Picar la cecina finamente (como carne molida), colocar en un recipiente grande y agregar el jugo de los limones y el vinagre de chiles, dejar curtir por una hora en refrigeración.

Para este tiempo, agregar a la mezcla la cebolla en brunoise, el chile manzano y el jitomate en brunoise y sin semilla y el cilantro finamente picado, el aguacate en cubos y servir a temperatura ambiente.

#### Para el cremoso de aguacate:

En la licuadora agregar los aguacates, las espinacas desinfectadas, el jugo de limón, sal y pimienta al gusto, comenzar a licuar y en forma de hilo incorporar el aceite de oliva hasta obtener una textura fina, tersa y sin grumos.

#### Para servir:

En un plato colocar un molde de forma rectangular de aproximadamente 10 cm de largo, rellenar con la carne apache, retirar el molde y decorar a carne con germen de betabel, cremoso de aguacate y tostadas horneadas troceadas para dar altura.



## MIXIOTES DE POLLO



### INGREDIENTES

18 kg de pierna y muslo de pollo.  
15 g de orégano.  
1 kg de cebolla.  
200 g de ajo.  
4 kg de nopales.

2 pzas de achiote.  
1 kg de chile guajillo.  
250 ml de vinagre.  
10 ml de aceite.  
60 hojas de maguey para mixiotes.



### PREPARACIÓN

Desvenar y limpiar los chiles, e hidratar en agua caliente durante 30 minutos. Posteriormente licuarlos con cebolla, ajo, achiote, sal, orégano y vinagre.

En una olla con aceite caliente, sofreír la salsa y dejar enfriar.

En un recipiente grande, colocar las piezas de pollo, cubrir con la salsa y dejar marinar en refrigeración durante toda la noche.

Una vez pasado este tiempo, cortar los nopales en forma de bastón y cocer en su propio jugo con orégano y sal.

Colocar la hoja de maguey sobre un plato hondo para poder armar el mixiote y no se derrame el líquido. Al centro de la hoja, colocar una pieza de pollo, nopales y un poco de la salsa, amarrar con un hilo y repetir el proceso con el resto de los mixiotes.

Cocer a baño maría durante 1 hora aproximadamente, y servir caliente en una cocotera. Acompañar con tortillas hechas a mano.





# POZOLE ROJO

60 porciones

Carne apache



## INGREDIENTES

6 kg de maíz descabezado.

6 kg de retazo de pollo.

6 kg de codillo de cerdo.

2 kg de cebolla.

4 cabezas de ajo.

300 g chile guajillo picante.

400 g de chile guajillo del que no pica.

60 g de chile morita.

75 g de pimienta.

30 g de clavo de olor.

450 g de sal.

### Para servir:

4 pz de lechuga orejona.

250 g de orégano.

3 kg de limón.

2 kg de cebolla.

1 kg de rábano.

12 paquetes de tostadas.



## PREPARACIÓN

Colocar el maíz en una olla y cubrir con agua, dejar hervir por 60 minutos.

Pasado este tiempo, colocar la carne de cerdo, la cebolla y las cabezas de ajo partidas a la mitad, las hojas de laurel, sal y dejar a fuego por una hora más.

Pasada la segunda hora, colocamos el retazo de pollo y agregamos un poco de orégano.

Desvenar los chiles, tatarlos junto con la pimienta y los clavos de olor, dejar hidratar en agua caliente durante 15 minutos, y posteriormente licuar y colar. Agregar esta mezcla a la olla de los granos de maíz y dejar hervir por 90 minutos más. Rectificar sazón y retirar el retazo de pollo.

### Para servir:

En una cazuela de barro, servir el pozole con la carne de cerdo, lechuga cortada en chifonnade, cebolla y rábano en brunoise, orégano al gusto, jugo de limón y acompañar con tostadas.



# TAMALES NEJOS

120 porciones

*Carne apache*



## INGREDIENTES

6 kg de maíz.  
3 kg de ceniza de encino.  
2 kg de calabaza criolla.  
2 kg de ejote.

1 kg de frijol.  
10 lt de agua.  
10 hojas de plátano.  
Sal.



## PREPARACIÓN

Colocar en una vaporera el agua y esperar a que rompa hervor.

Cernir la ceniza de encino para retirar exceso de madera o alguna impureza y agregar al agua hirviendo sin dejar de mover.

Enjugar el maíz y agregarlo a la vaporera con e agua y la ceniza hirviendo y dejar cocer hasta que el maíz tumbé la cabeza (punta de grano de maíz que lo une con el olote).

Retirar del fuego y dejar reposar durante 12 horas.

Pasadas las 12 horas llevar al molino de luz para obtener masa y amasarla con sal durante 30 minutos.

Dividir la masa en 3 porciones iguales y a cada una agregar la calabaza criolla en cubos, los ejotes y el frijol, respectivamente y reservar.

Tatemar las hojas de plátano por ambos lados hasta obtener un tono brillante y cortarlas dependiendo el tamaño que se desee.

Colocar una bolita de masa (depende el tamaño elegido) por encima de la hoja de plátano y extender ligeramente dejando un grosor de 1 a 2 cm aproximadamente y con la misma hoja envolver de modo de que la masa quede cubierta y no se derrame durante la cocción. Repetir hasta terminar la masa.

Ya listos los tamales acomodarlos en una vaporera, dejando un círculo en el centro, para que el vapor llegue hasta los tamales de la parte superior y la cocción sea uniforme.

Colocar agua suficiente (evitando que el agua toque los tamales) y llevar a fuego durante 1 hora y 30 minutos aproximadamente (revisar el agua constantemente para que no se termine durante este tiempo).

Servir calientes con mole rojo y chilacayote.

# MOLE ROJO

60 porciones

Mole rojo



## INGREDIENTES

750 g de chile ancho.  
500 g de chile mulato.  
300 g de chile pasilla.  
1 lt de manteca de cerdo.  
2 piezas de pan planco duro.  
3 cabezas de ajo.  
1 kg de cebolla.  
3 kg de jitomate.  
500 g de ajonjolí.  
500 g de cacahuete.

500 g de pasas.  
100 g de comino.  
100 g de pimienta gorda.  
100 g de pimienta negra.  
5 rajas de canela.  
100 g de jengibre.  
500 g de piloncillo.  
6 kg de chilacayote.  
120 tamales nejos (calabaza, ejote, chilacayote).



## PREPARACIÓN

Desvenar los chiles y reservar.

En una cazuela de barro, calentar manteca de puerco a fuego medio y freír los chiles evitando que no se quemen porque amargan. Posteriormente hidratarlos en caldo de pollo caliente, durante 15 minutos.

En la misma cazuela con manteca de cerdo, freír las rebanadas de pan por ambos lados, evitando que se queme porque se amarga. Reservar.

Sofreír en la cazuela de barro el ajo y la cebolla y reservar.

En un comal sin grasa, tatemar los jitomates, retirar la piel y reservar.

En el mismo comal sin grasa, tostar el ajonjolí evitando que se queme y reservar.

Licuar todos los ingredientes fritos y remojados, con un poco de caldo. Se agregan también al vaso de

la licuadora los cacahuates, las pasas y la nuez. Estos ingredientes van naturales, no se fríen ni se tuestan.

En un molcajete, machacar el comino, las pimientas gordas, las pimientas negras, los clavos y la canela. Posteriormente agregar esta mezcla a la licuadora.

Licuar todos los ingredientes (a excepción de chayote, chocolate y el jengibre), hasta obtener una salsa tersa.

Colar la salsa y sofreír a fuego bajo, añadir el chocolate, el jengibre y caldo de pollo suficiente, hasta obtener una mole consistente. Dejar hervir durante 1 hora como mínimo y retirar el trozo de jengibre.

Cortar el chilacayote en bastones, sazonar con sal y pimienta y saltear por unos segundos.

### Para servir:

Colocar una base de mole rojo, dos piezas de tamales nejos (pequeños) y terminar con los chilacayotes salteados. Servir todo caliente.



#### 4.4.8 Desarrollo del Evento Temático de “Cocina Vallesana”

|             |  |
|-------------|--|
| Propósito:  | Desarrollar un evento gastronómico a través de una comida de 13 tiempos, conducido por la L.G. Libis Delfina Ortega Bustamante y los estudiantes del 1ro, 3ro, 5to y 7mo de la Licenciatura en Gastronomía, como parte de los elementos que constituyen la puesta en valor de una gastronomía y así permitir visibilizar los aportes y saberes culinarios como parte de la identidad y recurso patrimonial de la cocina tradicional de Valle de Bravo. |
| Asistentes: | Autoridades, docentes, estudiantes y comensales.   |
| Fecha:      | Miércoles 07 de diciembre de 2022.   |
| Hora:       | 15.00 horas.   |
| Lugar:      | Jardín el Tlapeue, Calle Flor ave de paraíso s/n, Santa María Pipioltepec, 51200 Valle de Bravo, Méx.  |

#### Orden del día

| No. | ACTIVIDAD                  | PARTICIPANTES  | TIEMPO | HORA                |
|-----|----------------------------|--|--------|---------------------|
|     |                            | <i>A Valle de Bravo desde la llegada de órdenes religiosas al lugar se le ha denominado con diversos nombres: San Francisco del Valle de Temascaltepec, Temascaltepec de indios, Villa del Valle y finalmente Valle de Bravo.</i>  |        |                     |
| 1   | Actividad                  | Buenas tardes, bienvenidos sean todos, el Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo agradece su presencia a nuestro evento anual de Cocina Mexicana, con la temática de “Cocina Vallesana” a cargo del Tercer Semestre de la Licenciatura en Gastronomía, con la importante participación y colaboración de los alumnos del 1er, 5to y 7mo semestres del mismo programa de estudios.                                    | 5 min  | 15:00<br>-<br>15:05 |
|     |                            | <i>Valle de Bravo se caracteriza por la presencia de cocina internacional, pero cabe resaltar que se empelan muchos productos locales haciendo del pueblo un lugar de verdadero interés gastronómico.</i>  |        |                     |
|     |                            | <i>Entre sus calles, callejones y en el mercado se pueden encontrar y saborear ricos platillos con una enorme variedad de ingredientes frescos y locales. Los fines de semana, en el jardín se pueden encontrar puestos de antojitos que ofrecen esquites, tacos, pambazos, así como tamales de muchos sabores, atole de frutas y pan de leña; pero sin duda, algo que no se debe dejar de probar son los helados artesanales.</i> |        |                     |
| 2   | Presentación del presidium |  | 5 min  | 15:05<br>-<br>15:10 |

Este día nos distinguen con su grata presencia las siguientes personalidades:

Agradecemos la distinguida presencia del **Doctor en Educación Lázaro Abner Hernández Reyes**, director Académico.





Contamos con la presencia de la **Maestra Andrea Cruz Mondragón**, directora de administración de finanzas del Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo.

Se encuentra entre nosotros la Ingeniera **Química Lorena Guadarrama Salazar**, subdirectora de Estudios Profesionales.

También agradecemos la grata presencia y apoyo del **Licenciado Alejandro Bárcenas Olvera**, propietario del Jardín Tlapeue.

|   |                            |   |       |                     |
|---|----------------------------|---|-------|---------------------|
| 2 | Presentación del presidium | <p>Y como anfitriona y organizadora de este evento la <b>Licenciada en Gastronomía Libis Delfina Ortega Bustamante</b>, jefa de División de la Licenciatura en Gastronomía.</p> <p>Así mismo les damos la más cordial de las bienvenidas a padres, familiares y amigos de nuestros estudiantes.</p> <p>Se encuentran entre nosotros la academia de la Licenciatura en Gastronomía, orquestadores de este magnífico proyecto.</p> <p>Y finalmente pero no menos importantes, nuestros estudiantes del 1ro, 3ro, 5to y 7mo semestres.</p> | 5 min | 15:05<br>-<br>15:10 |
|---|----------------------------|---|-------|---------------------|

|   |                        |  |       |                     |
|---|------------------------|--|-------|---------------------|
| 3 | Palabras de bienvenida | <p><b>La belleza de Valle de Bravo tiene entre sus encantos, una excelente propuesta culinaria, desde el desayuno hasta la cena, con platillos regionales como internacionales que van desde una rica trucha arcoiris, preparada al horno, en el comal o al vapor; las alcachofas; el mole con gallina o guajolote, la cabeza de cerdo en guisado y la res al vapor; una sabrosa barbacoa; el consomé de borrego; asimismo, la variedad de tamales es una alternativa que te sorprenderá con sabores como los de frijol, de charal, los de capulín y de ceniza, entre muchas otras opciones de la cocina tradicional mexiquense.</b></p> <p>A continuación, el <b>Doctor Lázaro Abner Hernández Reyes</b>, director Académico del Tecnológico de estudios Superiores de Valle de Bravo, nos dará un mensaje.</p> <p>Agradecemos las palabras del Doctor Hernández.</p> | 5 min | 15:10<br>-<br>15:20 |
|---|------------------------|--|-------|---------------------|

|   |              |  |        |                     |
|---|--------------|--|--------|---------------------|
| 4 | Introducción | <p>El día de hoy los alumnos de la licenciatura en Gastronomía del TESVB les presentarán un menú de degustación de 13 platillos de cocina típica vallesana, con el uso de ingredientes locales y técnicas tradicionales de la cocina mexicana.</p> | 10 min | 15:20<br>-<br>15:25 |
|---|--------------|--|--------|---------------------|



Cuando recorremos las calles de este bello pueblo mágico, una de las escenas más pintorescas que encontramos dentro del ámbito culinario, son los puestos de comida típica.

Y uno de los lugares más emblemáticos es el callejón del hambre, donde encuentras variedad de tacos, aguas frescas, elotes y esquites. Y según la tradición oral, se dice que si visitas Valle de Bravo y no pruebas los esquites de camarón es como si no hubieras estado.

En los portales del centro preparan los peculiares pambazos vallesanos, que a diferencia de los tradicionales; los cuales van enchilados y en una porción grande, estos no van bañados en salsa y es una porción mucho más pequeña, pero de un sabor inigualable. Pero ojo, nunca cuestiones a un Vallesano sobre que estos pambazos no son los tradicionales, porque no habrá manera de que puedas hacerlo cambiar de opinión.

Y qué decir de los domingos de tianguis, en los que después de un recreativo fin de semana, puedes ir a desayunar un delicioso taco de barbacoa con consomé, acompañado de toda la familia.

Por ello queremos el día de hoy, acercar a ustedes esta exquisita experiencia, y los invitamos a pasar los puestos de antojitos vallesanos, que pueden encontrar al fondo del jardín en que podrán degustar unos deliciosos:

**ESQUITE DE CAMARÓN O MANTEQUILLA  
PAMBAZO DE MOLE VERDE O TINGA  
y  
TACO DE BARBACOA CON CONSOME**

También podrán encontrar deliciosas aguas de frutas  
DISFRUTENLO.

|   |               |        |                     |
|---|---------------|--------|---------------------|
| 5 | Primer tiempo | 10 min | 15:25<br>-<br>15:35 |
|---|---------------|--------|---------------------|

|   |   |        |       |
|---|---|--------|-------|
| 6 | A continuación, los invitamos a tomar sus lugares, para continuar con la degustación de menú. | 10 min | 15:55 |
|---|---|--------|-------|

|   |               |        |       |
|---|---------------|--------|-------|
| 7 | Cuarto tiempo | 10 min | 16:05 |
|---|---------------|--------|-------|

|   |               |        |                     |
|---|---------------|--------|---------------------|
| 8 | Quinto tiempo | 10 min | 16:05<br>-<br>16:15 |
|---|---------------|--------|---------------------|

|   |                 |        |                     |
|---|-----------------|--------|---------------------|
| 9 | Danza 1ra parte | 10 min | 16:15<br>-<br>16:30 |
|---|-----------------|--------|---------------------|

A continuación, la participación artística está a cargo del Grupo de Danza Folclórica Hikuri dirigido por el profesor Leonardo Cruz Irineo.

Quienes se presentan con las melodías típicas de la región.





|    |                       |   |        |                     |
|----|-----------------------|---|--------|---------------------|
| 10 | Sexto tiempo          | <b>TIRADITO DE TRUCHA Y SETAS EN JUGO<br/>DE NÍSPERO Y GRANADA AMARILLA</b> | 15 min | 16:30<br>-<br>16:40 |
| 11 | Séptimo tiempo        | <b>SOPA DE MILPA</b>  | 10 min | 16:40<br>-<br>16:50 |
| 12 | Octavo tiempo         | <b>CARNE APACHE DE CECINA VALLESANA</b>                                     | 10 min | 16:50<br>-<br>17:00 |
| 13 | Noveno tiempo         | <b>MIXIOTE DE POLLO</b>   | 10 min | 17:00<br>-<br>17:10 |
| 14 | Decimo tiempo         | <b>POZOLE ROJO</b>  | 10 min | 17:10<br>-<br>17:20 |
| 15 | Décimo primero tiempo | <b>TAMALES NEJOS CON MOLE ROJO Y CHILACAYOTE</b>                            | 10 min | 17:20<br>-<br>17:30 |
| 16 | Décimo segundo tiempo | <b>PANACOTA DE CAMPECHANA Y CHILE MANZANO</b>                               | 10 min | 17:30<br>-<br>17:40 |
| 17 | Décimo tercer tiempo  | <b>POSTRE SORPRESA "DULZURA VALLESANA"</b>                                  | 10 min | 17:40<br>-<br>17:50 |





|       |                                  |   |        |                     |
|-------|----------------------------------|---|--------|---------------------|
| 18    | Lanzamiento de globos de cantoya | <p>Uno de los espectáculos más representativos, durante las festividades patronales de Valle de Bravo, es el lanzamiento de globos de cantoya, es por ello por lo que hemos traído cerca de ustedes esta bella tradición vallesana.</p> <p>Invitamos a todos los presentes, a pasar en la parte posterior del jardín, junto al lago, para poder presenciar el espectáculo.</p>  | 10 min | 17:50<br>-<br>18:00 |
| <hr/> |                                  |   |        |                     |
| 19    | Palabras de despedida            | <p>Para dar continuidad a este evento gastronómico la <b>Licenciada Libis Delfina Ortega Bustamante</b>, jefa de la División de Gastronomía y organizadora del evento, nos dirigirán unas palabras. Adelante licenciada.</p>  | 10 min | 18:00<br>-<br>18:10 |
| <hr/> |                                  |   |        |                     |
| 20    | Cierre y aplauso a alumnos       | <p>Finalmente les solicito a los alumnos del tercer semestre puedan acercarse para poder darles un fuerte y merecido aplauso.</p> <p>También solcito que se unan los alumnos del primero, quinto y séptimo semestres para brindarles un caluroso aplauso.</p> <p>También a los docentes que apoyaron en el servicio de A y B:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Chef María Guadalupe Nava Peñalosa</li> <li>• Chef Lucila López Caballero</li> <li>• Chef Cynthia Dennis Bañuelos Reyes</li> <li>• Chef Edgar Cristian Francisco Álvarez</li> <li>• Maestra Ignacia Gisela Sarabia Velázquez</li> <li>• Maestra Sara García Bartolo</li> <li>• Maestra Xiomara Lucía Martínez Méndez</li> <li>• Doctor Ángel Santillán Álvarez</li> </ul> <p>Muchas gracias por su asistencia.</p> | 5 min  | 18:10<br>-<br>18:15 |



#### 4.4.9 Catálogo Visual del evento temático de Cocina Vallesana

Fotografía 61: Club de baileable Hikuri en el evento de cocina vallesana.



Fuente: Elaboración propia (2022).

Fotografía 62: Bailable Mazahua grupo Hikuri en el evento de cocina vallesana.



Fuente: Elaboración propia (2022).

**Fotografía 63:** Montaje de mesa con mariposa monarca en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 64:** Jardín iluminado de noche en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 65:** Montaje de puestos de comida tradicional en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 66:** Estudiantes de servicio en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 67:** Menú y salero de puerco en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 68:** Mariposa monarca y centro de mesa en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 69:** Comensales disfrutando del evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 70:** Veladora de centro de mesa en evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 71:** Invitados disfrutando en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 72:** Luces en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 73:** Estudiante Celina en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 74:** Estudiante Ángel en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 75:** Elotes de sopa de milpa en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 76:** Emplatado de postre en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 77:** Mixiote de pollo en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 78:** Esquites de camarón en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 79:** Puestos de pambazo vallesano en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 80:** Pambazo vallesano de tinga en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 81:** Alcachofa en salsa de hongo azul en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 82:** Taco de barbacoa con consomé en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 83:** Panna cotta de campechana, con helado de bugambilia y esferificaciones de chile manzano en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 84:** Tiradito de trucha con salsa de níspero y granada amarilla en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 85:** Tamal nejo con mole rojo, chilacayote salteado y ceniza de tortilla en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 86:** Pozole rojo con carne de cerdo en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 87:** Carne apache de cecina, con cremoso de aguacate en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 88:** Sopa de milpa con queso panela y flor de calabaza en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 89:** Requesón con chile manzano, epazote y salsa de guajillo en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 90:** Estudiante Rafael sirviendo pozole en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 91:** Bizcocho de te de monte, tierra de campechanas y hongos de chocolate blanco en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 92:** Hongos de chocolate blanco en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 93:** Estudiante sirviendo en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 94:** Estudiante emplatando sopa de milpa en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 95:** Barra para servir bebidas en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 96:** Estudiantes sirviendo bebidas en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 97:** Montejillo; Bebida de café y té de monte en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 98:** Sirviendo bebida de mandarina, anís y whisky en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 99:** Aura-Ácida bebida de naranja, lima, limón, tequila, orégano flor de clavel en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 100:** Laguna verde bebida de lima, guayaba, hoja santa y mezcal en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 101:** Navidad candente bebida de mandarina, canela, anís, whisky de canela y romero en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 102:** Bebida de pinole, leche, crema de coco, ron y palomitas de maíz caramelizada en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 103:** Estudiante en espera del servicio en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 104:** Antonio y Lizbeth de séptimo semestre en espera del servicio en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 105:** Armando y Yaneli de séptimo semestre en el servicio en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 106:** Staff: Estudiantes de apoyo general en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 107:** Daniel, Guadalupe, Renata y Marco: Estudiantes de séptimo semestre en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 108:** Chef instructor con estudiantes de séptimo y primer semestre en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 109:** Estudiantes de quinto semestre en la barra del evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 110:** Estudiantes en fotografía en el arco de luces del evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 111:** Chef instructora picando barbacoa en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 112:** Chefs instructores y estudiantes de primero, tercero, quinto y séptimo semestre en el evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 113:** Chefs instructores y estudiantes en la fotografía final del evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*

**Fotografía 114:** Chef instructora y estudiantes de tercer semestre como anfitriones del evento de cocina vallesana.



*Fuente: Elaboración propia (2022).*



## 5. DISCUSIÓN

Esta investigación tuvo como propósito identificar los elementos que constituyen la puesta en valor de una gastronomía y describir los aportes y saberes culinarios como parte de la generación de la identidad y recurso patrimonial de la cocina tradicional de Valle de Bravo.

De los resultados obtenidos en esta investigación, y a partir del análisis de la situación actual de la gastronomía y el turismo de Valle de Bravo, si bien se logró precisar la conceptualización del patrimonio gastronómico e identificar sus elementos de valorización, la recuperación e interpretación de los aportes y saberes culinarios de Valle de Bravo y la definición de sus elementos de la puesta en valor, fue inconclusa la identificación en su totalidad.

Cuando hablamos de la puesta en valor de una gastronomía, y de acuerdo con el proceso metodológico de esta investigación para la puesta en valor, se definieron de manera concreta y clara las 4 fases que conforman este proceso, sobre los cuales se discutirá los principales hallazgos de este estudio.

En la fase uno; Fomento gastronómico, se observan algunos elementos claros respecto a la concientización y conceptualización que constituyen la gastronomía vallesana, pero al mismo tiempo se identifica en cierta parte de la población una indiferencia respecto a la valorización de la cocina tradicional de la región, y no porque exista una carencia de la misma, sino por la forma en que ha evolucionado a lo largo de la historia del municipio.

Es importante mencionar, que el crecimiento turístico de Valle de Bravo, resulta un factor determinante para esta constitución de la gastronomía. Dentro de la misma población del lugar, algunos de los informantes claves, mencionan que no existe una identidad gastronómica de Valle de Bravo, ya que la cocina local que se consume, ya sea un platillo o algún ingrediente en específico, es endémico de otra región o de otro municipio aledaño y eso genera un recelo respecto a ese saber hacer del ingrediente o platillo. Sin embargo, otro número importante de informantes claves, refieren muchos platillos e ingredientes tradicionales de Valle de Bravo, desde mucho antes de su crecimiento turístico.





Y es ahí donde se identifica un factor importante, Valle de Bravo, antes de su reconocimiento como Pueblo Mágico, e inclusive mucho antes del desarrollo de la presa, se constituía por platillos tradicionales e ingredientes endémicos similares a las regiones aledañas, derivado de las condiciones de la zona. Y una vez que Valle de Bravo comienza a tener una urbanización y a cambiar sus usos y costumbres, pasa de ser un pueblo enfocado a la ganadería y la agricultura, a ser uno de los destinos turísticos más demandados del sur del estado de México, y sufre una readaptación enfocada en atender las demandas turísticas, convirtiéndose en su principal actividad económica y, por ende, el enfoque de lo que se conoce como tradicional cambia radicalmente a medida que van avanzando las generaciones.

Para los abuelos y abuelas de familia y madres o padres, recuerdan ese Valle antiguo con los usos y costumbres de la época, pero para quienes recuerdan a Valle de Bravo, a partir de su crecimiento turístico, dicha tradicionalidad cambia. Los primeros tienen en su memoria un municipio en donde el plano (zona donde actualmente se ubica la presa), se enfocaba a la ganadería y la agricultura. Y las nuevas generaciones, tienen la imagen de la presa desde los inicios de sus tiempos, por ende, dicha apreciación de tradicionalidad, cultura y gastronomía, es distinta. Para ellos todo gira en torno a la demanda turística y de la industria restaurantera que existe actualmente.

Y específicamente hablando de la gastronomía, algunas personas afirman que no existe una tradición culinaria, sin embargo, otras más comentan que si la hay, y eso nos lleva a la siguiente fase, el manejo gastronómico. Es decir, una planificación y recuperación de la información a través del trabajo de campo específico del saber hacer de platillos e ingredientes. Y es ahí, donde a pesar de la contrariedad que pueda presentar, se identifica una cocina local, una cocina tradicional del municipio, con ingredientes y platillos que, si bien se comparten con los municipios aledaños, justamente es desde ahí donde viene su tradicionalidad, del saber hacer que pasa de generación en generación y de lugar en lugar.

Un platillo tradicional, ejemplo de ese saber hacer de lugar en lugar y de generación en generación, es el mole rojo con tamales nejos, resulta que son representativos de las festividades del municipio. Personas de la tercera edad refieren que es uno de los platillos de la verbena popular y que en toda festividad estaba presente, empero, personas más jóvenes argumentan



que ese platillo jamás se ha consumido dentro de la región como un platillo tradicional, y justamente de este tipo de resultados, se reafirma la importancia de una puesta en valor de una gastronomía, de una recuperación para su interpretación y lograr así pasar a la fase 3, una vinculación con la comunidad.

La importancia de esta fase es lograr interpretar los resultados obtenidos y hacer planes a nivel social para su visibilización y resaltar la importancia de las cosmovisiones y el saber hacer que gira en torno a cada platillo. Y una forma de lograrlo fue la representación y realización de algunos platillos tradicionales para la documentación visual de los mismos. Y en este ejercicio de la práctica de la cocina tradicional, el cual se realizó con personas jóvenes; estudiantes principalmente, se identificó un interés importante sobre la cocina tradicional de Valle de Bravo, se comenzó a tener la iniciativa de querer valorizar, de querer poner en valor esta tradicionalidad a partir de la cuarta fase.

La visualización y construcción de vínculos, como fase final de esta puesta en valor, si bien es cierto que no fue posible documentar toda la información respecto a la gastronomía tradicional, la información documentada obtenida, se logró divulgar, difundir y transferir a una parte de la población a partir del evento temático de “cocina vallesana”, y este patrimonio recuperado pudo ser disfrutado y valorado por las personas participantes, preservando la gastronomía tradicional de Valle de Bravo para su puesta en valor.

Es necesario señalar, que los resultados de esta investigación y su interpretación, no deben ser adjudicados a la población en general de Valle de Bravo. La muestra de estudio, aunque es significativa, no es representativa de la población total. Por lo tanto, no se puede afirmar en su totalidad, que los platillos tradicionales, festividades, ingredientes endémicos, lugares representativos, técnicas, utensilios, saber hacer y cosmovisiones de la cocina tradicional de Valle de Bravo se resuman y se limiten a lo documentado en esta investigación.

Sin embargo, si es un escalafón importante y considerable para la documentación de la cocina vallesana y es un primer acercamiento para la Puesta en Valor de la Gastronomía Tradicional de Valle de Bravo y como modelo para lograr poner en valor la gastronomía tradicional de cualquier lugar.





## 6. CONCLUSIONES

El objetivo guía de la presente investigación fue definir los elementos que constituyen la puesta en valor de una gastronomía y describir los aportes y saberes culinarios como parte de la identidad y recurso patrimonial de la cocina tradicional de Valle de Bravo.

De acuerdo con lo anterior, se logró dar respuesta a las interrogantes planteadas como resultado del problema identificado y se describieron cuáles son los elementos que constituyen una puesta en valor de una gastronomía, definidos en 4 fases específicas: fomento gastronómico, manejo gastronómico, vinculación con la comunidad y finalmente la visualización y construcción de vínculos.

También se da respuesta a la segunda interrogante, visualizando los aportes y saberes culinarios que forman la identidad y recurso patrimonial para la gastronomía tradicional de Valle de Bravo.

Dentro de la fase uno: fomento gastronómico, principalmente se muestra la historia de Valle de Bravo y su evolución de una localidad rural, hacia un pueblo mágico, así como un acercamiento al turismo de la región, factor determinante para comprender el desarrollo culinario a través de los años y se muestra también un primer acercamiento a la gastronomía tradicional, a partir de la documentación existente de la misma.

En la fase dos: Manejo gastronómico, se visibilizan los elementos gastronómicos e influencias culinarias de Valle de Bravo, a través de la identificación de su memoria gastronómica, mencionando sus espacios gastronómicos más representativos como el mercado municipal, el callejón del hambre, los portales, los tianguis de Valle de Bravo y de Avándaro, tacos y flautas “El Sammy”, carnitas el “bolillo”; la birria de “Don Erasmo, por mencionar algunos. Y principales festividades vinculadas a la gastronomía como: el día de la candelaria, semana santa, la feria de Santa María, la feria del hongo, la feria de San Francisco de Asís, el festival de las almas y celebración de día de muertos, la feria de la capilla y las fiestas decembrinas.



Y finalmente sus platillos representativos categorizados entradas y sopas: alcachofas horneadas, cenizos fritos, hongos sudados, nopales rellenos, papas con nopales y charales, penca de maguey rellena, quelites (rabito, nabo, quintonil), quesadillas con flor de calabaza, sopa de elote, sopa de hongos, sopa de hongos (clavitos), sopa de tortilla, tacos de gualumbo y tamales de elote. Los platos fuertes: caldo de pescado, carne de puerco en salsa verde con ciruelas, carne de puerco entomatado, cenizos en mole rojo, cenizos en salsa verde, chiles rellenos, coliflor capeada, enchiladas verdes, enfrijoladas con huevo y chorizo, flor de colorín en pipián, migas con huevo, mole de guajolote, mole rojo, mole rojo de colorines, mole con guajolote, pipián, pollo en calabacitas, pozole rojo, revoltijo, tamal de chícharo, tamal nejo con ceniza de encino, tamal nejo de frijol, tamal nejo de ejote, tamales de ceniza con carne de puerco, tortas enchiladas, tortitas de quintonil, trucha a las brasas, trucha al cilantro, trucha arcoíris, trucha empapelada con verduras y trucha empapelada con habas frescas. Salsas: salsa de guajillo, salsa martajada, salsa roja en molcajete y salsa verde. Los postres: ate de membrillo, capul-tamal, chilacayote dulce azul, chilacayote dulce (blanco), pan de muerto y tamales agrios. Y finalmente las bebidas: atole agrio, atole de maíz caliente, atole de masa de chocolate, atole de masa con piloncillo atole de pinole, atole de zarzamora y el sende.

Dentro de la tercera fase: vinculación con la comunidad, se realizó a partir de una estancia en el Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo TESVB, con la comunidad estudiantil. Se inició con un proceso de concientización y sensibilización, se realizó una recopilación de la información, posteriormente una selección de recetas y talleres para la elaboración de platillos, obteniendo un catálogo visual del taller de elaboración de platillos de la cocina vallesana.

Y como punto final de este proceso de la puesta en valor, la fase 4 para la visualización y construcción de vínculos, desarrollando un evento temático de la “cocina vallesana”, por medio del TESVB, como apoyo para la organización y logística del evento, selección del lugar, elección de mobiliario y equipo, diseño de invitaciones y definiendo montajes de mesa, decoraciones, ambientación y estandarización de recetas, dando como resultado un menú degustación de 13 tiempos: esquites de camarón y mantequilla, pambazo de mole verde y tinga, tacos de barba-coa con consomé, alcachofa en salsa de hongo azul, requesón con chile manzano y epazote, tiradito de trucha y setas en salsa de níspero y granada amarilla, sopa de milpa, carne apache de cecina vallesana, mixiote de pollo, pozole rojo, tamales nejos con mole rojo y chilacayote, panacota de campechana y chile manzano y postre sorpresa “dulzura vallesana”. Con lo cual





se logró difundir la información documentada de esta investigación y dando como resultado un catálogo visual de dicho evento.

Y finalmente, se llegó a la conclusión que, para la constitución total de la puesta en valor de la gastronomía tradicional de Valle de Bravo, sería necesario continuar con las investigaciones de campo correspondientes y así seguir documentando los elementos de la cocina vallesana. Ya que para que esta puesta en valor pueda cumplir con el objetivo planteado, se requiere una visualización, difusión y divulgación para la preservación constantes a partir de distintas estrategias, hasta lograr un posicionamiento de la gastronomía tradicional de Valle de Bravo.





## 7. REFERENCIAS CONSULTADAS

- Appadurai, A. (1991). La vida social de las cosas. Perspectiva cultural de las mercancías. Consejo Nacional para la Cultura y las Artes. Traducción de Argelia Castillo Cano. Editorial Grijalbo, México.
- Cano, L., & Gómez, D. (2017). Cinco sabores tradicionales mexiquenses. Cocina mazahua, otomí, nahua, matlatzinca y tlahuica (1.a ed., Vol. 1). Recuperado de [https://www.ipomex.org.mx/recursos/ipo/files\\_ipo3/2018/44020/12/535100621a8d34043bd744bab43a2618.pdf](https://www.ipomex.org.mx/recursos/ipo/files_ipo3/2018/44020/12/535100621a8d34043bd744bab43a2618.pdf)
- Crespi, M. & Planells, M. (2003). Patrimonio Cultural. Editorial Síntesis, Madrid.
- Comité de Planeación para el Desarrollo del Estado de México. (2018). Programa Regional XIX Valle de Bravo 2017–2023 (Primera ed., Vol. 1). Gobierno del Estado de México. Recuperado 08 de agosto de 2021 <https://transparenciafiscal.edomex.gob.mx/sites/transparenciafiscal.edomex.gob.mx/files/files/pdf/marco-programatico-presupuestal/XIX-VALLE-BRAVO.pdf>
- De´Angeli, A. G., & De´Angeli, G. (2014). Larousse de la cocina mexicana (3.a ed.). Distrito Federal, México: Ediciones Larousse S.A. de C.V.
- Good, C. (2013). Comida, cultura y modernidad. Perspectivas antropológicas e históricas. Recuperado de <https://mediateca.inah.gob.mx/repositorio/islandora/object/libro%3A603>
- EDOMEX. (2018, 8 julio). Valle de Bravo, Pueblo Mágico. Recuperado 08 de agosto de 2021 de [http://edomex.gob.mx/vallEDEBRAVO\\_magico](http://edomex.gob.mx/vallEDEBRAVO_magico)
- Enciclopedia de los Municipios y Demarcaciones Territoriales de México. (2022). Recuperado 3 de mayo de 2022, de [http://www.snim.rami.gob.mx/enciclopedia\\_v2/PruebaPropuesta.php?id=803&tipo=m&e=15&m=110](http://www.snim.rami.gob.mx/enciclopedia_v2/PruebaPropuesta.php?id=803&tipo=m&e=15&m=110)
- Guidonet, A. (2007). La antropología de la alimentación (1.a ed.). Recuperado de [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=QCzqBy1rphYC&oi=fnd&pg=PA5&dq=antropología+de+la+alimentación+como+cultura&ots=QturNbAQ\\_K&sig=Rlk-8gCzyiUx6EskzpqHQM7Pi79g#v=onepage&q=antropología%20de%20la%20alimentación%20como%20cultura&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=QCzqBy1rphYC&oi=fnd&pg=PA5&dq=antropología+de+la+alimentación+como+cultura&ots=QturNbAQ_K&sig=Rlk-8gCzyiUx6EskzpqHQM7Pi79g#v=onepage&q=antropología%20de%20la%20alimentación%20como%20cultura&f=false)
- H. Ayuntamiento Constitucional Valle de Bravo. (2018). Cocina Vallesana de Tradición. World Printing Network +AD.
- H. Ayuntamiento de Valle de Bravo. (s. f.). Estado de México - Valle de Bravo. Enciclopedia de Los Municipios y Delegaciones de México. Recuperado 26 de febrero de 2022, de <http://www.inafed.gob.mx/work/enciclopedia/EMM15mexico/municipios/15110a.html>
- IGCEM. (2016). Estadística Básica Municipal Valle de Bravo (2016). Gobierno del Estado de México. Recuperado 08 de agosto de 2021 de <https://igcem.edomex.gob.mx/acerca-de/>





eventos-convocatorias/estadistica-basica-municipal

- INAH. (2010, 30 noviembre). Preservación de cocina mexicana, compromiso común. Recuperado 15 de junio de 2020, de <https://inah.gob.mx/en/boletines/1447-preservacion-de-cocina-mexicana-compromiso-comun>
- INEGI. (2020). Buscador Sitio INEGI. Buscador Sitio INEGI. <https://www.inegi.org.mx/app/buscador/default.html?q=valle+de+bravo#tabMCcollapse-Indicadores>
- INEGI. (2020a). Buscador Sitio INEGI. Buscador Sitio INEGI. Recuperado 08 de agosto de 2021. <https://www.inegi.org.mx/app/buscador/default.html?q=valle+de+bravo#tabMCcollapse-Indicadores>
- INEGI. (2020b). México en cifras. Recuperado 08 de agosto de 2021 <https://www.inegi.org.mx/app/areasgeograficas/?ag=15110>
- INEGI. (2020c). México en cifras. Recuperado 08 de agosto de 2021 <https://www.inegi.org.mx/app/areasgeograficas/?ag=15110#tabMCcollapse-Indicadores>
- IPOMEX. (2014). Diagnóstico en materia de turismo Valle de Bravo Recuperado 22 de julio de 2021, de [https://www.ipomex.org.mx/recursos/ipo/files\\_ipo/2014/8/8/2ed859f540454faa56eba99a59eedb19.pdf](https://www.ipomex.org.mx/recursos/ipo/files_ipo/2014/8/8/2ed859f540454faa56eba99a59eedb19.pdf)
- Mayoni, M. G. (2016). “La activación patrimonial y sus dinámicas en la puesta en valor de los bienes culturales: Una experiencia en el Colegio Nacional de Buenos Aires”, pp. 178-193.
- Medina, M. A., Alcazar, M., & Santiago, V. G. (2018). Pérdida de la identidad culinaria: Caso Sierra Alta de Sonora. Recuperado 7 de noviembre de 2020, de [http://ru.iiec.unam.mx/4282/1/4-Vol2\\_Parte2\\_Eje12\\_Cap2-040-Medina-Alcazar-Santiago.pdf](http://ru.iiec.unam.mx/4282/1/4-Vol2_Parte2_Eje12_Cap2-040-Medina-Alcazar-Santiago.pdf)
- Mintz, S. (2003), Sabor a comida, sabor a libertad. Incursiones de la comida, la cultura y el pasado, cieras, Ciudad de México.
- Moreno, L., Espejo, B., Ramírez, I., Curiel, J. L., Diaz, L., Kurczyn, S., & Chaim, M. (2000). Cocina y pintura de México (1.a ed.). Distrito Federal, México: Armonía, S.A.
- Muchnik, J. (2006). “Identidad territorial de los alimentos: Procesos de calificación y competencias de los consumidores” en Congreso Internacional Agroindustria Rural y Territorio. Toluca, México.
- Ortega, J. (1998). El patrimonio territorial: el territorio como recurso cultural y económico. Recuperado 15 de diciembre de 2020 de, <http://iuu.uva.es/REVISTA/Ciudades%2004/Ciudades%2004%20033-048%20ORTEGA%20VARCARCEL.pdf>
- Prats, L. (2005). “Concepto y gestión del patrimonio local Cuadernos de Antropología Social”. Universidad de Buenos Aires Buenos Aires, Argentina





- Romero, A., González, H., de Oliveira, E., & Hernández, M. (2012, 3 junio). Patrimonio Gastronómico y Turismo como Estrategias de Desarrollo Local en la Cuenca Alta Del Rio Lerma, Toluca – México. Recuperado 21 de junio de 2020, de <https://www.redalyc.org/pdf/4735/473547090009.pdf>
- Rosa, M. (2015). Cocina Mexiquense. Cocina Indígena y Popular. Distrito Federal, México: CONACULTA.
- Schlüter, R. (2003). Turismo y patrimonio gastronómico. Una perspectiva. Buenos Aires: Centro de Investigaciones y Estudios Turísticos.
- SECTUR. (2019, 24 junio). Secretaría de Turismo. Recuperado 7 de noviembre de 2020, de <http://www.sectur.gob.mx/gobmx/pueblos-magicos/valle-de-bravo-mexico/>
- Sierra, Á., & Alemán, H. R. (Eds.). (2012). Cultura, identidad y ciudadanía. Obtenido de <https://ebookcentral.proquest.com>
- Tikkanen, I. (2007). Maslow's hierarchy and food tourist in Finland: five cases. *British Food Journal*, 109 (9), 721- 734.
- UNESCO. (2010). El texto de la Convención para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial. Recuperado 21 de junio de 2020, de <https://ich.unesco.org/es/convenci%C3%B3n>
- Vargas-Castro, J., & Mochi-Alemán, P. (2008). Estrategias que favorecen u obstaculizan el desarrollo local en el marco de la globalización. *Economía Sociedad y Territorio*, VIII, 381-413. <https://doi.org/10.22136/est002008211>
- Zúñiga., M. (2012). Festivales de Interculturalidad y Comidas de Nuestra Tierra. Recuperado 8 de noviembre de 2020, de [https://www.sdgfund.org/sites/default/files/CULT\\_GUIA\\_CRica\\_Organizacion%20de%20festivales%20interculturales.pdf](https://www.sdgfund.org/sites/default/files/CULT_GUIA_CRica_Organizacion%20de%20festivales%20interculturales.pdf)
- Zúñiga, F. (2020). Patrimonialización políticas públicas y turismo: las cocinas tradicionales en México, gestión y puesta en valor. *Quaderns* 36 (2) 2020, Pp. 177-196 ISSN: 2385-4472 , 36 (2), 177–196. Recuperado 25 de octubre de 2021.





## 8. ANEXOS

### 8.1 Instrumentos para la recopilación de la información

Estos son los instrumentos de evaluación que se aplicaron durante las entrevistas y la investigación de campo, los cuales atienden a la metodología planteada para identificar los elementos de la gastronomía tradicional de Valle de Bravo, en el Instrumento I, se utilizó para tener un primer acercamiento al contexto cultural y social de la región en temas de gastronomía y turismo, en el Instrumento II; se realizó la identificación de algunos de los ingredientes endémicos de la región, el Instrumento III; permitió visibilizar los saberes y cosmovisiones que conforman una memoria gastronómica en Valle de Bravo y finalmente el Instrumento IV, permitió categorizar el principal elemento para la puesta en valor de una gastronomía, es decir, los platillos representativos, que si bien no fue posible documentar todos los platillos de la región, si se pueden visibilizar los principales que aún se siguen consumiendo según los resultados obtenidos de las personas entrevistadas.

Instrumento I. Valle de Bravo.

1. ¿En qué colonias se divide Valle de Bravo?
2. ¿Qué regiones colindan con Valle de Bravo?
3. ¿Qué tipo de turista visita Valle de Bravo?
4. ¿Qué tipo de turismo se oferta en Valle de Bravo?
5. ¿De qué manera ha impactado el turismo en Valle de Bravo?
6. ¿Cómo es la atención al cliente de los habitantes de Valle de Bravo?
7. ¿Qué importancia tiene para la comunidad vallesana el turismo y la gastronomía?
8. ¿Como era la gastronomía antes de la presa?
9. ¿Qué entiende sobre cocina tradicional?
10. ¿Qué es para usted la gastronomía tradicional?
11. ¿Qué entiende sobre la puesta en valor en gastronomía tradicional?





## Instrumento 2. Ingredientes Endémicos.

1. ¿Qué es un ingrediente endémico?
2. ¿Qué ingredientes se pueden encontrar en Valle de Bravo?
3. ¿Qué tipos de ingredientes aportan los municipios colindantes a Valle de Bravo?
4. ¿Cuántos ingredientes endémicos existen en Valle de Bravo?
5. ¿Cómo es el proceso de producción de los ingredientes endémicos de Valle de Bravo?
6. ¿Cuáles son los procesos de recolección de los ingredientes endémicos de Valle de Bravo?
7. ¿Cómo es el proceso de distribución y comercialización de los ingredientes endémicos de Valle de Bravo?
8. ¿Qué tipos de hongos hay en Valle de Bravo?
9. ¿Cada cuándo se hace la recolección de hongos en Valle de Bravo?
10. ¿Cómo se deben recolectar los hongos?
11. ¿Qué papel juega el pequeño productor en Valle de Bravo?

## Instrumento 3. Memoria Gastronómica.

1. ¿Cuáles son las tradiciones, costumbres y festividades vinculadas a la gastronomía que practican en Valle de Bravo?
2. ¿Cuáles son los saberes culinarios que manejan en torno a esta gastronomía festiva?
3. ¿Existen eventos o festejos que se realicen únicamente en torno a la comida?
4. ¿Cuántos mercados hay en Valle de Bravo?
5. ¿Qué platillos podemos encontrar en el mercado municipal de Valle de Bravo?
6. ¿Cuántos tianguis hay en Valle de Bravo?
7. ¿Qué platillos podemos encontrar en los tianguis de Valle de Bravo? (mencionar platillos de cada tianguis)
8. ¿Qué tipo de ingredientes gastronómicos se encuentran en los mercados?
9. ¿Se han realizado ferias gastronómicas de Valle de Bravo?
10. ¿Cuáles fueron los primeros restaurantes de Valle de Bravo?
11. ¿Sabe cuántos restaurantes hay en Valle de Bravo?





12. ¿De qué giro son los restaurantes de Valle de Bravo?
13. ¿Cuáles restaurantes conoce que tengan un giro de cocina tradicional?
14. ¿Cuáles restaurantes conoce que tengan un giro de cocina internacional?
15. ¿Existen recetarios de la gastronomía de Valle de Bravo?

#### Instrumento 4. Platos Representativos.

1. ¿Cómo es para usted la gastronomía de Valle de Bravo?
2. ¿Usted cree que Valle de Bravo tiene una identidad culinaria? (justificar la respuesta)
3. ¿Qué papel representan las cocineras tradicionales en Valle de Bravo?
4. ¿Cuál es el platillo representativo de Valle de Bravo? (escribir la receta)
5. ¿Cómo es la cocina tradicional de Valle de Bravo? (5 recetas con ingredientes con gramaje exacto o aproximado y procedimiento completo; y anexar 1 receta de postre y 1 bebida)
6. ¿Cómo es la cocina casera en Valle de Bravo? (5 recetas con ingredientes con gramaje exacto o aproximado y procedimiento completo; y anexar 1 receta de postre y 1 bebida)
7. ¿Cómo es la cocina festiva en Valle de Bravo? (escribir la receta y en que festividades se consume)
8. ¿Cómo es la cocina religiosa en Valle de Bravo? (escribir la receta y en que festividades religiosas se consume)
9. ¿Cuáles son los principales utensilios que se manejan dentro de la cocina tradicional de Valle de Bravo?
10. ¿Cuáles son las principales técnicas de preparación que emplean en cocina tradicional de Valle de Bravo?
11. ¿Cuáles son los principales ingredientes que se utilizan en la preparación de platos tradicionales de Valle de Bravo?
12. ¿Cuáles son los significados simbólicos que definen la cocina tradicional de Valle de Bravo?