



# La sazón de la cocina afro mestiza de Guerrero

Cocina Indígena y Popular

56





La sazón de la  
cocina afromestiza  
de Guerrero

56

---

**Cocina Indígena y Popular**



# La sazón de la cocina afromestiza de Guerrero

Francisca Aparicio Prudente

Primera edición en Cocina Indígena y Popular: 2007

Producción: CONSEJO NACIONAL PARA LA CULTURA Y LAS ARTES  
Dirección General de Culturas Populares

D.R. © 2007.

Dirección General de Culturas Populares  
Av. Paseo de la Reforma No. 175, 12º piso  
Col. Cuauhtémoc, C.P. 06500  
México, D.F.

Fotografía de portada: Fernando García Álvarez  
Diseño de portada: Elsa Mendoza García

ISBN: 970-35-1324-7  
978-970-35-1324-6

Hecho e impreso en México

## ÍNDICE

Introducción	11
Presentación	17
Agradecimientos	21
Mapa de ubicación geográfica	22
Fiesta del Señor Santiago Apóstol	23
Despedimento, funeral y día de muertos en la región afromestiza	31
Ritual de boda en la población afromestiza de la Costa Chica de Guerrero	37
Semana Santa afromestiza	45

## Recetario

### Maíz

Totopos salados	55
Totopos dulces	56
Pinole	57
Memelas de camahua	58

### Frijol

Frijol molido	59
Frijol con carne	60
Frijol con patas de puerco	61
Frijol con arroz	62
Sambaripao salado	63

### Puerco

Relleno de puerco	64
Chile ajo de puerco	65

## **Barbacoa**

Birria o barbacoa de res	66
Barbacoa de res cocida en pozo	67
Tamalcumbe de armadillo	69

## **Res**

Bazo relleno al horno	70
Roles tacos	71
Caldo de res	72
Aporreadillo	73

## **Venado**

Menudo de venado	74
Caldo de venado	75

## **Moles**

Mole de iguana verde	76
Mole de guajolote	77
Mole de cabeza de cerdo	79
Mole con pescado asado	80
Mole de charra prieta	81
Mole de conejo	82

## **Iguana**

Caldo de iguana prieta	83
Pipián de iguana prieta	84
Ardilla enchilada	85

## **Tamales**

Tamales de iguana verde	86
Tamales de guajolote	87
Tamales de carne cruda	88
Tamales de tichinda	90
Tamales nejo	91
Tamales de chipil	92
Tamales choco	93
Tamales de elote	94

## **Pescados y mariscos**

Pescado a la talla	95
Cebiche	97
Caldo de camarón	98
Camarones empanizados	99
Tortas de camarón	100
Filete empanizado	101
Langosta al mojo de ajo	102
Caldo de cuatete con jaiba	103
Caldo de pescado	104
Caldo de saramuyo	105
Sopa de mariscos	106
Pulpo al mojo de ajo	107
Huevo hervido de tortuga golfina	109
Huevos ahogados de machingüepo o garapacho	110

## **Pozoles**

Pozole blanco	111
Pozole de calabaza	113
Pozole de panza de res	114

## **Bebidas**

Atole de piña	115
Ponche de coco	116
Tepache	117
Atole de mango	118
Ginebra con coco	119
Atole de coco	120
Atole de tamarindo	121
Chilate	122
Torito	123
Atole de plátano	124

## **Pan**

Empanochada	125
Empanadas de arroz con leche	126

Hojaldra	127
Pan de huevo	128
<b>Dulces</b>	
Dulce de papaya	129
Alegría de ajonjolí	130
Bocadillo	131
Conserva de coacoyul	132
Pulpa de tamarindo	133
Calabaza	134
Charambusca	135
<b>Postres</b>	
Arroz con leche	136
Sambaripao dulce	137
<b>Recetas varias</b>	
Yerbamora o hierbamora	138
Machuco de plátano macho	139
Pico de gallo	140
Caldo de chachalaca	141
Estofado de pollo	142
Calabacitas fritas	144
Caldo loco	145
<b>Glosario</b>	<b>147</b>
<b>Bibliografía</b>	<b>155</b>

## INTRODUCCIÓN

México es un país que desde tiempos ancestrales cuenta con una gran riqueza gastronómica. Buena parte de la organización económica, política y religiosa de las sociedades prehistóricas giraba en torno a algunos productos como el frijol y el chile, incluso el maíz, base del sustento de estas culturas, en muchas cosmogonías de la antigüedad era considerado como el elemento constituyente del ser humano. En la actualidad muchas de estas prácticas culinarias siguen vigentes en gran parte de los grupos indígenas, mestizos, afro-mestizos y sectores populares de nuestro país que, combinados con elementos de otras culturas como la hispánica, la africana, y posteriormente la oriental, la francesa, la inglesa y de otras procedencias en la época colonial, dieron como resultado una enorme riqueza y variedad de manifestaciones gastronómicas en todo el territorio nacional.

El estudio de estas prácticas alimenticias es importante, ya que tienen lugar preponderante dentro de la configuración del perfil propio que constituye y caracteriza a cada agrupación humana. La manera como se alimenta un pueblo define aspectos básicos de su identidad y de su creatividad individual y colectiva, además manifiesta el arte alquímico de la infinidad de formas y combinación de productos naturales, así como de sus formas de relación, apropiación e intercambio con el entorno natural.

Los tiempos y los espacios de alimentación llenan una parte importante de la convivencia cotidiana familiar: ritual de boda y a la muerte, convivencia comunitaria, festividades religiosas y cívicas, etc. Los saberes del arte culinario se han venido transmitiendo de generación en generación y en muchos casos se guarda celosamente como parte del patrimonio familiar. La diversidad de platillos, bebidas, dulces y postres,

con simbolismos precisos, acompañan diversos momentos de la vida individual y colectiva como el nacimiento, el bautismo, el matrimonio, la muerte, las festividades religiosas y civiles, etc.

Muchos hábitos alimenticios de gran parte de la población se están perdiendo o deteriorando por influencia permanente de una propaganda masiva que impulsa al consumo de productos de todo tipo. La mayoría de las veces estos productos no sólo alimentan a sus consumidores sino que, con el paso del tiempo, acarrear desnutrición y enfermedades que van desde agudas hasta degenerativas.

Hacen falta utensilios, recursos naturales, promoción, difusión e información sobre la diversidad de costumbres alimenticias tradicionales propias de los grupos y sectores sociales de las culturas populares.

La presente investigación tiene la finalidad de promover y difundir la diversidad del arte culinario de la región de la Costa Chica de Guerrero, principalmente del grupo afro mestizo que abarca desde el Puerto de Acapulco hasta el municipio de Cuajinicuilapa; sin embargo, la recopilación de la información se efectuó sólo en algunas comunidades: Florencio Villarreral (Cruz Grande), Copala, Marquelia y Cuajinicuilapa.

La región de la Costa Chica cuenta con una rica y gran variedad gastronómica en cuanto a platillos, bebidas, dulces y postres, los cuales se preparan de manera tradicional aprovechando los recursos naturales propios con que cuenta la región. En cuanto a la fauna encontramos diversidad de aves silvestres y de corral, especies del mar, lagunas, ríos y charcos, estos son: moluscos, crustáceos y peces, de los cuales se prepara una diversidad de platillos como cebiche, caldo de pescado, de jaiba, de camarón, de saramuyo, pescado frito, en mole, quesadillas, tamales de tichinda, etc. En cuanto a los reptiles, encontramos el mole de iguana verde y caldo de

iguana prieta, así como los tamales; con las aves de corral se prepara mole de guajilote, de pollo, estofado de pollo y tamales, y con animales silvestres tamalcume de armadillo, ardilla enchilada, mole de conejo, chanfaina o caldo de venado. También la flora es aprovechada en cuanto a hierbas silvestres: los quelites para acompañar a los frijoles apozonquis con un cajete de salsa de chile verde costeño con jitomate asado y queso fresco, la yerbamora guisada con rodajas de cebolla, jitomate y chiles verdes enteros, los tamales de chipiles o sólo hervidos con cebollita picada y chile verde reventado.

También es importante destacar el papel que ocupa la agricultura en cuanto a la cosecha de diversos productos comestibles, ya sea de temporal o de riego: maíz, plátano en diversas variedades, ajonjolí, coco, jamaica, frijol, sandía, melón, calabaza, papaya, tamarindo, mango, etc. Pero el principal cultivo en el que se basa la alimentación diaria es el maíz, el chile, y el plátano macho; el primero se prepara en memelas (tortillas gruesas), en elotes, hervidos o asados, y cuando está el maíz sazón se preparan las tradicionales memelas de camagua con piloncillo y manteca; los atoles en diversos sabores: coco, tamarindo, plátano, piña, acompañados con tamales de chocos, nejos en hoja de totemoxtli (de maíz), o de carne en hoja de plátano; el pozole blanco y rojo con pancita de res o en su caso pozole de calabaza con piloncillo, también se emplea la masa previamente diluida en agua para espesor de los moles y caldos, la cual le da un peculiar sazón a los platillos. En cuanto a las tortillas para acompañar los platillos, se puede suplir por plátano macho camunco o arroz hervido (morisqueta), para acompañar a los caldos y los moles. Uno de los platillos tradicionales más comunes que acostumbran las familias afromestizas son, por la mañana, un café negro con un tamal o pan dulce, aporreadillo de res, pescado frito o en caldo, una cecina frita con salsa de chile costeña y jitomate y para el mediodía, frijol frito con

manteca acompañado con arroz hervido, chiles en vinagre y queso fresco, caldo de res guisado con chile rojo aderezado con hojas de yerbasanta y plátano macho camunco hervido con sal, mole de marrano, guajolote o pollo, estos dos últimos platillos se pueden acompañar también con arroz blanco hervido y para el calor un vaso de chilate fresco preparado con cacao, huapataxtle, panocha, arroz o masa de maíz. Para el fin de semana una carne de res oreada cocida a las brasas o en el comal de barro, con memelas calientes y su chile verde con jitomate machucado en cajete.

Es importante señalar que los condimentos empleados para la preparación de los platillos son propios de la región, los cuales tienden a dar un peculiar sazón a cada uno de los alimentos preparados. Es el caso del chile verde costeño ya sea fresco o seco para las salsas y moles, la yerbasanta para adicionar el caldo rojo de res, la hoja de aguacate criollo para la barbacoa, la hoja tierna de ciruelo para el caldo de venado, etc.

También se preparan platillos especiales para festejar diversas fechas que marca el calendario cívico y religioso, así como diversos rituales: celebración de los fieles difuntos, ritual de boda, funeral, etc. Para estas ocasiones se reúnen familiares y amigos para la preparación de los alimentos que serán ofrecidos a los asistentes u ofrendas en los altares; para el ritual de boda se elabora el mole de guajolote con arroz hervido, barbacoa de res o chivo con salsa de chile verde, tomate, cilantro, cebolla picada y tortillas calientes, pan y chocolate; para celebrar la visita de los fieles difuntos: arroz con leche, pipián de iguana prieta o de pollo con tamales nejos, calabaza en dulce y dulce de papaya. En cuanto al calendario religioso lo que más resalta en la región es el festejo en honor de Santiago Apóstol, que va del 24 de julio hasta el día 3 de agosto. Esta fecha es variable según la comunidad, aquí participa toda la familia desde niños, jóvenes y adultos,

a pesar que existen diversas sectas religiosas, pero esto no influye mucho en la organización y participación de los habitantes a la fiesta. Para este día se ofrece a los asistentes una tamalada de pollo, puerco o de guajolote en hoja de plátano, barbacoa de res, arroz con leche, estofado de pollo, diversas bebidas como brandy Presidente, refrescos, agua de horchata, de tamarindo, etc.

Como podemos observar la región de la Costa Chica es muy rica, pero aún falta por explorar más de lo que podemos consumir. Como se dijo al inicio, no es tan fácil ofrecer una investigación completa, ya que las familias guardan celosamente las formas de preparación de sus alimentos ya que esto ha ido transmitiendo de generación en generación, pero creo que lo que se ofrece en el presente recetario es importante, ya que aquí nos da una idea de por dónde debemos continuar o en su caso iniciar. Pero para que no sólo le cuente, lo invitamos a saborear los diversos platillos del arte culinario de este rincón suriano.

Francisca Aparicio Prudente



## PRESENTACIÓN

El estado de Guerrero es una de las 32 entidades que integran nuestra República Mexicana. Está situado entre la costa del Océano Pacífico y del lado sur de la Ciudad de México, que es la capital de nuestra República. Por lo cual se considera como uno de los estados del sur, denominándoseles a sus habitantes “surianos”.

Se extiende entre los 16° 18' y los 18° 42' de latitud norte y entre los 98° 03' y 102° 12' de longitud oeste del Meridiano de Greenwich. Tiene una extensión territorial de 64,282 kilómetros cuadrados incluyendo 488 kilómetros cuadrados de espejos de agua y territorios insulares, además de aproximadamente 500 kilómetros de longitud de litorales, que se extienden desde la desembocadura del río Balsas en los límites con el estado de Oaxaca.

Limita al norte con los estados de México y Morelos; al Sur con el Océano Pacífico; al Este con los estados de Puebla y Oaxaca y al Oeste con el estado de Michoacán.

Nuestra entidad está conformada por siete regiones: Costa Chica, Costa Grande, Acapulco, Centro, la Montaña, Tierra Caliente y Norte.

La Costa Chica está comprendida en los litorales de los estados de Guerrero y Oaxaca, que contempla desde el Puerto de Acapulco hasta la Bahía de Copalita, muy cercana a la zona del Istmo.

La región de la Costa Chica de Guerrero cuenta con 15 municipios, en los cuales están asentados diversos grupos étnicos: mixtecos, tlapanecos, amuzgos, mestizos y afromestizos; además destaca una rica variedad de manifestaciones culturales, con diversidad de tradiciones y costumbres en cada pueblo costeño; la Costa Chica es un lugar único por diversas expresiones artísticas, artesanales, religiosas, gastronómicas, musicales, narrativa, rasgos físicos, instrumentos musicales,

modismos y todo un corpus que integra la vida cotidiana que conforma su identidad, que constituye un acervo de la cultura guerrerense; además, existe gran variedad de productos agrícolas de temporada y de riego entre los que destacan: mango, aguacate, palmeras de coco, ajonjolí, melón, sandía, papaya, plátano, limón, tamarindo, guayaba, naranja, caña, zapote, cacao, maíz, piña, frijol, calabaza, etc.

El presente recetario se refiere a la gran variedad de riqueza culinaria que guardan las poblaciones negras: Cuajinicuilapa, Maldonado, San Nicolás Tolentino, El Jícaro, El Quizá, Montecillos, Tierra Colorada, Copala, Cruz Grande, Juchitán, Huehuetán, Las Vigas, entre otras, que en época virreinal fueron llamadas palenques o bien haciendas con servicio de población esclava que arribó por vía marítima a nuestro país durante los siglos XVI, XVII y XVIII procedentes del área cultural de Sudán Occidental, del congo de habla bantú, y del Golfo de Guinea, asentándose en las costas de ambos mares, el Atlántico y el Pacífico. Se distribuyeron en diversos estados de la República como Veracruz, Colima, Michoacán y Guerrero. En el estado de Guerrero la población negra se asentó en la región de la Costa Chica bajo el servicio de los españoles. Fueron empleados en diversas actividades como arrieros que transitaban de la Ciudad de México a Zacatula o de México a Acapulco; en la minería en Taxco, Zacualpan, Atotenco, Huitziltepec, Zumpango e Izquatzingo; en los talleres textiles; haciendas de cacao en Coyuca de Benítez; en trapiches de caña en Coatepec Costales, Mochitlán y Tepechicotlán; en plantaciones de algodón; en el servicio doméstico de las haciendas, hospitales y conventos agustinos y franciscanos ubicados en Tlapa, Chilapa y Acapulco; fungieron como capataces de indios que explotaban el oro en la Costa Chica; como vaqueros y peones en estancias ganaderas en Cuajinicuilapa, Juchitán y Huehuetán.

Esta población llega América con una diversidad de

manifestaciones culturales que no pudieron llevar a cabo en Nueva España, su status de esclavo, sujeto a la compulsión de los amos esclavistas, les impidió hacerlo ya que fueron prohibidas por la Santa Inquisición. En Acapulco el baile del Congo, en la Costa Chica el baile de la Juana, con respecto a la música el uso de los tambores, el culto al niño de Cibuú en Juchitán, y las prácticas curativas (adivinación y hechicería), actualmente conservan parte de sus tradiciones, costumbres y palabras sueltas de aquel continente.

En cuanto a elementos culturales transmitidos por los primeros portadores negros inmigrados a México, y que es posible identificar como rasgos africanos son: algunos hábitos motores que actualmente se conservan es llevar al niño a horcajadas sobre la cadera o el cargar pesos sobre la cabeza, otra de las características muy peculiares es el color de la piel, el tipo de pelo, la estatura, la habilidad en narrativa y poesía, en el género musical en composición e interpretación de corridos y chilenas, el vocabulario regional, en cuanto a la vida cotidiana el trabajo agrícola realizado por hombres desde muy temprana edad, el comercio ambulante por parte de niñas, jóvenes y adultas, el cuidado de los niños pequeños por parte de los hermanos mayores, etc.

La fauna de la región costera está compuesta por una gama diversa de *aves*: zanates, pichichi, chicurro, coquena o guinea, cucucha, chichalaca, gavilán de charco, godorniz o codorniz, güaco, güacorilla, güicho, gallinilla de charco, faisán o pico pando, chichicuila jorjolina o frinfolina, entre otras; *aves de corral* como, guajolote y gallinas; en cuanto a *insectos* destacan una variedad de avispas, colorada o chilpa, de guarache, de iglesia o campanera, de palo, de perrito, de tierra, oreja de burro, zopilote; caballero o chambalé, calentura, o chocotea, cuco, cucuniño, cucuyachi; *hormigas* como, arrieras, barrendera, chicatana, chichacola, piquijuyi, mariposa, pichichi; *peces* como, aguijón, o buzo, alaguate, barrilete, blanquillo o pota,

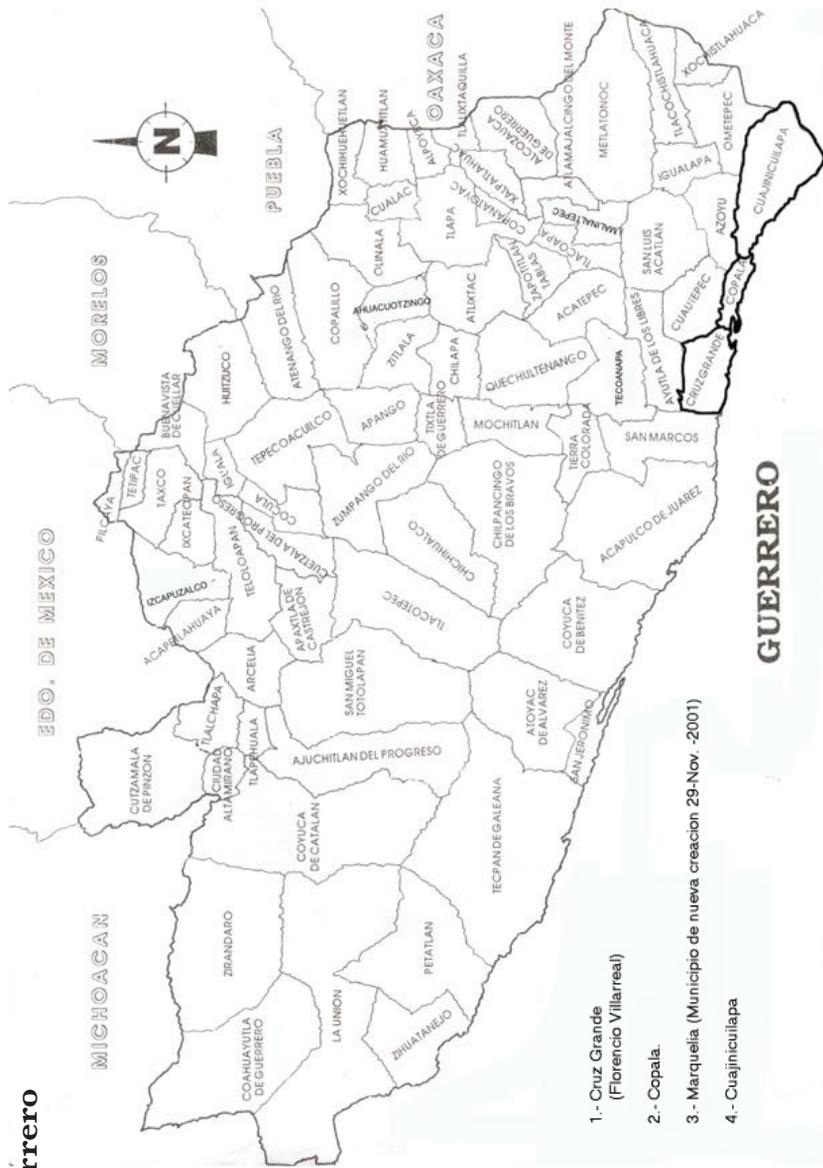
boba, clavito, cocinero, coconaco, jediondilla, guachinango o guacho, jalmiche o samiche, lisa, cuatete, malacapa, medio pescado, mojarra, pargo, popoyote, robalo, sierra, camarón y pulpo; *moluscos* como, tichinda, caracol, almeja, cangrejo, jai-ba, chichilique, saramuyo y langosta; *reptiles*: garrobo, iguana, verde o prieta, mazacuata, cuija, coloradilla, palancacoa, te-queque, tilcuate, o chicotera. Algunas especies son comesti-bles, las cuales se consideran en los platillos del presente reci-tario, así como *animales silvestres*: ardilla, armadillo y venado. En lo que toca a la *flora* encontramos árboles que se emplean en diferentes usos: construcción de viviendas, muebles para el hogar, leña para cocer los alimentos, cercar el ruedo de un terreno; algunos nos dan *frutos* comestibles y flores que son empleadas en diversos rituales. También se cuenta con *arbus-tos*, tales como: escobilla, mata de zacate, tronador, los bejucos se emplean para curar diversas enfermedades y amarrar la leña cuando se va al campo; entre ellos hay amargo, arranca pellejo, blanco, cuchilla, chinaco, de ajo o ajillo, de agua, de amole, de campana, de comemano, de corralero, de chilillo, de chupa miel, de diente de perrito, de murciélagos, de ratón, de sanguino, de tachicón, sanalotodo, tripa de gallina, yacua, yunca, etc. Una variedad de *flores silvestres y de ornato* que en-contramos durante el transcurso del año, las que se emplean en diversos rituales (día de muertos, novenarios, adornar los altares de las imágenes religiosas, festividades religiosas, etc); entre ellas acacia, bailadora o clavelina, Berta, bugambilia, cempasúchil, cola de novia, delfa o adelfa, girasol, habanera, huele de noche, jazmín, lirio o pato, mala suegra, reunión de señoritas, rosa de castilla, trompeta o florifundio, tulipán, etc. También hay *hierbas comestibles* tales como chipiles, epazote, hierbamora y hierbasanta o tanilpa.

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco de manera muy especial a las personas que me brindaron un espacio de sus quehaceres personales para dar a conocer sus saberes culinarios:

Bertha Mayoral Morgia  
Carlos Pacheco Aparicio  
Claudia Jaramillo Navarrete  
Domitilo Rodríguez Bautista  
Escolástica Aparicio López  
Enriqueta Aparicio Prudente  
Eladio González Angelito  
Mariana Gallardo Morales  
Melquíades Domínguez Guzmán  
Francisca Prudente Villalba  
Orlando Agama Rodríguez  
El Museo de las Culturas Afromestizas General  
Vicente Guerrero Saldaña del Municipio de  
Cuajinicuilapa, Gro.  
Al compañero Gerardo Guerrero Gómez por su apoyo  
en la corrección del presente recetario.  
A Francisco Méndez Castro por las viñetas que ilustran  
a los platillos.

# Estado de Guerrero



## FIESTA DEL SEÑOR SANTIAGO APÓSTOL

Santiago Apóstol fue hijo de Zebedeo y de Salomé, es conocido con el seudónimo de “El Mayor”, para distinguirlo del otro Apóstol llamado Santiago “El Menor”, que era el más joven. Santiago El Mayor era originario de Galilea; con su padre y su hermano practicaban el oficio de pescador, además fue el primero de los apóstoles que siguió al Señor en la gloria del martirio.

El Señor Santiago Apóstol trae como vestimenta un traje color azul rey, sombrero y botas; se dice que era guerrero, por eso monta a caballo; porta una espada en la mano como símbolo de combatir el mal. En efecto murió por Cristo en la persecución que el rey Herodes Agripa I desencadenó en Jerusalén contra los cristianos.

Esta celebración goza de presencia en el mundo cristiano y se remonta a la implantación de la doctrina de Cristo en tierras ibéricas, también forma parte del calendario de festividades de la región de la Costa Chica del estado de Guerrero. La celebración al Señor Santiago Apóstol es variable según la comunidad o municipio, se inicia desde el día 24 al 31 de julio y del 1 al 4 de agosto. Esta tradición se va transmitiendo de generación en generación y en ella participan niños, jóvenes y adultos.

En la región de la Costa Chica forma parte del calendario de festividades de la comunidad de Ojo de Agua “Las Salinas”, del municipio de Copala, en donde se inician los preparativos desde el día 24 de julio, finalizando el 25 o 26 del mismo mes, esto es según la mayordomía de la fiesta.

El día 24 el mayordomo, los capitanes, las capitanas, así como el comité organizador de la fiesta del Señor Santiago invitan a los habitantes del pueblo a construir la enramada en el lugar que ocupa el atrio de la iglesia, la cual servirá como recepción de los invitados a la fiesta. Después de culminarse

la construcción, se ofrece una comida a los asistentes en el domicilio particular del mayordomo, la cual consiste en mole de guajolote o caldo de pollo con arroz hervido, este platillo puede variar de acuerdo a las posibilidades económicas con que cuenta el mayordomo.

Al día siguiente, a partir de las 6:00 de la mañana, se queman cohetes y a través del aparato de sonido se invita a la población a cantar las mañanitas a Santiago Apóstol en el lugar que ocupa la iglesia de la comunidad. Ya reunidos, entonan las mañanitas encabezados por una rezandera del pueblo quien se hace acompañar de la música de viento, que es contratada para este día, y viene de los municipios de Ometepec, Ayutla o Cuauhtepic.

Posteriormente, al finalizar las mañanitas, se traslada la comitiva a la casa del mayordomo de la fiesta para saborear un rico pozole blanco con café negro y pan; después del desayuno continúa la banda de música entonando algunas melodías en casa del mayordomo, mientras éste se prepara para la cabalgata que hará por las calles del pueblo.

El mayordomo es el primero en iniciar el recorrido, llevando consigo en la mano una bandera como estandarte con la imagen del Señor Santiago, va recorriendo casa por casa sólo donde hay capitanes y capitanas. Después todos juntos hacen el recorrido por las calles del pueblo, sumándose también a esta cabalgata algunas personas de la población y de comunidades aledañas del municipio como Izlaltepec “Las Parotas”, La Laja, Playa Ventura y el municipio de Marquelia, entre otras

La comida que se ofrece a los asistentes está a cargo del mayordomo, capitanas y capitanes de la fiesta, la cual es preparada en sus respectivos domicilios y consiste en tamales en hoja de plátano de puerco o de pollo y atole de arroz con leche. Ya cocidos los alimentos se concentran en la enramada de la capilla para ser distribuidos a los asistentes al terminar

el recorrido. La banda sigue tocando mientras se terminan los preparativos en la cancha principal para el baile que se realizará por la noche con grupos musicales de la región. Este baile es organizado por el mayordomo en coordinación con el comité de la fiesta.

El día 26 nuevamente se concentra la población en la iglesia para seguir disfrutando de la fiesta, así como para dar a conocer de manera formal los nombramientos de las personas organizadoras de la fiesta para el próximo año. Los nombramientos se realizan de la forma siguiente: las personas son visitadas en su domicilio particular dos días antes por parte de los organizadores salientes de la celebración de la fiesta del Santo Santiago Apóstol, los nombramientos que se asignan son los siguientes: Primer Presidente (a), segundo Presidente (a), Primer Capitán (na), Capitanes (nas) y el Comité Organizador de la fiesta, este último es nombrado en asamblea comunitaria; tales nombramientos son considerados como los principales de la organización de la fiesta del Señor Santiago. La persona puede aceptar o no el cargo, en algunas ocasiones se autonombra para participar.

El mayordomo saliente le entrega un recurso económico al mayordomo entrante, este último puede agregarle más dinero cuando le haga entrega al siguiente mayordomo, esto es según sus posibilidades económicas. El dinero que se entrega es para comprarle ropa al Señor Santiago Apóstol y el arreglo de la iglesia el día de la fiesta.

Posteriormente se saca la imagen del santo Santiago Apóstol de la iglesia y se realiza una procesión por las calles principales de la comunidad; al término del recorrido se oficia una misa por parte del párroco del municipio de Copala o Marquelia, después se vuelven a reunir en la enramada que se construyó para la recepción de los asistentes a la fiesta, los mayordomos, los presidentes, las capitanas y los capitanes salientes con los entrantes, así como la población en general

para convivir bailando melodías interpretadas con la banda de música de viento y bebiendo cerveza. Al mismo tiempo en el atrio de la iglesia se están preparando para “*arrancarle la cabeza al gallo o gallina*”, aquí participan en su mayoría los jóvenes y niños; se amarra una cuerda por los extremos, la cual es sostenida por dos postes de madera y en el centro se amarra de las patas el gallo, pata o gallina, el ave que es colgada debe de estar viva; las personas que participan en arrancarles la cabeza tienen que ir montadas a caballo; no se otorga ningún premio a la persona que logra arrancarle la cabeza, sólo es la satisfacción de ser ganador.

Después se construye un corral con malla ciclónica en donde se meten becerros pequeños, los cuales son montados por niños; el que logra mantenerse montado un buen rato en el becerro o aunque quede colgado de sus pies y después lo tire, se le otorga un recurso económico, el cual es recabado con los asistentes.

Para culminar con la celebración de la fiesta, se instala un palo encebado en el que se amarran premios (billetes de \$100.00 pesos), cubetas de plástico, playeras, balones, gorras, etc.; el que logra subirse se lleva los premios.

## Octava del señor Santiago Apóstol en el municipio de Cuajinicuilapa, Guerrero

A diferencia de otras comunidades en *Cuijla* es festejada la octava del señor Santiago Apóstol durante los días 2, 3 y 4 de agosto. El motivo por el cual se realiza en esta fecha es para que haya más asistencia de la población a la celebración, así como más convivencia y hacer en grande la fiesta. Según testimonios de tradición oral esta celebración surge a principios de siglo. El origen tiene un carácter simbólico y cíclico. Para la organización de la fiesta es necesario nombrar un patronato que está conformado por:

2 presidentes (mujer y hombre)  
2 segundos presidentes (mujer y hombre)  
1 Santiaguito  
1 Santiaguita  
1 mayordomo  
capitanas y capitanes

La víspera de la fiesta inicia a partir del día 25 de julio hasta el día 1ro. de agosto con las mañanitas al señor Santiago en la iglesia; las misas son oficiadas por el párroco del municipio y está a cargo del patronato de la fiesta, los cuales se organizan realizando una rifa para saber qué día les toca a cada uno; ellos tienen la obligación de llevar un grupo de personas a la iglesia para presenciar la misa. El día 2 de agosto le corresponde exclusivamente al mayordomo, este día se considera que es la “fiesta grande”. Las capitanas y capitanes visten elegantes trajes, ya sean los conocidos trajes de charros o las típicas blusas de chaquira elaboradas en la comunidad de Cochoapa del municipio de Ometepec, región Costa Chica, faldas largas de terciopelo negro bordadas con lentejuelas de vivos colores, los dibujos que más resaltan son: mariposas, pelea de gallos y el águila devorando la serpiente, algunos hombres visten pantalón de mezclilla con camisa manga larga o corta de cuadros, botas, y sombrero, todos montan los mejores corceles y se dirigen a la iglesia para presenciar la misa. Al término se le quita la espada de la mano al señor Santiago Apóstol para después dar inicio con la cabalgata guiada por los capitanes y las capitanas que representan a los jefes hispánicos que combatieron a los moros en las cruzadas, y a quienes ayudaba el señor Santiago en momentos difíciles; también se agregan personas que asistieron a la misa. El recorrido se inicia de la iglesia avanzando por las calles principales de la población, después vuelven a la iglesia en donde se oficia otra misa y se deja el señor Santiago,

posteriormente se dirige la comitiva a la casa particular del mayordomo en donde se ofrece una comilona de barbacoa de res con salsa de chile verde, tomate, cilantro y torillas, tamales de guajolote, arroz con leche y una variedad de bebidas (agua de horchata, tamarindo, refrescos, cervezas y brandy Presidente), además de un baile popular amenizado por la banda de música de viento.

El día 3 de agosto a las 12:00 AM se ofrece otra misa en la iglesia del poblado y al término todos los capitanes y capitanas se dirigen a las calles del pueblo para “tirar las banderas”, es decir, se llevan las banderas a casa de las personas que formarán parte del patronato de la organización de la fiesta para el próximo año. Antes de otorgar los nombramientos se tiene una plática con la persona que se va a proponer, este puede ser un amigo, familiar o en algunos casos se autopropone para participar en la fiesta, después se da a conocer al presidente municipal de Cuajinicuilapa para que notifique por escrito a las personas que formarán parte de la organización de la fiesta; en caso de no cumplir quedará pendiente la propuesta para años posteriores, ya que no se puede dejar perder la bandera, la presente notificación se hace llegar al domicilio particular de la persona propuesta.

Al día siguiente se lleva un presente por parte de la persona saliente al entrante, el cual consiste en tamales de puerco, de guajolote o pollo, estofado de guajolote o pollo, arroz con leche y una canasta con variedad de bebidas; refrescos, brandy de diferentes marcas o sólo cartones de cerveza, según la posibilidad económica con que cuenta la persona, además de una canasta con frutas de temporada de la región. Algunas personas acostumbran hacer entrega del presente acompañados con la banda de música de viento, danzas tradicionales como los diablos, el macho mula y la tortuga, entre otros. El lugar de reunión es en la plaza cívica, aquí se hace la entrega simbólica del presente por parte del mayordomo saliente

al entrante y después este último distribuye los alimentos y bebidas a los asistentes. Después de “tirar las banderas”, a partir de las 3:00 PM se concentra la población en el salón de usos múltiples para seguir con la fiesta, la cual es amenizada por un sonido y un grupo musical de la región (este último es decisión del patronato de la fiesta), cada capitana, capitán, mayordomo, atiende a sus invitados de manera especial, para esto se colocan mesas adornadas con manteles, jarrones con flores, sombreros y cazuelas de barro. La comida que se brinda consiste en tamales de pollo o puerco en hoja de plátano, barbacoa de res y arroz con leche. El banquete se ofrece también a los demás asistentes y por la noche hay un baile amenizado por sonidos y grupos musicales.

El día 4 es el último día de festejo al Santo Santiago Apóstol. Se vuelven a concentrar los integrantes del patronato de la fiesta para continuar con los festejos, ya que es aquí donde se hace el nombramiento de manera oficial a los responsables de la fiesta para el próximo año entregándoles las bandas correspondientes a cada persona, que acreditan el cargo que ocuparán el próximo año. En esta ocasión sólo se ofrece a los asistentes botanas y bebidas, se continúa con el baile hasta el anochecer para dar por finalizada esta celebración.



## DESPEDIMIENTO, FUNERAL Y DÍA DE MUERTOS EN LA REGIÓN AFROMESTIZA

Eduardo Zapata Añorve, originario del municipio de Cuajinicuilapa de la región de Costa Chica de Guerrero, nos dice en su monografía *Cuijla* que:

“Los funerales son el rito más importante en la vida de la negrada. En consecuencia, el funeral tiene como uno de los objetivos ser ostentoso para mostrar el prestigio del difunto ante los vivos y entre los muertos. Antes de que se enfríe, el cadáver es aseado rigurosamente, luego se viste.

En ese instante adquiere un carácter sacro; la mortaja que viste se acomoda a su nueva naturaleza. Se viste como algunos santos principales: la Virgen del Rosario, si es mujer; San Nicolás, si es hombre. Para los niños el Niño Dios, San José o San Miguel. El cadáver del adulto se acuesta en el suelo, en una cruz de ceniza o cal de su estatura; la cabecera es un ladrillo. Comienzan los rosarios. Después de dos horas se sube a una mesa, donde permanece todo el velorio y parte del día siguiente. La vela no es duelo: se charla, se bebe *chimisco* y café mientras la banda de música ejecuta sones apropiados: se actúa como si el difunto no estuviera del todo muerto (la sombra tarda nueve días antes de recluirse en el ultramundo). El cadáver en ningún momento debe estar solo.

Los funerales de las mujeres son menos ostentosos, excepto si tienen prestigio social. Los pobres tampoco gozan de funerales *vanos*. Las difuntas vírgenes célibes pueden, excepcionalmente, casarse como novias de Cristo. Los jóvenes solteros pueden casarse con alguna joven que se preste a ello.

Si el muerto es un angelito, los adultos se alegran de la “dicha” que alcanza quien muere siendo inocente. Después del último rosario rezado al difunto, se realiza la ceremonia del *despedimiento*: el angelito se despide de sus padres, de sus

hermanos y de sus parientes; asimismo, se despiden de él. Su entierro es alegre. Se dicen parabienes por parte de una persona experta que se busca para esta ocasión” (págs. 46, 47, 48 y 49).

Ángel bello de este instante  
acuérdate de tus padres  
y de tu querida madre,  
no la olvides infante.

Eres un ángel divino  
que vas a cantar victoria,  
cuando llegues a la gloria  
ruega a Dios por tus padrinos.

Adiós, angelito, adiós.  
Coronado vas de flores.  
Te suplico, ángel divino,  
ruegues por los pecadores.

Págs. 170 y 171 \**Cujila*. Gonzalo Aguirre Beltrán

“Antes de partir al cementerio, y luego del último rezo, se realiza el *despedimento*. Inicia el duelo de ruido: los familiares y parientes femeninos lloradoras, gritan su dolor durante el trayecto de la casa a la iglesia y, después, al panteón. Los hombres parecen insensibles. Hay música y rezos” (pág. 48).

Después de sepultarlo se inician los rezos durante nueve días en casa de algún familiar del difunto, puede ser la casa de la viuda (o) o de la madre en caso que el difunto no haya sido casado; al culminarse los rezos se ofrece una comilona para todos los asistentes (caldo de res aderezado con chile guajillo seco, plátano macho camunco hervido con sal, mole de guajolote o de puerco con arroz hervido, chilate de cacao y agua de frutas de temporada de la región). A las personas

que asistieron a los rezos se les manda a su domicilio particular, como agradecimiento, pan y chocolate.

“Para que los *espíritus del muerto* no vaguen por la tierra baja y puedan causar daño a los vivos, la noche del noveno día después de su muerte se realizan los segundos funerales: se procede a *levantar la sombra* del difunto; se dibuja una cruz de ceniza o cal en la tierra (símbolo del cuerpo), donde se aposentó el cadáver y se coloca encima una cruz de madera (con el nombre del fallecido y fecha de fallecimiento) para que entre en contacto con la *sombra*; se encienden cinco velas gruesas (una en cada punta de la cruz y otra en el costado, junto al centro), se vela hasta el amanecer, las mujeres rezando y los hombres bebiendo café negro o *chimisco* y jugando baraja.

Con la primera luz del día se apagan las velas y se levantan; asimismo se recoge la cruz de madera y la cruz de tierra con ceniza o cal, tomándose con la punta de los dedos la parte correspondiente a la cabeza, el cuello, el pecho, las manos, las articulaciones del codo, el ombligo, los órganos genitales, las rodillas y los pies para recoger la *sombra*. Se acude al cementerio para hincar la cruz de madera y depositar la tierra sobre la sombra.

De ese modo, el *espíritu* podría recogerse en el reino de la muerte. Si el individuo muere fuera de su casa, se recoge tierra del lugar donde hubiera muerto; si la muerte ha sido violenta y con derramamiento de sangre, se recoge la tierra con la sangre porque contiene la *sombra*; en ambos casos se realizan los segundos funerales” (págs. 49 y 50).

Posteriormente cada mes se realizan rezos hasta cumplirse un año de fallecida la persona. En adelante, sólo el día 1 y 2 de noviembre se levanta un altar en casa de las familias que tienen personas fallecidas, el cual se compone de arreglos de flor de compasúchil, ornato y de terciopelo rojo (amapolas) o bien las tradicionales coronas de flores hechas con papel.

Entre los elementos distintivos de las ofrendas afromestizas están el tabaco en hoja para hacer los puros o cigarros, preferentemente delicado, el coco, las matas de plátano y flor de bocote en forma de arco, el mantel floreado, las velas que se colocan en trozos de mata de plátano al cual se le hacen unos hoyos para colocar la vela; se ofrenda comida especial que se prepara para esta ocasión (arroz con leche, pipián de pollo con tamales nejos, calabaza en dulce, mole de guajolote con arroz hervido, *chimisco*, aguardiente, cerveza, agua natural, chilate de cacao y frutas de temporada de la región, etc.), esta comida es de acuerdo al gusto que tenía el difunto en vida.

En algunas comunidades del municipio de Caujinicuilapa, por estos días se presenta la danza de los diablos, integrada por un grupo de “bailantes” que zapatean al ritmo de la música interpretada con un “bote” de diablo, idiófono de fricción hecho de un calabazo en cuya parte superior se coloca un parche de cuero de chivo, en el centro se fija una vara móvil perforando el cuero, la que se unta con cera de campeche y al frotarla rítmicamente produce un ronco sonido que hace las veces de bajo; una “charrasca”, que es una quijada de caballo o burro, con las piezas dentarias flojas y a veces pintadas de rojo o verde, además de una armónica; su indumentaria está compuesta de harapos viejos y deshilachados, parchada, fuera de medidas muchas veces, tiznada, botas o zapatos también viejos. Lo más destacado e impresionante del atuendo es la máscara elaborada de cartón y pintada con carbón que ostenta largos bigotes y barba, confeccionados con crin de caballo; algunos danzantes adornan sus máscaras con cuernos de chivo, otros sólo con orejas muy largas, algunas personas integran al vestuario una cuarta o chicota además de una campana.

También puede observarse la intervención de un personaje chusco, “La minga o diabla”, que baila al ritmo de los sones. Es la que pone el orden entre los danzantes, su

vestimenta está compuesta de falda larga floreada, blusa de un solo color, rebozo, zapatos y peluca, sostiene siempre una muñeca que representa a su hija; “La Minga” va acompañada de su esposo “Don Pancho”. Recorren las calles del pueblo, bailando en frente de alguna tienda comercial o casa particular en donde a cambio de su presentación les dan alguna regalía en especie: tamales, totopos, pan, o dinero, esto es compartido con todos los integrantes de la danza.

La danza de los diablos es un ritual dedicado al espíritu del dios Ruja, a quien los esclavos negros adoraban y pedían ayuda para liberarse de las rudas condiciones de trabajo, es por eso que al inicio de la danza se le invoca con respeto y reverencia.

Actualmente el concepto de adoración al dios Ruja se ha reducido y sustituido por la veneración a los muertos, por lo cual se baila únicamente en el ritual católico de Todos los Santos y de los Fieles Difuntos, los días 1 y 2 de noviembre, que es cuando se cree que viene el dios Ruja “para pedirle alguna gracia o curarles algún mal que padecen.

“El muerto no muere cuando muere, sino cuando deja de ser recordado. Siempre se coloca una vela en algún árbol para que las almas olvidadas tengan luz” (pág. 50).



## RITUAL DE BODA EN LA POBLACIÓN AFROMESTIZA DE LA COSTA CHICA DE GUERRERO

En la región de la Costa Chica de Guerrero, el ritual de boda es un símbolo de unión formal en que las parejas deciden unirse en matrimonio, ya que de lo contrario sería concubinato.

Las muchachas se *juyen* a una edad que oscila entre catorce a veintiún años, y los hombres a la edad de quince hasta veintitrés años; es difícil que una mujer contraiga matrimonio después de la edad antes señalada, ya que de lo contrario para la sociedad es “una mujer quedada” y solamente puede vivir en unión libre con hombres de mayor edad, viudos o casados.

Anteriormente el matrimonio se daba por raptor, es decir, en contra de la voluntad de la muchacha; esta forma de matrimonio constituye el padrón local y tiene un indudable origen africano que no vela por completo la agregación de elementos de procedencia indígena y occidental. Hoy en día la mayoría de las muchachas acostumbran darse solas, se *juyen* con el novio durante las fiestas del pueblo, bodas, quince años, etc.

Al día siguiente, se revisa la sábana o en su caso la ropa interior de la muchacha para ver si “*salió señorita*”. En caso de no resultar virgen, no habrá cohetes; todo el pueblo comenta que “mojaron los cohetes”, tampoco se hace fandango, sin embargo sí se puede realizar con el consentimiento del novio y sus familiares.

Después del fandango se organiza una comitiva encabezada por los padres, padrinos de bautizo y familiares del novio, se dirigen a la casa de los padres de la novia a *consolarlos*. Para esta reunión se llevan cervezas y cigarros, los cuales son compartidos con los asistentes; el motivo de la visita es para conciliar y convenir con los padres de la novia la fecha del

casamiento eclesiástico y civil de los futuros esposados. En la comunidad de San Nicolás Tolentino es importante que la novia aclare si fue bajo su consentimiento la huida, pues en caso contrario se demanda ante las instancias correspondientes y se tiene que cubrir una multa por parte de los padres del novio, cantidad que asciende de \$30,000.00 a \$40,000.00, recurso que es entregado a los padres de la novia. Además, regresa la muchacha al domicilio paterno.

## **Preparativos**

Se inician dos días antes de la víspera de la celebración de la boda. En el domicilio particular de los padres del novio se reúnen familiares y amigos para preparar pan y chocolate, también se hace una enramada con hojas de palma de coco, la cual servirá para recepción de los invitados a la boda. Asimismo se prepara barbacoa de res y pozole blanco con café.

### *Entrega del presente*

Un día antes de que se realice la boda por la iglesia se lleva un presente a los padres de la novia, el cual consiste en un guajolote hembra o macho vivo con sus respectivos condimentos (chile guajillo y puya, cominos, pimientas, clavos, cebollas y ajos para preparar el mole, arroz y frijol para prepararse al gusto, pan, chocolate casero que se prepara de manera especial para esta ocasión, bebidas, generalmente cervezas, brandy Presidente y refrescos; estos últimos son consumidos al momento en que se hace la entrega del presente). También se lleva a los padrinos de boda (anillos, invitación, velación, arras, cojín, rosario) pan y chocolate.

### *Entriegamiento y perdón*

Dice Eduardo Zapata Añorve, originario del municipio de Cuajinicuilapa, en su monografía *Cuijla* que:

“La ceremonia de *entriegamiento* y perdón de los novios obedece a que la pareja optó por *el casamiento del monto*, es decir, que él se robó y/o que ella huyó con él antes de casarse: Luego de pasado el matrimonio civil y eclesiástico, los padres de la novia reciben, en la puerta de su casa, un *presente* (pago simbólico para compensar la pérdida de la hija, consistente en mole de guajolote y otros manjares) y a la comitiva de los novios. Instalados todos, se entabla un diálogo en verso entre cada parte (casi siempre representados por personas dedicadas a ello), donde una entrega y la otra recibe a los recién casados” (pág.46).

#### *El que pide:*

Licencia vengo pidiendo,  
licencia pide María,  
licencia vengo pidiendo  
para el justo de este día.  
Licencia vengo pidiendo  
al dueño de este aposento;  
después que me lo haigan dado  
pasaré vuestras presencias.

#### *El que recibe*

Señor julano de tal:  
cuánto bueno a usted acompaño  
no es imposible desechar  
las apariencias del cielo.  
Porque son personas buenas  
y tienen razón que dar.

Pase usted, belloso hermoso,  
yo le daré su lugar.

*El que pide*

Amado y compadre mío,  
amada y comadre mía:  
Mire que grande hermosura  
han recibido los novios:  
En nombre del salvador  
hoy se los vengo a entregar.  
Alumbró en su resplandor  
una estrella matutina,  
cantó el gallo en la pasión,  
que el niño nació en Belén;  
estas palabras divinas  
dan asunto al parabién.  
Novios quedan entriegados  
en el portal de Belén.

*El que recibe*

Los novios que usted me entriega  
los recibió con infancia  
y los doy por recibidos  
porque me ha salido triunfante.  
Recibo las almas puras,  
lavadas de todas manchas  
y con alabanzas doy  
al padrino muchas gracias.  
Recibo su voluntad  
de sus manos tantos hechos;  
siempre las personas buenas  
hacen sus cosas al derecho.  
Recibí su voluntad  
y toda su gallardía;

que quede este entregamiento  
asuntado al de María.

*El que pide:*

Aquí le entrego esta flor;  
quien se la da se la ofrece  
y del olor que ella nace  
que es conforme usted merece.  
Qué sabor tan singular  
recibe el alma dichosa,  
siempre las almas gloriosas,  
aquí le entrego esta flor.

*El que recibe:*

Tomo la flor en la mano  
y la aposento en el altar;  
otro día por la mañana  
la mandaré a colocar.  
En el centro de las flores  
la flor está muy florida,  
que el Señor la ha escogido  
para usted que la merece;  
quien se la da se la ofrece.

*El que pide:*

¿Cuál es la flor consagrada  
que nunca se marchitó  
a un Dios Eterno parió  
y estuvo glorificado.  
Es María, nuestra adorada,  
flor de todas las más bella,  
siendo su rostro una estrella  
digo con tanto primor:

Es el mismo Redentor  
del olor que nació ella.

*El que recibe:*

Quiso con tanta pureza  
María con tanta grandeza,  
siendo del cielo princesa  
y del Padre eterno esposa;  
siendo tan linda y hermosa  
hizo la penitencia  
de mi alma hizo clemencia:  
está como lo merece.

*El que pide:*

Mis estimados amigos:  
ya hacen días que no los he visto.  
Aquí les entriego los novios  
y las banderas de Cristo.

*El que recibe:*

Las banderas las recibo  
con mucho cariño y fe;  
les hablo con desatino:  
Yo ya recibí a los novios  
y las banderas de Cristo.  
Pasarán vuestros compadres  
a tomar sus aposentos  
para celebrar la noche  
del divino *entriegamiento*.

Págs. 156,157 y 158. *Cujila*. Aguirre Beltrán, Gonzalo

“Luego, hincados en un petate, ambos son regañados y azotados en señal del perdón por haber huido al monte y haberse casado sin consentimiento de los padres de ella” (pág. 46).

Posteriormente viene la fiesta a la que asisten familiares, amigos y vecinos de los novios. Para esta ocasión se construye una gran enramada de palapa de palma de coco que servirá para cubrir del sol si se realiza la ceremonia en el día y sereno si es de noche; en la comunidad de San Nicolás Tolentino, municipio de Cuajinicuilapa, aún sigue vigente esta tradición en algunas familias de presentar este ritual así como de presentar los “sones de artesa”, en donde los primeros en empezar el fandango son los novios, que zapatean al ritmo de la música interpretada por un cajón de madera forrado con piel de venado o chivo, la charrasca (palo de lluvia) y un violín, se introducen unos cohetes encendidos por uno de los orificios de un costado de artesa, en señal que están bailando los novios, después suben a bailar los asistentes, se da un receso y un grupo musical de la región sigue con el fandango interpretando chilenas, cumbias y corridos de la región. La fiesta dura aproximadamente siete horas, en la que a los asistentes se les ofrece un banquete consistente en barbacoa de res, con sopa de arroz y tortillas calientes, la bebida (cerveza y refresco) se venden, la ganancia obtenida de la venta es para cubrir parte de los gastos generados de la celebración de la fiesta.

### **Tornaboda**

Al día siguiente que se efectuó el casamiento eclesiástico, los familiares consanguíneos de los novios y las señoras que participaron en la preparación de los alimentos se reúnen en casa de los desposados para convivir, ya que el día de la boda no participaron.

Anteriormente en el municipio de Copala se disfrazaban hombres y mujeres de diablos; se vestían con ropa vieja, se pintaban la cara con carbón, además de portar un sombrero con plumas de guajolote y cuernos de vaca o toro.



## SEMANA SANTA AFROMESTIZA

Dentro del calendario de fiestas (cívicas y religiosas) que festeja la población afromestiza de la Costa Chica de Guerrero está la Cuaresma, que de la misma manera que en todo el país va del Miércoles de Ceniza al Domingo de Resurrección; este periodo concluye con los días de Semana Santa o Semana Mayor que son Jueves Santo, Viernes, Sábado de Gloria y Domingo de Resurrección.

En la actualidad, la celebración de Semana Santa tiene variaciones de una comunidad a otra en lo que se refiere a las representaciones y a la organización, sin embargo, también mantiene una serie de constantes.

Cabe señalar que si bien la fiesta de Semana Santa es importante entre la población afromestiza, en otras fechas hay mayor participación de la gente –tanto de hombres y mujeres, como de niños y adultos– debido a que conjugan ampliamente lo “sagrado” y lo “profano”, y en donde además de cumplir con los rituales se incluye la diversión y preparación de alimentos para toda la comunidad.

### **El carnaval**

El inicio de la Cuaresma tiene como antecedente inmediato el Carnaval, cuya importancia radica principalmente en que durante un día no hay prohibiciones en la alimentación ni se prescribe la abstinencia sexual, ambos comportamientos son opuestos a los que deben guardarse durante la Cuaresma.

Anteriormente, en las comunidades de la Costa Chica en el día del Carnaval, era costumbre recorrer el pueblo al anochecer cantando los tradicionales paspaques\* por un grupo de cantadores acompañados de guitarras; algunos se versaban así:

Que es aquí o no es aquí  
donde venimos a dar  
porque dicen que aquí vive  
un señor particular.

El señor particular  
bien nos puede dispensar  
que por ser un día del año  
le hemos venido a cantar.

Esta casa está medida  
con cien varas de listón  
que por dentro está la gloria  
y por fuera el rey Salomón.

La señorita Daría  
perla que en la mar crió  
bautizada en Santa Roma  
padrino San Juan de Dios.

Cristo anduvo todo el mundo  
predicando la doctrina,  
pero al fin fue coronado  
con la corona de espina.

Pedro le decía a Jesús:  
Señor lo quiero bastante  
y Jesús le contestó  
con palabras arrogantes:  
tres veces me negarás  
antes del que el gallo cante.

En el árbol de la cruz  
una tórtola cantó,

pidiendo agua cristiana  
de la que Jesús tomó.

Vámonos compañerito  
vámonos que vengan otros  
que les hagan el favor  
que nos han hecho a nosotros.

Aquí les traigo el presente  
los tres clavos de la cruz,  
aquí son mala gente  
porque no encienden su luz.

Este recorrido se hacía casa por casa y los dueños tenían la obligación de abrir la puerta y dar cooperación –dinero o bebida– a los cantadores.

En ocasión también del Carnaval se representaba la danza del “Macho Mula” (posiblemente aún se baila en alguna comunidad afroestiza), representación picaresca en la cual los danzantes recorrían el pueblo acompañados de los niños. Los primeros tenían derecho a pedir cooperación y cuando alguna persona se negaba podían quitarle algún objeto de su casa, como por ejemplo un machete, la mano del metate o cualquier cosa. Los dueños tenían que ir a la comisaría a recogerlos pagando una multa.

Hoy en día, en el festejo de Carnaval participan principalmente los niños que andan por las calles o fuera de la escuela quebrándose cascarones, arrojándose puñados de harina o mojándose.

## **Desarrollo de la Cuaresma y de la Semana Santa**

La fecha en que se celebra el Miércoles de Ceniza es movable como en todas partes. En este día se efectúa la primera misa

de la Cuaresma y la gente acude a la iglesia a tomar ceniza que el creyente recibe cuando el sacerdote le dibuja una cruz en la frente.

A partir del Miércoles de Ceniza se festejan los seis viernes siguientes. Este punto es gran importancia en la Costa Chica, pues cada Viernes Santo corre a cargo de un municipio diferente de la región, siendo año con año de la manera siguiente:

- 1er. Viernes en Juchitán, municipio de Juchitán.
- 2do. Viernes en el municipio de Cujinicuilapa.
- 3er. Viernes en el municipio de Igualepa.
- 4to. Viernes en Huajintepec, municipio de Pinotepa Nacional, Oaxaca.
- 5to. Viernes en Maldonado, municipio de Cuajinicuilapa.
- 6to. Viernes en el municipio de Ometepec.

En cada uno de estos lugares se reúne la población de las comunidades del interior del municipio y también de los municipios cercanos, bien sean indígenas –amuzgos y mixtecos–, mestizos o afromestizos, es decir, los Viernes Santos son la ocasión en que confluyen todos los tipos de población de la Costa Chica, reunión que propicia y afianza las relaciones interétnicas.

Festejar los Viernes Santos tiene por objeto cumplir con la religión católica y por otra parte son aprovechados en la recreación y comercio, ya que se establecen grandes ferias y mercados regionales.

Es frecuente que además de las ferias se montan exposiciones ganaderas y artesanales junto con eventos culturales, palenques, peleas de gallos y jaripeos. En Maldonado, por ejemplo, se invita a los danzantes de la comunidad de Huehuetán, municipio de Azoyú, para que representen la

danza de la “Conquista”. Las ferias en Igualapa y Ometepec son las que concentran un mayor número de visitantes.

No es raro que a cada uno de los lugares en que se hace la feria del Viernes Santo lleguen peregrinaciones procedentes incluso de otros estados, como por ejemplo de Oaxaca, mismas que van a cumplir alguna manda o simplemente para asistir a la fiesta.

En Domingo de Ramos, anterior a la Semana Santa, se llevan a vender las palmitas ya sea en el mercado o en el atrio de la iglesia; éstas son elaboradas con hojas de palapa de cuacoyul; se bendicen en la iglesia y se conservan en las casas durante todo el año, pues se tiene la creencia que es para que no entren “los malos espíritus” a la vivienda.

A partir del Domingo de Ramos y hasta finalizar la Semana Santa se acostumbra cubrir a los santos de la iglesia con una tela color morado.

En el Jueves Santo la primera actividad de la celebración que implica trabajo colectivo es la construcción de una enramada a la cual llaman “Calvario” y que se compone de una estructura de madera cubierta con palapa (hoja de palma) adornada con flores naturales y de papel, además de frutas de la región –cajeles, toronjas, plátanos, etcétera–, veladoras, agua y copal. Esta estructura se destina a ser la prisión de Jesús y se levanta en una de las capillas del pueblo (en caso de Copala es en la capilla de la Santa Cruz del barrio de Charchove) o bien en la casa del mayordomo.

Por la noche del Jueves Santo se concentra el pueblo en la iglesia y de ahí parte la primera procesión que se dirige al Calvario. En esta procesión se lleva la imagen de Jesús de Nazareno (sin cruz ni corona de espinas), acto al que llaman “prendimiento de Jesús”. Durante el trayecto se van rezando rosarios y entonando cantos religiosos a la luz de las velas. A lo largo de todo el recorrido –que ya está preestablecido– se

van incorporando más personas a la procesión. Una vez que ésta llega al calvario encierran la imagen de Jesús y se vendan los ojos; permanece preso toda la noche para su velación, se rezan dos rosarios y posteriormente se reparte pozole blanco con café y pan a todos los presentes.

En términos generales, en casi todas las comunidades afroestizas la organización de la celebración de la Semana Santa está a cargo del mayordomo o del sacerdote. En el primer caso éste puede haber sido nombrado por la comunidad o bien puede ser él mismo quien solicite el cargo, esto sucede frecuentemente cuando tienen que pagar una manda.

En Copala, por ejemplo, los mayordomos se cambian y se nombran el Jueves Santo en la noche. En la elección participan todos aquellos que forman parte de la hermandad del santo y se eligen después de “correrse cabildo”, es decir, al darse lectura a la relación de miembros de la hermandad. Al “correrse cabildo” cada una de las personas nombradas está comprometida a entregar una cooperación económica a cambio de una reliquia bendita (pedazo de tela que fue parte del vestido del santo) que usarán en el cuello a manera de escapulario. El dinero reunido se destina a los gastos de la celebración del siguiente año y es entregado por el mayordomo saliente al mayordomo entrante.

El Viernes Santo a las nueve de la mañana aproximadamente sacan al santo del Calvario, de nuevo es conducido en procesión por el pueblo; con este motivo se han adornado las calles con papel picado, flores naturales (generalmente bugambilias) y palapas. Esta procesión es realizada de igual manera que la del día anterior; acompañada por el sacerdote, se entonan los cantos y rezos, y se integra un nuevo elemento que es la Virgen María.

Se escenifica el Vía Crucis también el día viernes. En algunas localidades como Las Vigas y Ometepc la representación la hacen personas del mismo pueblo que caracterizan a

los personajes de Jesús, a los apóstoles, a los judíos y a las tres Marías (virgen María, a la Magdalena y a la Verónica). El Vía Crucis se va desarrollando en las estaciones ya establecidas, mismas que se adornan previamente con flores formando un altar; en éste se detiene el santo mientras se le reza.

En otras localidades como Juchitán y Copala la representación es una combinación de personajes vivos con imágenes de la iglesia. A pesar de las diferencias en ambos tipos de representación es notoria la teatralización que se hace de la Pasión de Cristo.

En la tradición de Copala, el Viernes Santo se viste un niño con atuendo similar al de Jesús para ayudar a cargar la cruz.

En Juchitán y Copala, anteriormente las mujeres lloraban cuando se encontraban la Virgen María y su hijo Jesús en el Vía Crucis, lo que les valía una fama de plañideras en la región.

Una característica que también prevalece en la Costa Chica es que los hombres son quienes cargan la imagen de Jesús y las mujeres la de la Virgen María.

El Viernes Santo es crucificado Jesús y por la noche se saca de la iglesia la imagen del Santo Entierro y se lleva a velar a otra capilla. Esta imagen se devuelve el sábado por la mañana.

El Sábado de Gloria es un día particularmente importante para la población afroestiza, está cargado de una serie de creencias y prácticas culturales; por ejemplo, en este día a las 12:00 de la mañana se acostumbra pegar a los árboles con un machete en el caso de que no den fruto o que sea poco y de mala calidad. También a los niños de entre cuatro y seis años de edad se les jala de las orejas o se les da un “azote” para que crezcan y dejen de ser mal educados.

Durante mucho tiempo en la Costa Chica se pensaba que a lo largo de toda la Semana Santa no se debían hacer

trabajos ni quehaceres, tampoco estaba permitido bañarse; ambas prohibiciones se eliminaban el Sábado de Gloria. Para cumplir la primera prohibición las mujeres volteaban los metates y los hombres escondían los machetes. Sobre la segunda, corrían leyendas en las que se decían que las mujeres que transgredían la prohibición y se bañaban se convertían en sirenas y los hombres en pescado; leyendas que por lo demás se ubican muy bien dentro del ambiente costeño.

Dentro de las costumbres que particularmente se han ido perdiendo se encuentra la preparación de algunos alimentos como los totopos, pinole, los tamales chocos y las tizacas que servían de “bastimento” para toda la Semana Santa.

Lo más usual hoy en día es que las familias se desplacen a la playa el Sábado de Gloria a bañarse en el mar.

Una creencia vigente en muchas comunidades afroestizas es que el Domingo de Resurrección deben asistir a misa todos los católicos bautizados. Cabe mencionar que en la Costa a los niños que no han recibido el sacramento del bautismo se les dice “moros”, como una manera de indicar que todavía no están integrados a la religión católica.

Como parte también del sistema de creencias de los pueblos costeños, está la idea de que existen tres fechas en el calendario católico en que se puede “perder el mundo”; éstas son: Viernes Santo, Jueves Santo, Jueves de Corpus Christi y el día de la Asunción de María. Esta pérdida puede acontecer si la gente no respeta las prohibiciones y no guarda vigili-  
as.

# RECETARIO



## TOTOPOS SALADOS

### INGREDIENTES

- 1 kilo 600 gramos de maíz
- 1 kilo de manteca
- 30 gramos de canela
- 100 gramos de cal  
sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se cuece el maíz siguiendo el proceso del nixtamal, se deja enfriar, después se lava bien y se muele en el molino de mano, se extiende la masa en una mesa y se saca un rato al sol, enseguida se muele la canela en el metate. Posteriormente se mezcla con la masa y con la manteca y sal al gusto, se vuelve a moler en el metate y se van sacando los totopos con la mano del metate, según el tamaño deseado; una persona los *acaípea* con una servilleta de tela y los va poniendo en el comal caliente para su cocimiento, sólo se les da una volteada.



## TOTOPOS DULCES

### INGREDIENTES

- 1 kilo 600 gramos de maíz blanco
- 1 kilo de panela
- 1 kilo de manteca
- 30 gramos de canela
- 100 gramos de cal

### PREPARACIÓN

Se cuece el maíz siguiendo el proceso de nixtamal, se deja enfriar; después se lava bien y se muele en molino de mano, luego se extiende la masa en una mesa y se saca un rato al sol. Posteriormente en el metate se muele la panela con la canela, después se mezcla con la masa y la manteca. Se vuelve a moler en el metate y se van sacando los totopos con la mano del metate, según el tamaño deseado; una persona *acaípea* los totopos con una servilleta de tela y los va colocando en el comal caliente para su cocimiento, sólo se les da una volteada.

## **PINOLE**

### **INGREDIENTES**

500 gramos de maíz  
500 gramos de azúcar  
50 gramos de canela

### **PREPARACIÓN**

Se dora el maíz en el comal, se deja enfriar y luego se muele en el metate con la canela, después se muele el azúcar según como se quiera dulce.

## MEMELAS DE CAMAHUA

### INGREDIENTES

- 12 elotes sazones
- $\frac{3}{4}$  de kilo de manteca
- 60 gramos de canela molida
- 3 cucharadas cafeteras con polvo para hornear
- 1 kilo de azúcar

### PREPARACIÓN

Se desgranar los elotes y se muelen los granos en molino de mano, luego se le agrega la manteca, la canela, el polvo para hornear y azúcar al gusto; se mezcla bien la masa y posteriormente se hacen bollos según el tamaño deseado y se aplastan con una botella; se dejan reposar antes de meterse al horno.

## FRIJOL MOLIDO

### INGREDIENTES

- 1/2 kilo de frijol
- 1/2 kilo de manteca
- 1 kilo de masa
- 3 ramitas de epazote
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Dorar a fuego lento el frijol en el comal, para saber si ya está cocido se muele un poquito en el metate; si el corazón está coloradito ya está bueno. Se retira del fuego y se deja enfriar; luego se muele finamente en el metate, después se pone al fuego un recipiente con suficiente agua, cuando ya esté bien caliente el agua, se le añade el frijol previamente diluido en poca agua fría, se mueve constantemente para que no se haga grumos; enseguida se añade a la masa un poco de manteca y sal diluida en poca agua, se mezcla y después se procede a hacer cazuelitas, se van agregando al frijol una por una para que no se peguen, además de sal al gusto y el epazote.

Se sirve con chile verde costeño picado.

## FRIJOL CON CARNE

### INGREDIENTES

- 1 kilo de frijol
- 1 ½ kilos de carne oreada de res con hueso
- 100 gramos de chiles guajillos
- 2 ramitas de epazote
- 1 cabeza chica de ajo
- 1 cebolla mediana
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se corta la carne en pedazos, se lava bien y se pone a remojar para quitarle un poco lo salado; después se pone al fuego una olla con suficiente agua para cocer la carne con el frijol, agregando la cebolla partida, tres dientes de ajo y el frijol. Al primer hervor se agrega la carne previamente escurrida; una vez que esté blanda, se añade el chile molido en crudo con dos dientes de ajo y colado, también se añade el epazote y sal al gusto.

Se sirve con arroz hervido.

## FRIJOL CON PATAS DE PUERCO

### INGREDIENTES

- 1 kilo de patitas de cerdo
- 1/2 kilo de frijol negro
- 1 cebolla mediana
- 4 dientes de ajo
- 3 ramitas de epazote
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se ponen a cocer los frijoles y las patitas con suficiente agua, agregándoles dos dientes de ajo y la mitad de cebolla. A medio cocimiento se agrega sal al gusto, ya que estén blandos añadir el chile guajillo previamente molido con los ajos y colado; se agrega el epazote.

Se acompaña con arroz hervido o plátano macho camunco hervido con sal.

## FRIJOL CON ARROZ

### INGREDIENTES

- ½ kilo de frijol
- ½ kilo de arroz entero
- 2 cucharadas grandes de manteca
- rodajas de cebolla
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se ponen a hervir los frijoles sin sal, ya que estén blandos se les añade sal al gusto, luego se pone al fuego una cazuela con la manteca y las rodajas de cebolla, ya que está dorada se retira y se agregan los frijoles sin caldillo, se dejan sazonar por unos 15 minutos y después se machacan y se les pone más caldillo según se quiera de espeso; poner al fuego una olla con tres medidas iguales de agua. Ya que esté caliente añadir una medida con arroz, se mueve y se deja cocer a fuego lento.

Se sirve con chiles en vinagre y queso seco.

## SAMBARIPAO SALADO

### INGREDIENTES

- 1 kilo de arroz entero
- ½ kilo de frijol negro
- 2 cucharadas grandes de manteca
- 1 cebolla pequeña
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se cuecen los frijoles sin sal, ya que estén blandos agregar sal al gusto. Se pone al fuego una cazuela de barro con la manteca y unas rodajas de cebolla, ya que esté dorada retirar y agregar los frijoles con poco consomé, al siguiente hervor se machaca bien y añadir suficiente agua para cocer el arroz y sal al gusto, agregar el arroz previamente lavado y escurrido. Cuando el caldillo de frijol esté bien caliente, se cuece a fuego lento y se retira del fuego ya que el arroz esté blando.

Se acompaña con queso seco cotija y chiles en vinagre.

## RELLENO DE PUERCO

### INGREDIENTES

- Un puerco de 30 kilos
- 1 kilo de papas
- 1 kilo de zanahorias
- 1 cebolla mediana
- 1 cabeza de ajo
- 50 gramos de chícharos (de lata)
- 100 gramos de pasas
- 15 pimientas
- 15 clavos
- 4 hojas de laurel
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se sacrifica el puerco, luego se baña con agua caliente con cal y se le quita el pelaje, seguidamente se le cortan las patas, la cabeza y se sacan las vísceras, se lava bien y se le hacen cortaduras por dentro y se condimenta con pimienta, clavo, cebolla y ajo molido, además de sal al gusto. Se cortan en trozos pequeños las papas y las zanahorias, se colocan en un recipiente con las pasas y chícharos, después se rellena el puerco; las hojas de laurel van enteras. Después se cuece en el horno de pan.

Se acompaña con bolillos, chiles en rajas en vinagre y agua de jamaica.

## CHILE AJO DE PUERCO

### INGREDIENTES

- 1 kilo de espinazo de puerco
- ½ kilo de carne maciza de puerco
- 700 gramos de jitomate
- 10 chiles verdes costeños
- 3 ajos
- 3 pimentas
- 3 clavos
- 1 pizca de comino
- ½ cebolla mediana
- 2 cucharadas con aceite para guisar
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se corta la carne en pedazos, luego se pone al fuego una cazucla con tres tazas con agua, ya que está caliente se le añade la carne y sal al gusto. A medio cocimiento se agregan los chiles y los jitomates previamente lavados; ya cocido se retiran con el caldillo; seguidamente se añade el aceite a la carne y se deja freír, después se le retira la grasa, se muelen los jitomates con los chiles y los condimentos (pimienta, clavo, ajo y rodajas de cebolla) en el molcajete, posteriormente se le añaden a la carne, se deja sazonar, se agrega el caldillo, sal y agua al gusto.

Se acompaña con arroz hervido.

## BIRRIA O BARBACOA DE RES

### INGREDIENTES

- 10 kilos de carne de res con hueso
- ½ kilo de chile guajillo
- 150 gramos de manteca
- 100 gramos de ajo
- 20 gramos de pimienta
- 10 gramos de clavo
- 10 gramos de orégano
- 3 ramitas de tomillo
- 1 cebolla mediana
- 1 cucharada grande con vinagre
- hojas de laurel
- hojas de aguacate criollo
- hojas de plátano
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se sala la carne al gusto, enseguida se muele en molino de mano el chile en crudo con los condimentos (orégano, clavo, ajo y cebolla), se diluye la pasta con la manteca y el vinagre, también se agrega un poco de agua tratando que la pasta quede espesa; se añaden las hojas de laurel y sal al gusto; se enchila la carne. Posteriormente se pone al fuego una olla con agua hasta que cubra la parrilla, después se le colocan las hojas de plátano y enseguida se pone la carne y se cubre con hojas de plátano. Se cuece a vapor. Se acompaña con salsa preparada de tomate y chile verde, cilantro, cebolla picada, sopa de arroz y tortillas calientes.

## BARBACOA DE RES COCIDA EN POZO

### INGREDIENTES

- 50 kilos de carne de res con hueso
- 3 kilos de chile guajillo
- 2 litros de vinagre de caña
- 5 manojos de hojas de aguacate
- 3 manojos de hojas de laurel
- 4 manojos de mejorana
- 4 manojos de tomillo
- 3 kilos de cebolla
- 10 cabezas de ajo
- 4 hojas de plátano
- 100 gramos de orégano
- 100 gramos de pimienta
- 100 gramos de clavo
- ½ litro de brandy Presidente
- sal al gusto
- leña

### PREPARACIÓN

Se añade sal al gusto a la carne, luego se asan las cebollas y ajos en un comal, se les quitan las semillas a los chiles y se muelen junto con las cebollas, los ajos, las pimientas, los clavos, después se diluye la pasta con el vinagre, se enchila la carne y se coloca en un recipiente de aluminio, se le añade por los lados del recipiente agua suficiente tratando que no se lave la carne, posteriormente se cubre con las hojas de aguacate, el laurel, el tomillo, la mejorana, el orégano y se rocía con el brandy, posteriormente se cubre con las hojas

de plátano. Se hace un hoyo de 1.5 metros de profundidad por 1 metro de ancho, en el fondo del hoyo se colocan piedras y encima la leña para hacer una fogata, se deja que se hagan brasas los leños y se le vuelve a poner más hasta que las piedras adquieran color rojizo, se pone el recipiente con la carne cubriéndose con un petate y finalmente se cubre con la tierra que se excavó el pozo para que conserve el calor, se da tiempo suficiente para su cocimiento, luego se descubre el hoyo con cuidado para que la carne no se llene de tierra.

Se sirve con salsa verde, sopa de arroz y tortillas calientes.



## TAMALCUME DE ARMADILLO

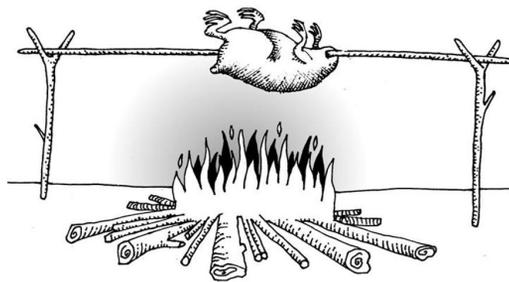
### INGREDIENTES

- 1 armadillo de 3 kilos
- ¼ de kilo de chile guajillo
- 10 pimientas
- 10 clavos
- 1 cabeza de ajo pequeño
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se quita al armadillo el caparazón y se abre para sacarle las vísceras, posteriormente se remoja durante una hora en agua de limón para quitarle la choquía, después se lava bien y se le agrega sal al gusto. Luego se muele el chile en crudo agregándole las pimientas y los clavos, tratar que la pasta quede espesa, se añade un poco de sal, seguidamente se enchila el armadillo, se ensarta en una vara y se cuece o se pone a las brasas. También puede cocer a vapor agregándole hojas tiernas de ciruela.

Se acompaña con tortillas calientes y salsa de jitomate.



## BAZO RELLENO AL HORNO

### INGREDIENTES

- 1 bazo de res
- 1 kilo de papa
- 1 kilo de zanahoria
- 1 cebolla mediana
- 1 cabeza de ajo
- 2 hojas de laurel
- 2 hojas de aguacate
- 2 kilos de carne de res molida
- 100 gramos de pasas
- $\frac{1}{4}$  de kilo de chile guajillo
- 100 gramos de chícharos
- 10 pimientas
- 10 clavos
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se cortan en pedazos pequeños las papas y las zanahorias, después se colocan en un recipiente y se le añaden las pasas y los chícharos, luego se desvenan los chiles, se remojan y se muelen con los clavos, las pimientas, los ajos y la cebolla, se le agrega sal al gusto. Posteriormente se mezcla la pasta de chile con la carne. Se hace una cortadura al bazo por un extremo, se rellena y se amarra; enseguida se coloca en un recipiente para su cocimiento, lo sobrante de la carne enchilada se le agrega al ruedo del recipiente, así como las hojas de laurel y aguacate. Se cocina en el horno de pan. Se acompaña con tortillas calientes, salsa de tomate y agua de limón.

## ROLES TACOS

### INGREDIENTES

- 1 kilo de carne de res para deshebrar
- 1 kilo de aguacate
- 1 lechuga romanita
- 2 cucharadas grandes con mayonesa
- 2 cebollas
- 3 kilos de tortillas
- 2 jitomates
- 3 ramitas de cilantro
- 3 dientes de ajo
- 50 gramos de chiles en rajas en vinagre
- 250 gramos de queso rallado
- 1/2 litro de aceite para guisar
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se corta la carne en pedazos y se pone a cocer con suficiente agua, agregándole los ajos, una cebolla partida y sal al gusto. Ya que esté blanda se retira del fuego y se deja enfriar; posteriormente se deshebra y se procede a hacer los tacos; se pone al fuego una cacerola con suficiente aceite para dorar los tacos, luego se prepara la ensalada con jitomate, cebolla y cilantro picado finamente, los aguacates se machacan bien, después se vacía todo en un recipiente, además se le añaden chiles en vinagre y la mayonesa, se mezcla bien. Se sirven los tacos en plato hondo, luego se les agrega un poco de ensalada, lechuga romanita picada, caldillo de res y queso rallado. Se acompaña con agua de diversos sabores, preparada con frutas de temporada de la región.

## CALDO DE RES

### INGREDIENTES

- 1 kilo de carne de res con hueso
- 10 chiles guajillos
- 4 dientes de ajo
- 1 cebolla chica
- 2 hojas de tanilpa
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se corta la carne en pedazos y se pone a hervir con sal, dos dientes de ajo y la mitad de la cebolla. Cuando esté cocida se añade el chile previamente molido con la cebolla, los ajos y colado; si gusta, puede freír el chile antes de añadir al caldo para adquirir un mejor sazón, enseguida se le agrega la tanilpa.

Se acompaña con plátano camunco hervido con sal, machacado.



## APORREADILLO

### INGREDIENTES

- ½ kilo de carne de res para asar oreada
- 100 gramos de manteca
- 6 chiles verdes costeños
- 5 huevos
- ½ kilo de jitomate
- 2 dientes de ajo
- 1 cebolla
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se dora la carne en comal y se deshebra, después se pone una cazuela al fuego con la manteca y rodajas de cebolla. Ya que esté dorada se le añade la carne y se deja freír, luego se le agregan los huevos batidos; los chiles y los jitomates se hierven, se muelen con los ajos, rodajas de cebolla y se agrega la carne y sal al gusto.

Se acompaña con tortillas calientes.

## MENUDO DE VENADO

### INGREDIENTES

- 1 kilo de espinazo de venado
- 1 kilo de vísceras de venado  
sangre de venado
- 10 chiles verdes
- 1 cebolla mediana
- 1 kilo de jitomate
- 5 dientes de ajo
- 2 cucharadas grandes de aceite para guisar
- 1 pizca de orégano  
sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se cortan las vísceras y el espinazo en pedazos pequeños, luego se cuecen con suficiente agua, agregándoles una mitad de cebolla, dos dientes de ajo y sal al gusto.

Con las manos se diluye la sangre coagulada, posteriormente se pone un recipiente al fuego con tres tazas con agua agregándole sal al gusto. Cuando el agua esté caliente se añade la sangre moviéndola de manera constante para que no se pegue, ya que esté cocida, se retira del fuego y se deja enfriar, enseguida se corta en trozos pequeños. Se corta en rodajas la cebolla, el ajo, los chiles, los jitomates y luego se fríe en aceite, dejándolos sazonar bien, luego se agrega el espinazo, las vísceras, la sangre, un poco de consomé, sal al gusto y el orégano.

Se acompaña con tortillas calientes o plátano macho camunco hervido con sal.

## CALDO DE VENADO

### INGREDIENTES

- 1 kilo de carne de venado con hueso
- 8 chiles guajillos
- 1 cebolla chica
- 4 dientes de ajo
- 1 pizca de orégano
- hojas tiernas de ciruela
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se corta la carne en pedazos, se lava bien y se pone a hervir con suficiente agua, agregándole la cebolla partida, dos dientes de ajo y sal al gusto. Ya que esté blanda la carne se añade el chile previamente molido en crudo con los ajos sobrantes, al siguiente hervor se agregan las hojas de ciruela y el orégano espolvoreado. Se le adiciona con sal al gusto.

Se acompaña con tortillas calientes o plátano macho camunco hervido con sal.



## MOLE DE IGUANA VERDE

### INGREDIENTES

- 3 iguanas verdes
- 1 cabeza de ajo
- 2 cebollas medianas
- 5 pimientas
- 5 clavos
- 25 gramos de chiles costeños
- 250 gramos de chiles guajillos
- 200 gramos de manteca
- ½ kilo de jitomate
- 1 pizca de orégano
- hojas de tanilpa
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se sacrifican las iguanas y se ponen a las brasas para que sea fácil de quitar el pellejo, se abren y se les sacan las vísceras, después se doran en las brasas; posteriormente se cortan en pedazos, se hierva con cebolla, ajos y sal al gusto, se deja freír y se deshebra. Se les quitan las semillas a los chiles y se doran en el comal; los ajos, la cebolla y los jitomates se asan, después se muelen con los chiles y los condimentos (orégano, pimientas, y clavos). Se pone una cazuela al fuego con manteca y unas rodajas de cebolla; ya que esté dorada la cebolla se le agrega el chile, se deja sazonar bien y se le añade la carne deshebrada, tanilpa dorada, espolvoreada y sal al gusto.

Se acompaña con tortillas calientes.

## MOLE DE GUAJOLOTE

### INGREDIENTES

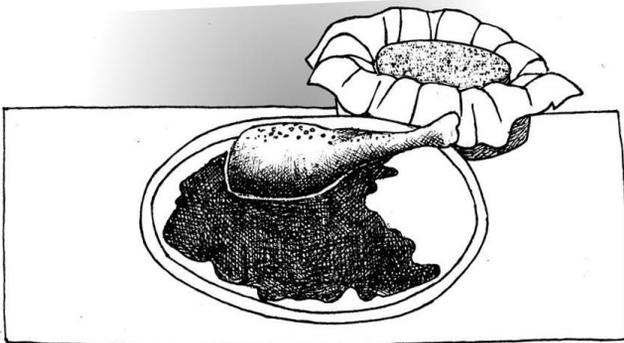
- 10 kilos de carne de guajolote con hueso
- 50 gramos de chiles costeños
- ½ kilo de chile guajillo
- ½ kilo de cebolla
- ½ kilo de manteca
- 250 gramos de chiles anchos
- 250 gramos de chiles pasillas
- 12 pimientas
- 12 clavos
- 1 manojito de orégano
- 1 plátano macho maduro
- 2 kilos de jitomate
- 3 rajitas de canela
- 3 cabezas de ajo
- 100 gramos de almendras sin cáscara
- 100 gramos de pasas
- 100 gramos de ajonjolí
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se corta la carne en pedazos, se lava bien y se pone a cocer con suficiente agua, agregándole una cabeza de ajo, una cebolla partida y sal al gusto, se retira del fuego cuando la carne esté blanda; seguidamente se les quitan las semillas a los chiles, se doran y se remojan, los jitomates se asan o se hierven, los demás ingredientes se fríen en manteca (clavos, pimienta, orégano, almendras, pasas, ajonjolí, canela, los ajos sin

cáscara, el plátano y la cebolla en rodajas), se dejan escurrir, luego se muelen con los chiles. Posteriormente se pone una cazuela al fuego con la manteca sobrante y unas rodajas de cebolla, ya que esté dorada se retira y se agrega el chile y se deja sazonar, después se le añade un poco de caldo de guajolote según se quiera de espeso el mole, al siguiente hervor se le agrega la carne.

Se sirve con arroz hervido.



## MOLE DE CABEZA DE CERDO

### INGREDIENTES

- 1 cabeza de cerdo de 10 kilos
- 50 gramos de chiles costeños
- 30 gramos de masa de maíz
- 1 cabeza de ajo
- 2 cebollas medianas
- 5 clavos
- 5 pimientas
- 1 pizca de orégano
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se limpia la cabeza, se le corta la lengua y se pone en el rescoldo de la lumbre para que se le pueda quitar el pellejo, también se le quitan los dientes y se corta la punta de la trompa y de las orejas, se pica el hueso y se pone a cocer con suficiente agua agregándole tres dientes de ajo, una cebolla partida y sal al gusto, ya que esté blanda se le retira la grasa de la superficie, se deja enfriar, después se deshebra. Enseguida se les quitan las semillas a los chiles, se doran, se remojan un poco y se muelen con los ajos y cebolla. Se pone en el fuego una cazuela con manteca del caldillo, ya que esté caliente se le añade el chile previamente molido, se deja sazonar bien y después se le agrega la carne deshebrada.

Se acompaña con arroz hervido.

## MOLE CON PESCADO ASADO

### INGREDIENTES

- 2 kilos de pescado cocinero asado
- 50 gramos de chiles secos costeños
- ¼ de kilo de chile guajillo
- 2 ramas de epazote
- 5 jitomates asados
- 3 dientes de ajo
- 1 cebolla chica
- 1 pizca de orégano
- ½ cucharada cafetera de clavo
- ½ cucharada cafetera de pimienta
- 2 cucharadas grandes de aceite para guisar

### PREPARACIÓN

Quitar las semillas a los chiles y dorarlos, enseguida molerlos con los condimentos (clavo, pimienta, orégano, tres dientes de ajo y unas rodajas de cebolla), los jitomates molerlos por separado. Poner al fuego una cacerola agregándole el aceite y unas rodajas de cebolla, cuando ya esté dorada retirar y añadir el jitomate y el chile previamente colado, dejar sazónar bien, se corta el pescado y se agrega, adicionándole sal y agua al gusto; al primer hervor se echa el epazote.

Se sirve con tortillas calientes y agua fresca de limón.

## MOLE DE CHARRA PRIETA

### INGREDIENTES

- 2 kilos de charra prieta
- 1 kilo de jitomate
- 1 cebolla
- 1/2 litro de aceite para guisar
- 10 chiles verdes costeños
- 2 dientes de ajo
- 3 pimientas
- 3 clavos
- 200 gramos de masa de maíz
- 1 pizca de comino
- 1 pizca de orégano

### PREPARACIÓN

Se les quitan las escamas a las charras, después se les hacen cortaduras por ambos lados, se lavan bien y se les añade sal al gusto; se pone al fuego una cacerola con aceite y rodajas de cebollas, cuando esté dorada la cebolla se van agregando una por una las charras, retirándose hasta que se doren; Posteriormente se doran los chiles y los jitomates, luego se muelen en el molcajete con los condimentos (ajos, comino, orégano, pimienta y clavo), seguidamente se fríe la pasta en aceite bien caliente y se deja sazonar, después se le agrega la masa diluida en poca agua y colada, se deja hervir unos 10 minutos y se le agregan las charras.

Se acompaña con arroz hervido.

# MOLE DE CONEJO

## INGREDIENTES

- 2 conejos
- 125 gramos de chiles anchos
- 125 gramos de chiles guajillos
- 200 gramos de masa de maíz
- 1 cebolla
- 3 dientes de ajo
- 4 clavos
- 4 pimientas
- 1 pizca de comino

## PREPARACIÓN

Se sacrifican los conejos y se les quita la piel, después se cortan en pedazos individuales, se lavan bien y se ponen a hervir con rodajas de cebolla y sal al gusto; luego se les quitan las semillas a los chiles, se doran y se remojan, posteriormente se muelen, los condimentos (clavos, pimientas, ajos y comino) se muelen en el molcajete, se mezclan con el chile, se cuelean y se fríen en aceite, se deja sazonar bien, posteriormente se les añade el caldillo según se quiera de espeso y la carne de conejo.

Se sirve con tortillas calientes.

## CALDO DE IGUANA PRIETA

### INGREDIENTES

- 3 iguanas prietas
- 150 gramos de chiles guajillos
- 5 dientes de ajo
- 3 ramitas de epazote
- 1 cebolla mediana
- 2 cucharadas grandes de manteca
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se sacrifican las iguanas y se ponen a las brasas para que sea fácil de quitar el pellejo, se abren y se les sacan las vísceras; posteriormente se cortan en pedazos, se hierven con suficiente agua, agregándole la mitad de la cebolla, 3 dientes de ajo y sal al gusto. Se les quitan las semillas a los chiles, se doran, se remojan y se muelen con los ajos, cebolla y se cuele. Se pone una cazuela al fuego con la manteca y rodajas de cebolla, ya que esté dorada la cebolla se le añade el chile, se deja sazonar bien, después se agrega la carne con el caldillo, al primer hervor se le añade el epazote y sal gusto.

Se acompaña con arroz hervido.

## PIPIÁN DE IGUANA PRIETA

### INGREDIENTES

- 3 iguanas prietas medianas
- 1 litro de semilla de calabaza criolla
- 3 chiles verdes
- 3 ramitas de epazote
- 3 dientes de ajo
- 1 cebolla mediana
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se sacrifican las iguanas y luego se ponen a las brasas para que sea fácil de quitar el pellejo, se cortan en pedazos y se hierven con ajo, rodajas de cebolla y sal al gusto. Se dora la semilla de calabaza a fuego lento, posteriormente se muele con cáscara en el molino de mano, después se pone al fuego una cazuela de barro con cuatro tazas con agua, ya que esté caliente agregar la pasta previamente diluida en consomé de iguana. Se deja sazonar moviendo la pasta constantemente para que no se pegue; después se muelen los chiles verdes en crudo con los ajos y se le agrega cuando la pasta ya no se pegue en la cuchara y la grasa se vaya a la superficie, asimismo, se añade consomé según como se quiera de espeso el pipián, también el epazote, la carne y sal al gusto.

Se sirve con tamales nejos.

## ARDILLA ENCHILADA

### INGREDIENTES

- 7 ardillas
- 10 chiles guajillos
- 3 pimientas
- 3 clavos
- 1 pizca de comino
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se sacrifican las ardillas, luego se les quita la piel, se abren para sacarles las vísceras, se lavan y se agrega sal al gusto. Se muele el chile en crudo con los clavos, las pimientas y el comino, tratar que la pasta no quede muy aguada, se añade un poco de sal, después se enchilan las ardillas, se ensartan en una vara y se cuecen sobre las brasas.

Se acompaña con tortillas calientes.

## TAMALES DE IGUANA VERDE

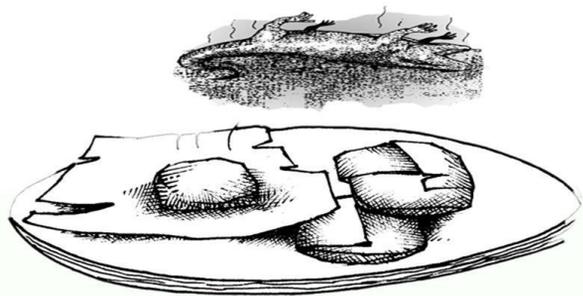
### INGREDIENTES

- 3 ½ kilos de masa
- 1 ½ kilo de manteca
- hojas de plátano

### PREPARACIÓN

Se prepara el mole de tres iguanas, enseguida se le retira la manteca de la superficie y se agrega a la masa para ablandarla, así como el caldo de iguana, sal diluida en poca agua y si le hace falta manteca se le añade más. Posteriormente se pone al fuego un comal, cuando esté caliente se baja la flama y se van poniendo las hojas de plátano partidas, se dejan calentarse poco para que cuando se envuelva el tamal no se parta la hoja, después limpie una por una con una tela húmeda y enseguida se le unta manteca y un poco de masa según el tamaño deseado del tamal, se aplana bien y se le añade un poco de mole con carne, se envuelve en la hoja y se cuecen a vapor.

Se acompaña con atole de tamarindo.



# TAMALES DE GUAJOLOTE

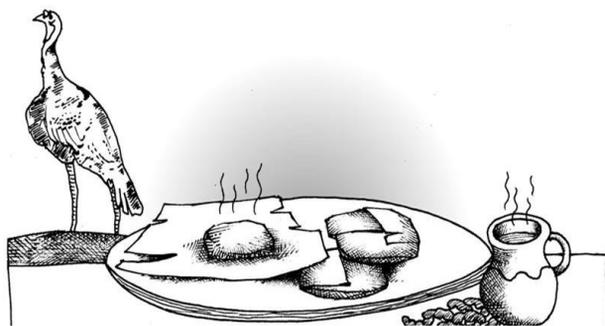
## INGREDIENTES

- 4 kilos de masa de maíz
- 2 kilos de manteca
- hojas de plátano

## PREPARACIÓN

Se prepara el mole con 6 kilos de carne de guajolote. Para los tamales, después de cocida la carne se deshebra y se le añade al mole, se le retira la manteca que se va a la superficie y se le agrega a la masa para ablandarla, así como consomé de guajolote, sal previamente diluida en poca agua y si requiere más manteca se le agrega; enseguida se ponen al comal las hojas de plátano y se limpian (igual proceso del tamal de iguana verde), después se le unta manteca y posteriormente la masa según el tamaño deseado del tamal, se aplana bien y se le añade un poco de mole con carne, se envuelve en la misma hoja y se cuecen a vapor.

Se sirve con atole de piña.



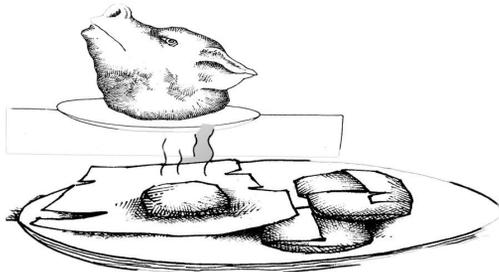
## TAMALES DE CARNE CRUDA

### INGREDIENTES

- 2 kilos de carne de puerco
- 2 kilos de masa de maíz
- 10 chiles secos costeños
- 250 gramos de chiles guajillos
- ½ kilo de jitomate
- 5 pimientas
- 1 pizca de orégano
- 3 dientes de ajo
- 1 cebolla chica
- 1 ½ kilo de manteca
- hojas de plátano
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se corta la carne en pedazos pequeños. A los chiles se les quitan las semillas, se lavan y luego se muelen con los jitomates y los condimentos (pimienta, clavo, orégano, ajo y unas rodajas de cebolla), posteriormente se cuele la pasta y se enchila la



carne, se ablanda la masa con manteca y sal previamente diluida en agua, después se ponen al comal las hojas de plátano y se limpian (igual proceso que el tamal de guajolote), enseguida se les unta un poco de manteca, después se agrega masa según el tamaño deseado del tamal, se aplanan bien, y se les añade carne enchilada y se envuelven con la misma hoja. Se cuecen a vapor.

Se acompaña con atole de tamarindo o de arroz con leche.

## TAMALES DE TICHINDA

### INGREDIENTES

- 5 litros de tichinda
- 2 kilos de masa de maíz
- 4 hojas de tanilpa
- 20 gramos de chiles secos costeños
- 4 dientes de ajo
- 1 cebolla chica
- 750 gramos de manteca
- hojas de maíz (totomoxtli)
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se desvenan los chiles, luego se muelen con los ajos y unas rodajas de cebolla, después en una mesa de madera se hace una fuente con la masa, en el centro se agregan el chile molido, la manteca, la tanilpa cortada en pedazos pequeños y la tichinda previamente lavada con una escobeta y sal al gusto; se amasa bien. Se lavan y escurren las hojas de *totomoxtli*, se toma una hoja, se extiende y se agrega una cucharada grande con masa, se enrollan y dobla la parte inferior del tamal. Se cuece a vapor, se revisa cada media hora, cuando la tichinda abre, ya está cocido el tamal.

Se acompaña con atoles de diversos sabores.

## TAMALES NEJO

### INGREDIENTES

- 6 litros de maíz blanco
- 15 litros de ceniza cernida
- hojas de plátano
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se diluye la ceniza en agua, se cuela y se pone al fuego en una olla de barro con suficiente agua para cocer el maíz, al primer hervor se agrega el maíz, se cuece a fuego lento y se mueve constantemente con un trozo de madera. Se retira del fuego hasta que al maíz se le caiga el corazón, se deja enfriar un poco y se lava; cuando el maíz está tibio (ya que de lo contrario tiende a pegársele la ceniza) se deja remojando por el transcurso de una noche con suficiente agua y sal al gusto, posteriormente se muele en molino eléctrico, se ablanda la masa con poco agua y sal diluida, se pone al comal las hojas de plátano y se limpian (igual proceso del tamal de carne cruda), se hacen los bollos según el tamaño deseado, enseguida se colocan en la hoja y se aplanan un poco, se cubren con la misma hoja y se cuecen a vapor.

Se sirve con pipián de iguana.

## TAMALES DE CHIPIL

### INGREDIENTES

- 1 kilo de masa de maíz
- 2 manojos de chipiles
- 1/4 de kilo de manteca
- hojas de plátano
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se hace una fuente con la masa, en el centro se le agrega la manteca, el chipil deshojado, sal al gusto, se mezcla bien y se ablanda la masa con un poco de agua, enseguida se hacen los bollos según el tamaño deseado del tamal. Posteriormente se ponen las hojas de plátano en el comal y se limpian (igual proceso que el nejo), después se coloca un bollo de masa se aplana un poco y se envuelve con la misma hoja. Se cuecen a vapor, se revisa cada 20 minutos si ya está cocida la masa, se retira inmediatamente del fuego ya que si se dejan por más tiempo tiende a perder su sazón.

Se acompaña con atoles de diversos sabores.

# TAMALES CHOCO

## INGREDIENTES

- 4 kilos de masa
- 1 kilo de viuches de puerco
- 1 kilo de azúcar
- 2 piloncillos
- 3 cucharadas cafeteras con bicarbonato de sodio
- 1/2 kilo de manteca
- hojas de totemoxtle

## PREPARACIÓN

Se pone un recipiente al fuego con dos tazas con agua agregándole los piloncillos en trozos, se mueve constantemente y se retira del fuego hasta que se diluyan bien, después se muelen los viuches en el metate, enseguida se mezclan con la masa, la manteca, el bicarbonato diluido en poca agua y el melado de piloncillo frío, el azúcar se va agregando poco a poco según como se quiera de dulce la masa, se revuelve bien y se deja reposar durante la noche. Al día siguiente por la mañana se lavan las hojas de totemoxtle y se dejan escurrir, se toma una hoja y se le añaden dos cucharadas cafeteras con masa, se enrolla, se dobla la hoja de la parte inferior y se van colocando parados en olla. Se cuecen a vapor.

Se acompaña con atole de arroz con leche o café.

## TAMALES DE ELOTE

### INGREDIENTES

- 20 elotes tiernos
- ½ kilo de azúcar
- 300 gramos de manteca

### PREPARACIÓN

Se corta la parte superior del elote para sacar las hojas, mismas que se ocuparán para envolver los tamales, después se rebanan los elotes y se muelen los granos de maíz en un molino de mano o eléctrico, mientras se pone al fuego una olla con agua necesaria. Rápidamente, ya que la masa tiende a amargarse, se le añade el azúcar y la manteca, se mezclan bien los ingredientes, luego se van tomando las hojas una por una y se les pone un poco de masa, se enrollan, se doblan de la parte inferior y se van colocando parados en la olla. Se cuecen a vapor.

Se sirven en un plato hondo con leche o simplemente solos.

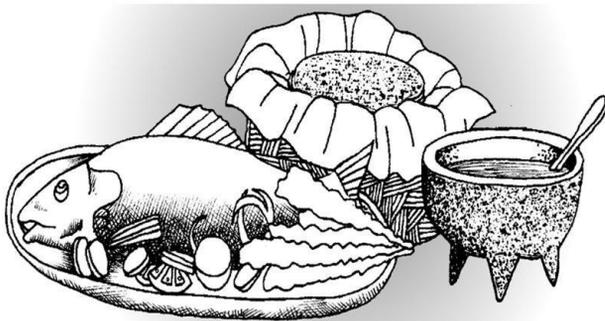
## PESCADO A LA TALLA

### INGREDIENTES

- 2 kilos de pescado
- 6 cabezas medianas de ajo
- 400 gramos de manteca
- 300 gramos de cebolla
- 400 gramos de chiles guajillos
- 100 gramos de masa de maíz
- 12 pimientas
- 12 clavos
- 2 pizcas de comino

### PREPARACIÓN

Se abren los pescados, se les hacen cortaduras y se lavan bien, en el molcajete se muelen cinco cabezas de ajo sin cáscara en seco agregándole sal al gusto y un poco de manteca, se mezcla bien la pasta y se le unta a todos los pescados por ambos lados. Se les retiran las semillas a los chiles, se doran un poco



en el comal y después se remojan, los ajos sobrantes y dos cebollas se cuecen en las brasas, posteriormente se muelen con los chiles, el comino, los clavos, y las pimientas; enseguida se pone una cacerola al fuego con la manteca sobrante y unas rodajas de cebolla; ya que esté dorada la cebolla, se le agrega el chile previamente colado, al primer hervor se le añade la masa diluida en poca agua y colada, se deja sazonar y espesar bien, se retira del fuego, se deja enfriar, después se enchilan los pescados. Para su cocimiento se colocan en una parrilla y se cuecen a las brasas. Se sirve con tortillas calientes, salsa preparada con jitomate y chile asado.

## CEBICHE

### INGREDIENTES

- 1 kilo de filete picado de pescado
- 1 kilo de salsa capsup
- 3 cucharadas cafeteras de salsa Búfalo
- 1 kilo de jitomate
- 5 chiles verdes
- 1 frasco de 45 ml. de aceite de oliva
- 1 manojo pequeño de cilantro
- ½ kilo de chícharos (de lata)
- 1 litro de refresco de naranja
- ¼ de kilo de cebolla
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

El filete se lava bien y se deja escurrir, enseguida se pone al fuego un recipiente con suficiente agua y sal al gusto para cocer el filete, al primer hervor e inmediatamente se retira del fuego cuando la carne esté y se deja escurrir, después se coloca en un recipiente; se pica finamente la cebolla, unas ramitas de cilantro, los chiles, los jitomates, enseguida se vacía a un recipiente y se le agrega la salsa capsup, el refresco de naranja, la salsa búfalo y los chícharos; el aceite de oliva se fríe con unas rodajas de cebolla, se deja enfriar y se añade, se mezcla añadiéndole sal al gusto y se deja reposar unos 20 minutos y se sirve con galletas saladas.

## CALDO DE CAMARÓN

### INGREDIENTES

- 1 kilo de camarón de castilla o chacal
- 100 gramos de chiles guajillos
- 6 dientes de ajo
- 4 chiles puyas
- 1 cebolla mediana
- 3 ramitas de epazote
- 50 gramos de masa de maíz
- 1 ½ cucharada grande con aceite para guisar  
sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se les quitan las semillas a los chiles y se remojan, después se muelen con los ajos y la cuarta parte de la cebolla; enseguida se pone al fuego una cacerola con el aceite y rodajas de cebolla, ya que esté dorada se le agrega el chile molido y colado. Se deja sazonar y se le añade agua, se diluye la masa en poca agua, se cuele y se le agrega al caldo, al primer hervor se le echan los camarones, el epazote y sal al gusto.

Se sirve con tortillas calientes o galletas saladas, cebolla, chile verde picado y unas gotitas de limón.

## CAMARONES EMPANIZADOS

### INGREDIENTES

- 1 kilo de camarón de Castilla
- 480 gramos de pan molido
- 1 cabeza de ajo
- 3 huevos
- 1 litro de aceite
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se lavan los camarones en crudo y se pelan dejándoles sólo la cabeza, después se les hace un corte en la parte superior. En un molcajete se muele el ajo con cáscara, agregando sal al gusto y un poco de agua, los camarones se dejan reposar ahí por el transcurso de 15 minutos; aparte, en un recipiente, se baten los huevos, yema y clara, enseguida se capean los camarones. En un plato grande, plano, se pone el pan molido y se empanizan los camarones, se golpean suavemente para que se les adhiera bien el pan. Después, se pone una sartén al fuego con suficiente aceite para cubrir los camarones, agregar éstos cuando el aceite esté bien caliente, se cuecen a fuego lento y se retiran del aceite hasta que hayan adquirido un color dorado. Se cuela o se cambia el aceite para que el pan que quedó quemado en la sartén no se siga quemando y los siguientes camarones no salgan quemados. Se sirve con arroz hervido, ensalada de verduras y galletas saladas.

## TORTAS DE CAMARÓN

### INGREDIENTES

- ¼ de kilo de camarón seco
- 60 gramos de queso molido
- 165 gramos de pan molido
- 10 huevos
- ½ kilo de manteca

### PREPARACIÓN

Se le quita al camarón la cola y la cabeza, dejando sólo la pulpa la cual se dora en le comal, después se muele en un molcajete o molino de mano, y se vacía en un trasto para hacer la pasta, agregándole el queso, el pan y los huevos con clara y yema, éstos se incluyen según se quiera de aguada la pasta; mezclar muy bien. Aparte, se pone una sartén al fuego con suficiente manteca; se toma un poco de pasta, se le da forma con las manos y se pone directamente en la sartén con una cuchara cafetera cuando la manteca ya esté bien caliente; se baja la flama para que se quemem y se retiran cuando estén cocidas por ambos lados.

Se acompaña con mole rojo y frijoles apozonquis.

## FILETE EMPANIZADO

### INGREDIENTES

- 1 kilo de filete de cazón
- 480 gramos de pan molido
- 1 cabeza de ajo
- 1 litro de aceite para guisar
- 3 huevos
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se lavan bien los filetes y se dejan escurrir, posteriormente se le agrega sal al gusto; en un molcajete se muele el ajo con la cáscara y se añade un poco de agua, enseguida se colocan ahí los filetes y se dejan reposar durante 15 minutos. Aparte, se bate el huevo (yemas y clara) se pasan los filetes por él; en un plato grande, plano, se pone el pan molido y se empanizan uno por uno, se golpean suavemente para que se les adhiera bien el pan. Se pone una sartén al fuego con suficiente aceite tratando que cubra los filetes, cuando esté bien caliente se baja la flama y se agregan los filetes, una vez que adquieran un color dorado se voltean. Al retirarse los filetes del aceite éste se cuele o se cambia, para que el residuo no se siga quemando y el siguiente filete no salga quemado.

Se sirve con arroz hervido, ensalada de verduras, salsa y tortillas calientes.

## LANGOSTA AL MOJO DE AJO

### INGREDIENTES

- 2 kilos de langosta o langostinos
- 2 cabezas de ajo
- 200 gramos de mantequilla
- 1 cebolla mediana
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se lavan bien las langostas y luego se cortan de manera vertical, después se ponen a hervir con sal, ajos, rodajas de cebolla y se dejan escurrir; en un molcajete se muele el ajo con cáscara, agregándole sal al gusto y poca agua, luego se le añade a las langostas dejándose reposar por unos 20 minutos; posteriormente se pone a fuego lento una cacerola con la mantequilla. Una vez derretida se van agregando una por una las langostas para que se frían.

Se acompaña con galletas saladas y salsa picante (embotellada).

## CALDO DE CUATETE CON JAIBA

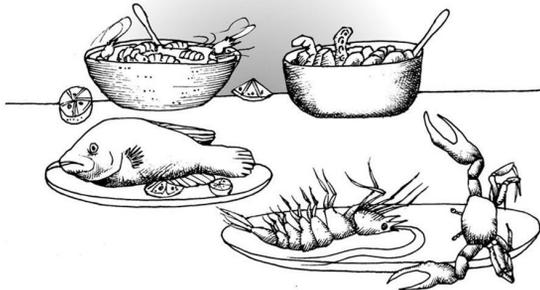
### INGREDIENTES

- 1 kilo de cuatete
- 1/2 kilo de jaiba
- 100 gramos de chiles guajillos
- 3 chiles puyas
- 50 gramos de masa de maíz
- 3 dientes de ajo
- 1 cucharada grane con aceite
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se les quitan las semillas a los chiles y se remojan, luego se muelen con los ajos, rodajas de cebolla y se cuele; se pone una cacerola al fuego con el aceite y rodajas de cebolla, cuando la cebolla ya esté se le agrega el chile, se deja sazonar bien y después se le echa suficiente agua y la masa previamente diluida en poca agua y colada. Cuando empieza a hervir se le añaden los cuatetes, las jaibas bien lavadas y el epazote.

Se acompaña con tortillas calientes, limón, chile verde y cebolla picada.



## CALDO DE PESCADO

### INGREDIENTES

- 1 kilo de pescado
- 300 gramos de jitomate
- 5 chiles verdes costeños
- 1 cebolla mediana
- 2 dientes de ajo
- 3 ramitas de epazote
- 1 cucharada grande de aceite  
orégano  
sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se limpia el pescado, se le hacen cortaduras por ambos lados y se agrega sal al gusto, enseguida se pone al fuego una cacerola con el aceite y rodajas de cebolla, cuando esté dorada se añade el ajo picado, el jitomate y la cebolla en rodajas; se deja sazonar, inmediatamente después se le echa suficiente agua, al siguiente hervor se le agrega el pescado y los chiles enteros, el epazote y sal al gusto, cuando esté cocido se le pone el orégano espolvoreado.

Se acompaña con tortillas calientes, cebolla picada y unas gotitas de limón.

## CALDO DE SARAMUYO

### INGREDIENTES

- 6 docenas de saramuyos
- 10 chiles guajillos
- 100 gramos de masa de maíz
- 2 dientes de ajo
- 2 cucharadas grandes con aceite
- 3 ramitas de epazote
- 1 cebolla grande
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se les quitan las semillas a los chiles y se remojan, después se muelen con el ajo y unas rodajas de cebolla; enseguida se pone al fuego una cacerola con el aceite y rodajas de cebolla, ya que esté dorada se agrega el chile molido y colado, se deja sazonar, después se añade agua suficiente y la masa previamente diluida y colada. Al primer hervor se pone el epazote, los saramuyos y sal al gusto.

Se sirve con tortillas calientes, cebolla, chile verde picado y limón.

## SOPA DE MARISCOS

### INGREDIENTES

- 1 kilo de huachinango
- ½ kilo de camarón de Castilla
- ½ kilo de pulpo o calamar
- ½ kilo de caracol
- 6 jaibas
- 125 gramos de chiles guajillos
- 5 chiles puyas
- 2 cucharadas grandes de manteca
- 1 cebolla grande
- 2 dientes de ajo
- 5 ramitas de epazote
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se hierva el caracol y pulpo por separado, después se les quitan las semillas a los chiles, se remojan y se muelen con la mitad de la cebolla, ajos y se cuele; se pone al fuego una cacerola con la manteca y rodajas de cebolla, cuando esté dorada la cebolla se añade la pasta de chile, se deja sazonar bien y se le agrega suficiente agua para cocer todo junto. Al primer hervor se le echa el caracol en trocitos, el pulpo en rodajas, el camarón y la jaiba; por último el pescado, sal al gusto y el epazote.

Se acompaña con cebolla, chile verde picado, unas gotitas de limón y tortillas calientes.

## PULPO AL MOJO DE AJO

### INGREDIENTES

- 2 kilos de pulpo
- 1 cebolla
- 175 mililitros de aceite de oliva
- 100 gramos de chiles guajillos
- ½ litro de aceite
- 3 cabezas de ajo
- 3 pimentas
- 3 clavos
- 1 pizca de orégano
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se abre el pulpo por la cabeza para quitarle la tinta y se lava perfectamente; se pone al fuego una olla con suficiente agua para cubrir el pulpo, se agrega media cebolla, tres dientes de ajo y sal al gusto. Se cuece por 45 minutos o más tiempo hasta que el pulpo esté blando, se deja escurrir y se corta en trocitos, enseguida en un molcajete se muele el ajo sobrante con la cáscara, después se echan las rodajas de pulpo y se deja reposar por 10 minutos. Posteriormente se les quitan las semillas a los chiles, se remojan y se muelen con poco agua y se cuele. Se pone una sartén con dos cucharadas grandes con aceite de guisar y media cebolla, cuando esté bien caliente se agrega el chile y se incluye la pimienta, el comino y el clavo previamente molidos en el molcajete, añadir sal al gusto, se deja freír hasta que la pasta esté espesa. En otra sartén se

agregan cuatro cucharadas grandes de aceite de oliva, luego se añade el pulpo sin dejar de mover, cuando ya no suelte agua se le pone una cucharada grande con pasta de chile y se mueve. Se deja sazonar y se retira del fuego.

Se acompaña con sopa de arroz blanco, galletas saladas.

## HUEVO HERVIDO DE TORTUGA GOLFINA

### INGREDIENTES

- 3 docenas de huevo de tortuga
- 3 ramitas de epazote
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se lavan los huevos, después se hierven con suficiente agua, epazote y sal al gusto.

Se consumen con salsa picante embotellada y gotitas de limón.

## HUEVOS AHOGADOS DE MACHINGÜEPO O GARAPACHO

### INGREDIENTES

- 1 docena de huevo de machingüepo
- ½ kilo de jitomate
- 6 chiles verdes costeños
- 2 ramitas de epazote
- 1 cebolla mediana
- 2 dientes de ajo
- 1 cucharada grande con aceite
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se ponen a hervir los chiles y los jitomates, enseguida se muelen con los ajos, después pone al fuego una cacerola con el aceite y rodajas de cebolla, cuando esté dorada agregar el chile molido, se deja sazonar y enseguida se añade suficiente agua y sal al gusto, al primer hervor agregar los huevos sin cascarón y sin batir, se deja cocer y después se agrega el epazote.

Se acompaña con tortillas calientes.

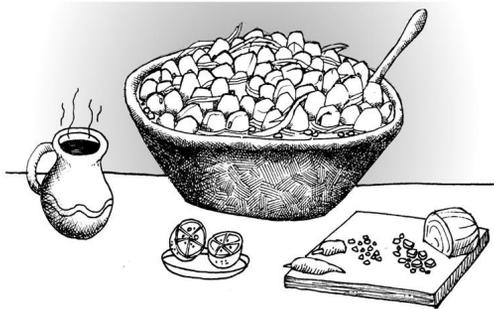
# POZOLE BLANCO

## INGREDIENTES

- 4 kilos de maíz
- 2 cucharadas grandes con cal
- 2 kilos de pierna de puerco
- 1 kilo de cabeza de puerco
- 250 gramos de lonja de puerco
- 2 cebollas grandes
- 2 cabezas de ajo
- sal al gusto
- orégano

## PREPARACIÓN

Cocer el maíz siguiendo el proceso del nixtamal, para lo cual se le añade la cal, se lava bien y se deja remojar por una hora; enseguida se pone al fuego un recipiente grande con capacidad para 40 litros de agua, se agregan las cabezas de ajo y una cebolla partida, cuando esté bien caliente se añade el maíz escurrido y se tapa la olla. Se revisa cada hora; ya



que haya reventado el maíz se le agrega la carne. Cuando ya esté blando el maíz se añade la pierna, la lonja y la cabeza de puerco, así como sal al gusto y cuando esté blanda la carne se agrega el orégano espolvoreado.

Se acompaña con chile verde y cebolla picada, gotitas de limón y café. Algunas personas le añaden al platillo sardina enlatada.

## POZOLE DE CALABAZA

### INGREDIENTES

- 1 litro de maíz blanco
- 100 gramos de cal
- 1 calabaza mediana
- 1 kilo de azúcar

### PREPARACIÓN

Igual procedimiento que el pozole blanco, y para que quede guisado con la calabaza, se añade ésta sin cáscara y partida en trozos pequeños; cuando esté blanda la calabaza se agrega más agua según se desee de espeso el pozole y se endulza al gusto.

## POZOLE CON PANZA DE RES

### INGREDIENTES

- 4 litros de maíz
- 2 cucharadas grandes de cal
- 3 kilos de panza de res
- 1 ½ kilo de patas de res
- 1 cebolla grande
- 1 cabeza de ajo
- 200 gramos de chiles guajillos
- 5 ramitas de epazote
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Igual procedimiento que el pozole de calabaza, para que quede guisado en rojo siga las siguientes instrucciones: cuando haya reventado el maíz se le añade la panza y patas de res. Ya que esté blanda la pancita añadir sal al gusto, el epazote y el chile previamente molido y colado.

Se sirve en cazuela de barro acompañado de cebolla, chile verde picado, gotitas de limón.

## ATOLE DE PIÑA

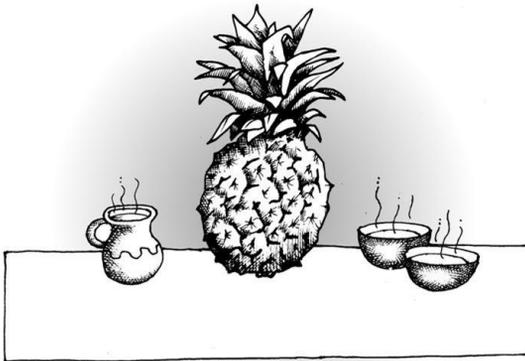
### INGREDIENTES

- 1 piña mediana
- ½ kilo de masa de maíz
- ½ kilo de azúcar

### PREPARACIÓN

En dos litros con agua se diluye la masa, posteriormente se le quita la cáscara a la piña, se corta la mitad en trozos pequeños, la otra mitad se muele con la cáscara; seguidamente se pone una olla al fuego con capacidad para diez litros de agua; inicialmente se le echan tres litros de agua, cuando esté caliente se añade los pedazos de piña y la masa previamente diluida y colada, se mueve constantemente; a medio cocimiento se vierte la piña molida y colada, se deja hervir y se añade más agua según se quiera de espeso, ya que los trozos de piña estén blandos agregar azúcar al gusto.

Se sirve con tamales dulces o de carne.



## PONCHE DE COCO

### INGREDIENTES

- 10 cocos de cuchara
- $\frac{1}{4}$  de litro de alcohol de 96°
- $\frac{1}{2}$  kilo de azúcar
- 1 cebolla chica
- 10 chiles verdes costeños

### PREPARACIÓN

Se parten los cocos, en una olla de barro nueva se echa el agua, la pulpa y el alcohol; posteriormente se pone al fuego, al primer hervor se agrega azúcar al gusto, inmediatamente se retira del fuego y se añade el chile y la cebolla previamente picada, quedando listo para beberse.

# TEPACHE

## INGREDIENTES

- 1 piña sazona
- 1 kilo de piloncillo

## PREPARACIÓN

Se lava la piña y se corta en rodajas sin quitarle la cáscara, en una olla de barro nueva se agregan cuatro litros de agua, las rodajas de piña y el piloncillo en trozos, se tapa con una mantilla y se deja fermentar durante 10 días. Sacar el agua fermentada y depositarla en un recipiente, se añade agua, azúcar y hielo al gusto. Volver a agregar agua y piloncillo a la olla de donde se retiró el jugo de piña fermentado, y se dejan pasar tres días para hacer uso del jugo; este proceso se realiza hasta que la piña conserve su sabor.

## ATOLE DE MANGO

### INGREDIENTES

- 20 mangos sazones
- 2 piloncillos
- ½ kilo de azúcar

### PREPARACIÓN

Se quita la cáscara a los mangos, después se hierven con suficiente agua hasta cubrirlos. A medio cocimiento se cambia el agua y se vuelve a poner al fuego; cuando la pulpa de los mangos esté blanda se añaden los piloncillos en trozos. Se mueve de manera constante hasta que se diluya el piloncillo y los mangos suelten la pulpa, posteriormente se agrega azúcar al gusto y se retira del fuego.

## **GINEBRA CON COCO**

### **INGREDIENTES**

- 1 litro de vodka Oso Negro
- 24 cocos de cuchara
- 5 ramitas de hierbabuena
- 1 kilo de azúcar
- 2 kilos de hielo

### **PREPARACIÓN**

Partir los cocos y depositar el agua en un recipiente, la pulpa se corta en trozos pequeños, después se corta finamente la hierbabuena y se añade. Posteriormente se agrega el azúcar y hielo al gusto.

## ATOLE DE COCO

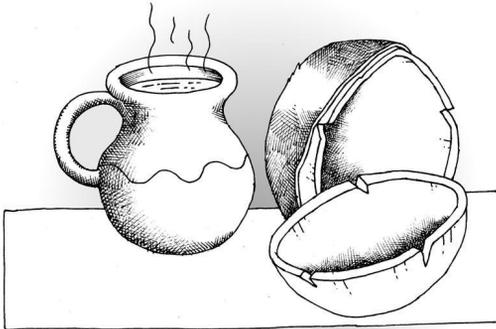
### INGREDIENTES

- 2 cocos sazón
- 3 litros de leche
- ½ kilo de azúcar
- ¼ de masa de maíz
- 4 rajitas de canela

### PREPARACIÓN

Se pone al fuego un recipiente con dos tazas con agua, ya que esté caliente se añade la pulpa de coco molida y colada, después se agrega la leche y al primer hervor se pone la masa previamente diluida y colada. Se mueve de manera constante, se cuece a fuego lento y se agrega agua según como se quiera de espeso; y finalmente endulzar al gusto.

Se acompaña con tamales de carne o dulces.



## ATOLE DE TAMARINDO

### INGREDIENTES

- 150 gramos de tamarindo sin cáscara
- 200 gramos de masa de maíz
- 200 gramos de piloncillo
- 1/2 kilo de azúcar

### PREPARACIÓN

Se pone al fuego un recipiente (éste debe tener capacidad para cinco litros de agua); inicialmente se agrega un litro y medio con agua, cuando esté caliente se añade la masa previamente diluida en agua y colada. Se mueve de manera constante, ya que el atole empieza a espesar se le añade el tamarindo y se deja cocer a fuego suave sin dejar de mover; se le agrega más agua según como se quiera de espeso. Cuando suelte la pulpa el tamarindo se le agrega el piloncillo en trozos y azúcar al gusto.

Se sirve con tamales de carne.

# CHILATE

## INGREDIENTES

- 1 kilo de cacao seco
- 125 gramos de cacao fresco
- 250 gramos de huapataxtle seco
- 2 kilos de arroz quebrado o masa de maíz
- 125 gramos de canela
- 1 ½ kilos de azúcar
- 1 kilo de piloncillo

## PREPARACIÓN

Se dora el cacao y el huapataxtle seco, hasta que se les desprenda la cáscara; se deja enfriar y se les retira la cáscara. Al cacao fresco se les quita la cáscara en crudo, luego se remoja junto con el arroz, el huapataxtle y la canela durante 20 minutos; el piloncillo se remoja por separado, después se muele en el metate o en molino eléctrico para nixtamal el arroz, la canela, el cacao y el huapataxtle, enseguida se vuelve a moler la pasta junto con el piloncillo en el metate, posteriormente se diluye la pasta en el agua que se remojó el piloncillo, se cuele y se agrega agua, el azúcar y hielo al gusto.

# TORITO

## INGREDIENTES

- 3 litros de aguardiente
- 2 cabezas de ajo
- 2 cucharas soperas cafeteras de clavos
- 2 cucharas soperas cafeteras de pimienta
- 15 chiles verdes
- 1 cebolla grande

## PREPARACIÓN

Se pone el aguardiente en una olla nueva de barro, añadiéndole sal al gusto, las pimentas, los clavos, los chiles y la cebolla en rodajas, los ajos sin cáscara. Se deja fermentar por el transcurso de 12 horas. Se toma como bebida embriagante.

## ATOLE DE PLÁTANO

### INGREDIENTES

- ½ kilo de plátano macho maduro
- 150 gramos de masa de maíz
- 2 litros de leche
- 1 kilo de azúcar

### PREPARACIÓN

Se les quita la cáscara a los plátanos, después se cortan en rodajas. Se pone al fuego un recipiente con suficiente agua, cuando esté caliente se añaden las rodajas; ya que está blando el plátano se agrega la leche dejándose hervir por diez minutos, luego se le pone la masa previamente diluida en agua y colada sin dejar de mover. Si se desea se agrega más leche según se quiera el espesor y se endulza al gusto.

Se sirve con tamales dulces o de carne.

## EMPANOCHADA

### INGREDIENTES

- 4 kilos de harina
- 5 kilos de piloncillo
- 2 kilos de manteca
- 50 gramos de levadura
- 1 taza de azúcar
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se hace una fuente con tres kilos de harina, en el centro se le añade sal diluida en poca agua, 1 ½ kilo de manteca, se van mezclando poco a poco los ingredientes para que no se derramen, después se ablanda la masa con un poco de agua y se amasa bien hasta que los grumos desaparezcan; posteriormente se hacen los bollos según tamaño deseado. Los piloncillos se machacan con la piedra de moler chile (tratar que no queden muy molidos), enseguida se mezclan con la harina sobrante y levadura. Los bollos se aplanan y se les pone un poco de pasta preparada con piloncillo, se unen los extremos, se voltean y se aplanan, enseguida se pican con un cuchillo (sólo las empanochadas chicas, si se hacen grandes se marcan por rebanadas). Se cuecen en horno templado.

## EMPANADAS DE ARROZ CON LECHE

### INGREDIENTES

- 1 kilo de arroz entero
- 1 kilo de harina
- 4 litros de leche
- 2 piloncillos
- 1 litro de aceite
- ½ kilo de azúcar
- 3 rajitas de canela
- sal

### PREPARACIÓN

Se pone al fuego un recipiente con dos tazas con agua y 1 ½ litro de leche, cuando esté caliente agregue el arroz previamente lavado y escurrido, se cuece a fuego lento moviendo pausadamente, conforme va espesando se va añadiendo la leche poco a poco, ya que esté blando el arroz se le pone el piloncillo en trozos; una vez diluido se le agrega azúcar al gusto. Se hace una fuente con la harina, en el centro se le agrega un poco de agua y sal diluida, se mezcla bien, se añade pausadamente más agua a la masa para ablandarla hasta que los grumos desaparezcan; posteriormente se hacen bollos pequeños, se aplanan bien y se les van poniendo dos cucharadas cafeteras de arroz con leche a cada bollo, se envuelven con la misma harina y se colocan en el aceite caliente para su cocimiento, se deja escurrir y se les pone azúcar.

# HOJALDRA

## INGREDIENTES

- 2 kilos de harina
- 1 kilo de manteca
- 1 cucharada cafetera de carbonato
- 2 litros de leche
- ½ kilo azúcar
- 1 ½ cucharada cafetera de royal
- 30 huevos
- 20 cacerolas de sardinas vacías

## PREPARACIÓN

Se vacía el harina en una mesa formando una fuente, en el centro se le agregan las yemas de los huevos, el carbonato, el royal, el azúcar, un poco de manteca y leche, se van mezclando poco a poco los ingredientes, después se añade más leche y manteca; se amasa bien hasta que los grumos desaparezcan. Se les unta manteca a las cacerolas y se les agregan dos cucharadas grandes de harina preparada; se cuecen en horno templado. Se les pica con un cuchillo, si la pasta no se le pega ya está cocida la hojaldra.

Se sirve con café negro o con leche.

## PAN DE HUEVO

### INGREDIENTES

- 3 kilos de harina
- 20 huevos
- 150 gramos de levadura
- 750 gramos de manteca
- 175 gramos de azúcar

### PREPARACIÓN

Se vacía el harina en una mesa formando una fuente, en el centro se le agregan los huevos, la levadura y la manteca, se van mezclando poco a poco los ingredientes para que no se derramen; cuando la masa no tenga grumos se procede a hacer los bollos según el tamaño deseado. Se deja reposar antes de meterse al horno.

Se sirve con café negro o con leche.



## DULCE DE PAPAYA

### INGREDIENTES

- 6 kilos de papaya
- 1 kilo de piloncillo
- 3 rodajas de cebolla
- un puño de cal

### PREPARACIÓN

Se le quita la cáscara a la papaya, luego se corta en pedazos y posteriormente se diluye la cal en suficiente agua tratando de cubrirlos, después se le añade la papaya y se deja reposando durante una noche. Al día siguiente exprimir bien los trozos y enseguida poner al fuego un recipiente con agua, cuando esté caliente añadir la papaya, retirándose del fuego a medio cocimiento, dejar escurrir. Por separado se pone al fuego una olla con dos tazas de agua agregándole los piloncillos en trozos y la canela, cuando esté listo el melado cocer a fuego lento la papaya, para lo cual se van agregando unos trozos y se retiran hasta que absorba bien el piloncillo, así consecutivamente hasta endulzar toda la papaya.

Se sirve con atole blanco.

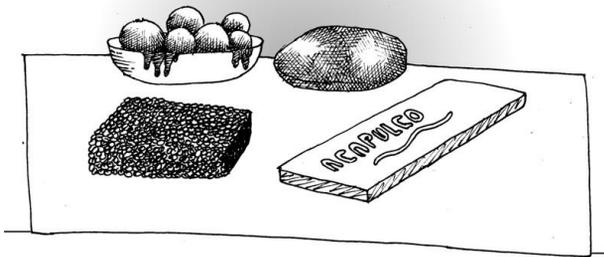
# ALEGRÍA DE AJONJOLÍ

## INGREDIENTES

- 1 kilo de ajonjolí
- 1 kilo de piloncillo

## PREPARACIÓN

Se lava el ajonjolí y se pone a escurrir, después se pone un recipiente al fuego con una taza con agua y los piloncillos en trozos, se deja cocer a fuego lento moviendo consecutivamente, cuando el melado esté bien espeso añadir el ajonjolí, mover de manera constante. Para saber si ya está buena la pasta poner un poco en una jícara con agua, si ésta tiende a endurecerse. Inmediatamente se retira del fuego y se vacía en una mesa húmeda, este proceso se realiza con dos personas, una vacía la pasta y la otra va cuidando con trozos de madera sobrepuesto alrededor de la mesa para que la miel no se derrame, después se aplana con una jícara del grosor deseado y posteriormente se corta según el tamaño que guste.



## BOCADILLO

### INGREDIENTES

- 12 cocos socatos
- 1 kilos de piloncillo
- 125 gramos de azúcar
- 2 rajas de canela

### PREPARACIÓN

Quitar el vástago a los cocos y enseguida cortarlos a la mitad, rayar y moler la pulpa en molino de mano. Poner al fuego una cazuela de barro nueva con un litro con agua, enseguida agregar los piloncillos en trozos y la canela. Cuando esté diluido el piloncillo añadir el coco molido, cocer a fuego lento, moviendo constantemente. Ya que la grasa se vaya a la superficie, sacar un poco con una cuchara grande y depositarla en un plato plano, aplanar un poco con las manos húmedas, si la pasta no está muy dura ya está buena; enseguida retirar del fuego, poner una maqueta en una mesa de madera húmeda e ir vaciando poco a poco y aplanando con las manos húmedas, hasta que la pasta se enfríe, luego se cortan los bocadillos al gusto.

## CONSERVA DE COACOYUL

### INGREDIENTES

- 15 coacoyules
- 3 piloncillos
- 3 rajitas de canela

### PREPARACIÓN

Se ponen a hervir los coacoyules con cáscara y se retiran del fuego; cuando la cáscara esté blanda, se dejan enfriar y se les quita, enseguida se prepara la miel. Se pone al fuego una cazuela de barro con una taza de agua, cuando esté caliente se agrega el piloncillo en trozos y la canela; se mueve continuamente hasta que se diluya el piloncillo, se baja la flama y se agregan los coacoyules moviendo constantemente y se retiran del fuego hasta que hayan absorbido bien el dulce, quedando listos para consumirse.

## **PULPA DE TAMARINDO**

### **INGREDIENTES**

- 1 kilo de tamarindo sin cáscara
- 1 kilo de azúcar
- 10 chiles secos costeños

### **PREPARACIÓN**

Se quita las semillas a los chiles, se doran y se muelen en el metate en seco, después se le añade al tamarindo y se mezcla bien con el azúcar al gusto.

## CALABAZA

### INGREDIENTES

- 1 calabaza madura mediana
- 3 piloncillos

### PREPARACIÓN

Se parte la calabaza y se coloca en un recipiente para su cocimiento, se le agregan los piloncillos en trozos y una taza de agua, se cuece a fuego lento, se revisa a los 40 minutos para saber si ya está cocida. Se sirve con leche.

# CHARAMBUSCA

## INGREDIENTES

- 1 kilo de piloncillo
- 50 gramos de canela

## PREPARACIÓN

Se pone al fuego una cazuela nueva de barro con dos tazas de agua, enseguida se le agrega el piloncillo en trozos pequeños, se deja cocer a fuego lento moviendo consecutivamente hasta que se disuelvan bien los piloncillos, se dejan hervir otros 20 minutos, posteriormente en una jícara con agua echar unas gotitas de miel, si ésta tiende a endurecerse ya está buena. Se vacía poco a poco la miel caliente en una mesa de madera húmeda, este proceso se realiza entre dos personas, una vacía la miel y la otra va cuidando con trozos de madera sobrepuesto alrededor de la mesa para que la miel no se derrame, ya que esté tibia la miel se mojan las manos. Con una mano se toma la pasta y con la otra se estira en forma de círculo de abajo hacia arriba, esto se realiza durante diez minutos o hasta que la miel adquiera un color claro y se estire, enseguida se trenza en dos y se coloca en una tabla o plato plano y se corta al gusto.

## ARROZ CON LECHE

### INGREDIENTES

- 1 kilo de arroz entero
- 4 litros de leche
- 2 piloncillos
- ½ kilo de azúcar
- 3 rajitas de canela

### PREPARACIÓN

Se pone al fuego un recipiente con dos tazas con agua y 1 ½ litro de leche, cuando esté caliente agregue el arroz previamente lavado y escurrido; se cuece a fuego lento moviendo pausadamente, conforme va espesando se va añadiendo la leche poco a poco, algunas personas le agregan masa diluida para que espese. Cuando ya esté blando el arroz se le pone el piloncillo en trozos. Una vez diluido se le agrega azúcar al gusto.

Se sirve con tamales chocos o de carne.

## SAMBARIPAO DULCE

### INGREDIENTES

- 1 kilo de arroz entero
- 2 piloncillos
- ½ kilo de frijol negro

### PREPARACIÓN

Se cuecen los frijoles sin sal, ya que estén blandos agregar suficiente agua para cocer el arroz, al primer hervor se echa el arroz previamente lavado y escurrido, cocer a fuego lento. Cuando esté blando el arroz añadir el piloncillo en trozos, moviéndose constantemente hasta que el piloncillo se diluya e inmediatamente se retira del fuego.

## YERBAMORA O HIERBAMORA

### INGREDIENTES

- 2 manojos de yerbamora
- 2 dientes de ajo
- 1 cebolla mediana
- 250 gramos de jitomate
- 6 chiles verdes
- 1 ½ cucharada grande de aceite para guisar

### PREPARACIÓN

Se deshoja la yerbamora y se pone a hervir sin sal, después se pone al fuego una cacerola con el aceite y rodajas de cebolla, ya que está dorada la cebolla, agregar jitomate y los ajos previamente cortados en rodajas; se deja sazonar y luego se le agrega la yerbamora con un poco de caldillo, los chiles enteros y sal al gusto.

Se acompaña con tortillas calientes.

## **MACHUCO DE PLÁTANO MACHO**

### **INGREDIENTES**

- 6 plátanos machos camuncos
- 200 gramos de viuches de puerco
- sal al gusto

### **PREPARACIÓN**

Se cortan los plátanos a la mitad y se ponen a hervir con sal al gusto, luego se machacan en un molcajete con los viuches y sal al gusto, quedando listo para consumirse.

## PICO DE GALLO

### INGREDIENTES

- 6 mangos sazones
- 2 chiles verdes costeños
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se le quita la cáscara a los mangos, se cortan en rodajas y se depositan en un recipiente; los chiles se pican y se mezclan con las rodajas de mango, se añade un poco de agua y sal al gusto.

## CALDO DE CHACHALACA

### INGREDIENTES

- 2 chachalacas
- 12 chiles guajillos
- 5 dientes de ajo
- 6 pimientas
- 6 clavos
- 1 cebolla
- 1 cucharada de aceite para guisar
- 200 gramos de masa de maíz
- 3 ramitas de epazote
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se sacrifican las chachalacas, después se les quitan las plumas y posteriormente se cortan en pedazos individuales, enseguida se ponen a hervir con suficiente agua agregándoles rodajas de cebolla, tres ajos y sal al gusto. Se retiran del fuego hasta que la carne esté blanda; enseguida se les quitan las semillas a los chiles, se remojan y se muelen con tres ajos, las pimientas y los clavos se muelen en molcajete y se le agregan al chile, después se cuele la pasta. Se pone una cazuela de barro al fuego con aceite y rodajas de cebolla, agregándose la pasta del chile cuando la cebolla esté bien dorada, se deja sazonar bien y se le pone el caldillo al gusto. Al primer hervor se le añade el epazote y la masa previamente diluida en poca agua y colada.

Se sirve con tortillas calientes, cebolla y chile verde picado, además de unas gotitas de limón.

## ESTOFADO DE POLLO

### INGREDIENTES

- 1 pollo
- 1 plátano macho maduro
- 1 cebolla
- 1 cucharada cafetera de Knorr Suiza
- 2 dientes de ajo
- 4 hojas de laurel
- 5 pimentas
- 5 clavos
- ½ kilo de papa
- ½ kilo de zanahoria
- ¼ de piña madura
- 75 gramos de pasas
- 75 gramos de ciruelas pasas
- 100 gramos de chiles en rajas en vinagre
- 125 gramos de margarina
- 250 gramos de chícharos (en lata)
- 375 gramos de aceitunas

### PREPARACIÓN

Se corta el pollo en piezas y se le añade sal al gusto, después se les quita la cáscara a las papas y las zanahorias se cortan en rodajas; la piña se corta en trocitos, el plátano en rodajas y se fríe. Se abre la lata de chícharos, las aceitunas y los chiles en vinagre y se escurren. Para su cocimiento se requiere de una cacerola de aluminio, se le unta la margarina, posteriormente se pone una capa de piezas de pollo, después otra de zanahoria con piña, chícharos, chiles en vinagre, pasas, ciruelas

pasas, una rajita de canela, dos pimientas, dos clavos, dos hojas de laurel enteras, plátanos fritos, aceitunas y unas rodajas de cebolla, enseguida se espolvorea Knorr Suiza y se vuelve a cubrir con otra capa de pollo y otra de zanahoria, chícharo, etc., siguiendo el procedimiento anterior hasta que se terminen todos los ingredientes y se mete al horno de pan o de la estufa para cocerse.

Se sirve con sopa de arroz y tortillas.

## CALABACITAS FRITAS

### INGREDIENTES

- 600    gramos de calabacitas tiernas criollas
- 1/4    de kilo de jitomate
- 1       cebolla mediana
- 3       dientes de ajo
- 2       chiles verdes costeños
- 1       cucharada grande de manteca
- orégano
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se cortan las calabacitas en trocitos, luego se hierven en poca agua y sal al gusto, posteriormente se pone al fuego una cacerola con la manteca, ya que esté caliente se le añaden los jitomates, la cebolla y los ajos previamente cortados en rodajas, se deja sazonar bien y luego se le agregan las calabazas con un poco de consomé y el orégano espolvoreado. Se acompaña con tortillas calientes.

## CALDO LOCO

### INGREDIENTES

- 2 huevos rancheros
- 1 hoja de tanilpa o yerbasanta
- 1 diente de ajo
- 1 cebolla chica
- 5 chiles costeños secos
- sal al gusto

### PREPARACIÓN

Se pone al fuego un recipiente con tres tazas de agua, posteriormente se quitan las semillas a los chiles y se lavan siete veces, enseguida se muelen con rodajas de cebolla, ajo, se cuele y se le añade al agua caliente, agregando sal al gusto y la tanilpa, al primer hervor se le agregan los huevos previamente batidos y se mezcla bien.

Se acompaña con tortillas calientes.



## GLOSARIO

### A

Apozonquis.- Frijoles hervidos, sin freír.

Acapea.- Sostener algo en el aire antes de que caiga a un recipiente o al suelo.

Ardilla.- *Sclarus sp.* Mamífero roedor arborícola, de unos 25 cm de largo y 20 cm de cola, pelaje generalmente rojizo y cola larga y tupida, que se alimenta esencialmente de semillas y frutas secas.

Armadillo.- *Dasyfus novemcinctus.* Mamífero desdentado de América, cuyo dorso y cola están cubiertos por placas córneas articuladas, que le permiten enrollarse en bola para protegerse.

### B

Bocote.- *Cordia elliagnoides.* Árbol que da flores blancas, las cuales se utilizan para hacer arcos para los altares de Día de Muertos, la madera se emplea para la leña.

### C

Calamar.- *Loligo vulgaris.*- Molusco de concha interna, comestible, con cuerpo fusiforme, dotado de un par de aletas caudales de forma triangular y diez brazos tentaculares provistos de ventosas.

Camahua.- Es cuando el elote está sazón.

Camarón de castilla o blanco.- *Penaeus vannamei.* Pequeño

crustáceo decápodo marino, nadador, de cuerpo comprimido y abdomen prolongado y de carne muy apreciada.

Camarón chacal.- *Macrobrachium tenellum*. Pequeño crustáceo que habita en ríos, lagunas y charcos, de cabeza un poco más grande que el cuerpo.

Caracol.- Molusco gasterópodo pulmonado, provisto de concha univalva y espiral, capaz de alojar todo el cuerpo del animal.

Carne oreada.- Carne salada que se pone al sol, de dos a tres días.

Clavo.- *Eugenia Aromática* Bail. *Caryophyllus aromaticus* L. Mirtáceas. Árbol originario de las Malucas y cultivado en algunos lugares tropicales. Su flor es el clavo que se usa como condimento.

Coacoyul.- Especie de coco del tamaño de limón agrio con semilla. Comestible.

Cocos de cuchara.- Cocos de pulpa delgada.

Cocos socatos.- Cocos de pulpa gruesa para la copra.

Conejo.- *Sylvilagus audubonii*.- Mamífero roedor, salvaje o doméstico, muy prolífico; tiene el pelo espeso, de color ordinariamente gris, orejas tan largas como la cabeza, patas posteriores más largas que las anteriores, y cola muy corta.

Cuatete.- *Ictalurus forcatius*. Pescado de color negro y blanco sin escamas, de la misma especie que el tiburón pero de talla chica.

Charra prieta.- *Lepomis macrochirus*. Hay de color negro y manchas blancas o bien de color negro y aletas rojas, mide aproximadamente 22 centímetros, se encuentra en charcos y lagunas.

Chichalaca o chachalaca.- *Ortalis poliocephala*. Ave galliforme de plumas muy largas, verdes tornasoladas en la cola, sin cresta ni barbas, de carne comestible y cuya voz es un grito estridente (familia de penelópidos).

Chile ancho.- Especie de chile similar al pasilla, pero más ancho.

Chile costeño.- *C. Annuum, var, annuum*. (Guerrero). Se consume verde o seco. Chile de tamaño medio con gran variedad de formas, generalmente alargado y cilíndrico. Al secar, adquiere un tono rojo claro, transparente. Picante.

Chimisco.- Bebida embriagante elaborada a base de caña.

Choquia.- Aroma desagradable.

## E

Epazote.- *Chenopodium ambrosioides*. L. *Quenopodiáceas*. Planta herbácea de hojas alternas, elíptico-lanceoladas, irregularmente dentadas, olorosas; flores muy pequeñas en espigas.

## F

Frijol.- *Phaseolus vulgaris*. L. Planta anual, como enredadera. Tiene las hojas delgadas y puntiagudas; pocas flores blancas o morado-azulosas muy vistosas. Los frutos son unas vainas algo curvadas y las semillas tienen forma, tamaños y color variable.

## H

Hojas de tanilpa. Hojas de yerbasanta.

Huapataxtle. Especie de cacao silvestre de semilla de color blanco, actualmente se siembra el árbol donde encontramos la bellota de huapataxtle, es de una altura de 4 a 5 metros. El huapataxtle le da un sabor muy peculiar al chilate en cuanto a espesor y espumoso.

## G

Guajolote.- (lat. *pavum*). Ave gallinácea, originaria de América del Norte, cuyo macho, que puede pesar hasta 19 kg, lleva en la cabeza verrugas y carúnculas coloradas, y puede enderezar las plumas de la cola.

## I

Iguana prieta o de roca.- *Tenúsaura pectinata*. Clase reptil, orden sauria, género iguanode, su alimentación está basada en hojas, frutos y pequeños roedores, su incubación es de 90 días aproximadamente y su nidada de 15 a 25 huevos.

Iguana verde.- *Iguana iguana*.- Es arborícola y vive preferentemente a la orilla del agua. Como todos los reptiles, es de sangre fría. La época de celo es en el mes de octubre a diciembre, el cortejo y el apareamiento se da en primavera y las crías aparecen en verano. Nidada de 28 a 60 huevos, ovípara, no da crías. Su alimentación se basa en hojas, frutos e insectos.

## J

Jaiba de laguna.- *Callinectes arcuatus*. (jaiba azul). Crustáceo decápodo braquiuro, con el abdomen atrofiado y replegado bajo el cefalotórax, y dotado de un par de grandes pinzas.

## L

Langosta.- *Panilurus gracilis*. Crustáceo del orden decápodos, que alcanza unos 40 cm de longitud. Tiene fuertes antenas, pero sin pinzas, vive en los fondos rocosos de todos los mares y es muy apreciado por su carne.

Langostino.- *Macrobachium rosenbergii*. Crustáceo marino, de carne muy apreciada, cuerpo comprimido, cola muy prolongada y caparazón poco consistente, de color variado, tendiente al azul, que pasa a rojo por la cocción (familia de peneidos).

## M

Machingüepo, garapacho, tortuga de laúd del Pacífico, siete filos o tinglada.- *Dermochelys coriacea schlegelii*. Llega a pesar hasta 600 kilogramos y medir casi dos metros. Su cabeza tiene alrededor de 25 cm de ancho, la que al igual que sus aletas, está cubierta de piel sin escamas. Su dorso es generalmente muy oscuro, con algunas manchas blancas que se vuelven azules o rosadas en el cuello y la base de las aletas. Su vientre es oscuro con áreas claras. Su concha tiene siete crestas o quillas longitudinales sin escudos. Se le ha visto anidar en las playas de Tierra Colorada (municipio de Cuajinicuilapa), Piedra de Tlacoyunque, San Luis la Loma y Marquelia en los meses de octubre a febrero. Sus nidos son de 70 a 85 huevos viables y de 25 a 50 inviables, los que tienen color blanco y un diámetro de 5.5 cm (los viables) que tardan de 58 a 78 días en incubar. Su dieta básica son las medusas y tunicados, así como parásitos de crustáceos y peces asociados con las medusas.

Mangos sazones.- Mangos que empiezan a madurar.

## P

Paspaques.- Eran coplas que se improvisaban y cantaban en cada sitio que se detenían los cantadores, generalmente mezclaban en su contenido temas de la Semana Santa y características de la persona a la que dedicaban.

Pescado cocinero.- *Carangoides caballus*. De color gris, carne café oscuro y escamas muy pequeñas.

Pulpo.- *Octopus vulgaris*. Molusco cefalópodo con ocho brazos provistos de ventosas, que vive en las oquedades de las rocas, cerca de la costa, y se alimenta de crustáceos y moluscos.

Plátano camunco.- Plátano que comienza a madurar.

Plátano macho o de largo.- Especie de plátano del tamaño doble al plátano tabasco.

## S

Saramuyo o chiquilique.- Especie de molusco, de forma alargada con caparazón delgado y color transparente, tiene siete pares de patas. Lo podemos encontrar en temporada de lluvias en playas apartadas; para huir de los depredadores se sumerge en la arena.

## T

Tanilpa.- Hierba santa.

Tichinda.- *Sp.*-Bivalvo en racimo que vive en agua salubre, adherido a las raíces de manglares.

Tizacas.- Totopo de forma redonda sin sal.

Tortuga golfina.- *Lepidochelys olivácea*. Especie de mayor importancia en México y en el Océano Pacífico, son las que con mayor frecuencia llegan a desovar a las costas de Guerrero. Tienen en promedio 40 kilogramos de peso y de 60 a 80 cm. de largo, son de color verde oliva cuando son adultas y grises o blancas cuando son jóvenes. Su concha tiene de 5 a 7 pares de escudos laterales. Su cabeza tiene 13 cm. de ancho aproximado. Anida en Guerrero de junio a noviembre en playas como: Piedra del Tlacoyunque, San Valentón, Petatillo, Petacalco, Potosí, Petatlán, Tierra Colorada (municipio de Cuajinicuilapa), sus huevos son esféricos de color blanco de 3.8 a 5 cm de diámetro y en número de 90 a 120 por nido, los cuales tardan de 45 a 65 días para incubarse. Forrajean en aguas profundas y comen camarón, cangrejo, medusa, tunicados y moluscos menores.

## V

Vaso de res.- Parte de las vísceras de la res.

Vástago.- Fibra que cubre al coco.

Vela.- Cuando se acompaña a los familiares de una persona fallecida por el transcurso de la noche, antes de que muerto se lleve al cementerio o el último día del novenario para después llevar la cruz al camposanto.

Venado cola blanca.- *Odorcoleus virginianus*. De clase mamífero, género *odocoileus*, especie *virginianus*. Su alimentación es toda clase de hierbas y arbustos.

Viuches.- Gordura de puerco frita.

## Y

Yerbamora.- O hierbamora, hierba similar al quelite (de hoja un poco más ancha), se come frita con ajo, cebolla, chile y jitomate.

## Bibliografía

Catalán Blanco, Juan Carlos, *et al.*

*La Semana Santa entre indígenas, mestizos y  
afromestizos de Guerrero.*

Garabato No. 1.

Editorial: Unidad Regional Guerrero, 1994.

Aparicio Prudente, Francisca, *et al.*

*Choco, chirundo y chando*

-Vocabulario afromestizo-

Garabato No. 7.

Editorial: Unidad Regional Guerrero, 1993

Aparicio Prudente, Francisca.

*Recetario Popular de Chilpancingo y Tixtla*

Editorial: CONACULTA, 2004.

Torres Cerdán, Raquel.

*Las flores en la cocina mexicana*

Editorial : CONACULTA, 2000.

Rivas Durán, L.A.

Diccionario de sinónimos y antónimos.

Editorial: Ela, S.A, 1982.

El Pequeño Larousse Ilustrado, 2000.

*Guerrero: Sur de mar y montaña*

Monografía del estado de Guerrero

Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos, 1992.

Zapata Añorve, Eduardo

Monografía

*Municipio de Cuajinicuilapa de Santa María Guerrero*

Editorial: Artesa, 1998.

*Los municipios de Guerrero*

Colección de Enciclopedia de los municipios  
de México, 1998.

E. Guerrero, José

*La chilena*

Estudio Geomusical

Editorial: Fonadan.

Aguirre Beltrán, Gonzalo

*Cuijla*

Editorial: Fondo de la Cultura Económica,

S.A. de C.V., 1985.

*Así somos...*

Edición especial

10 años

1991-2000.

Ediciones: Sanley, 2001

Exposición fotográfica “Soy el negro de la costa”.

Unidad Regional Guerrero.

Marquéz, René

*Las tortugas marinas y nuestro tiempo.*

Editorial: Fondo de la Cultura Económica, 1990.

Propuesta

Programa Nacional de Protección y Conservación  
de Tortugas Marinas, 116 pp.  
SEDUE/SEPESCA, 1990.

Anónimo

*Manual de Técnicas de Manejo y Conservación para la  
Operación de Campamentos Tortugueros*, 104 pp.  
SEDUE/SEPESCA, 1990.

*La sazón de la cocina afromestiza de Guerrero*

– con un tiraje de 3000 ejemplares –  
lo terminó de imprimir la Dirección  
General de Culturas Populares del  
Consejo Nacional para la Cultura y las Artes  
en los talleres de Sevilla Editores, S.A. de C.V.  
Vicente Guerrero No. 38, Col. San Antonio  
Zomeyucan, Naucalpan de Juárez, Edo. de México,  
C.P. 53750 Tels. 5301•2303 y 5301•2325  
en el mes de agosto de 2007

Cuidado de la edición:  
Subdirección de Publicaciones de la  
Dirección General de Culturas Populares