



Universidad Autónoma
del Estado de México

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO

Facultad de Turismo y Gastronomía
Centro de Investigación y Estudios Turísticos

**VALORIZACIÓN DEL TAMAL NEJO
EN LA ZONA DE LAS PEÑAS, OTZOLOAPAN, ESTADO DE MÉXICO.**

TRABAJO TERMINAL DE GRADO

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

PRESENTA
XIOMARA LUCIA MARTÍNEZ MÉNDEZ

DIRIGIDA POR:
Dr. Héctor Favila Cisneros
Dr. Ricardo Hernández López
Dr. Andrés López Ojeda

Toluca, Estado de México. agosto de 2024



FACULTAD DE
TURISMO Y
GASTRONOMÍA



Universidad Autónoma
del Estado de México

RESUMEN

El objetivo principal de este proyecto es valorizar el tamal nejo como parte de la gastronomía tradicional mexicana en la zona de las peñas, promoviendo su conservación, comercialización y generando una cadena local de materia prima.

Respecto a la metodología se llevó a cabo mediante el método SIAL el cual se adaptó para lograr el objetivo de la investigación, se utilizaron cuatro pasos los cuales fueron: historia oral, genealogía, trayectoria tecnológica y gastro cadena el trabajo de campo incluyó entrevistas, talleres con preparatorias y productores, participación en eventos gastronómicos y presencia en la feria del queso. Se trabajó en colaboración con estudiantes de nivel medio superior para involucrar a las generaciones más jóvenes en la tradición del tamal nejo y su potencial económico.

Los resultados que se identificaron fueron áreas clave de eficiencia y oportunidades de mejora en la cadena de valor de la gastronomía tradicional, el uso de tecnología mediante utensilios modernos para motivar a las nuevas generaciones, aunado se exploró la posibilidad de comercializar el tamal nejo fuera de la zona de las peñas a través del comercio electrónico, involucrando a productores locales de maíz.

Como consideraciones finales se destaca la importancia de conocer las raíces del tamal nejo para hacer conciencia en las nuevas generaciones de su preservación, como la tecnología ha permeado tanto en los jóvenes de preparatoria como de universidad ya que fue necesario el uso de esta para motivar a los jóvenes de la zona a que continúen con esta tradición, la gestión efectiva de la cadena de suministro de la materia prima del tamal nejo.

Se proponen estrategias para la valorización del tamal nejo y aumentar el interés de la población de la zona de las peñas por el tamal nejo, Además, se plantea la importancia de involucrar a las autoridades en la preservación y promoción de esta tradición culinaria. Este proyecto no solo busca preservar una receta tradicional, sino también impulsar el desarrollo económico local y fortalecer la identidad cultural a través de la gastronomía.



ÍNDICE



1. INTRODUCCIÓN	8
2. ESTADO DEL ARTE	9
2.1. La puesta en valor y/o valorización del patrimonio gastronómico.....	11
2.2. Saberes y sabores la gastronomía tradicional mexicana.....	13
2.3. El tamal, su historia, tradición, tipología y modos de preparación.....	14
2.4. El tamal nejo como un legado gastronómico tradicional.....	21
2.4.1. El proceso técnico y tradicional en la elaboración del tamal nejo.....	22
2.4.1.1. Tradiciones y creencias en torno a la preparación del tamal.....	22
3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y/O CONCEPTUAL	23
4. METODOLOGÍA	27
4.1. Método SIAL.....	27
4.1.1 Historia Oral.....	27
4.1.2 Método genealógico.....	29
4.1.3 Trayectoria tecnológica.....	30
4.1.4 Cadena de valor.....	32
4.2 Trabajo de campo y observación participante.....	34
4.3 Generalidades de la zona objeto de estudio (delimitación espacial del estudio).....	38
5. RESULTADOS	40
6. DESARROLLO Y PRODUCTOS DE LA INTERVENCIÓN	59
7. DISCUSIÓN	62
8. CONCLUSIONES	63
9. REFERENCIAS CONSULTADAS	65
10. ANEXOS	69



ÍNDICE DE TABLAS Y FIGURAS

Figura 1 Evolución de los tamales.....	16
Figura 2 Genealogía familia León de Santo Tomás de Los Plátanos.	61
Figura 3 Genealogía familia Pérez de Oztoloapan.....	63
Figura 4 Genealogía Villafaña de Zacazonapan.....	65
Cuadro 1 Tipos de tamales	18

ÍNDICE DE FOTOGRAFÍAS

Fotografía 1. Cenizas para nejo, Elaboración propia (2023).....	49
Fotografía 2. Cocción del nejo, Elaboración propia (2023).....	49
Fotografía 3. Nixtamal nejo, Elaboración propia (2023).....	50
Fotografía 4. Molido del nejo, Elaboración propia (2023).....	50
Fotografía 5. Montaje del tamal nejo, Elaboración propia (2023).....	51
Fotografía 6. Entrevista a la familia Perez, Elaboración propia (2023).....	51

ÍNDICE DE ANEXOS

Constancias de participación en eventos.....	69
Constancia de participación en el 3er congreso del nodo turismo gastronomía.....	70
Convocatoria del concurso “A que sabe la patria”.....	71
Folio de participación del concurso “A que sabe la patria”.....	80
Publicidad para talleres dirigidos a turistas de Valle de Bravo, Estado de México.....	80
Anexo, fotografía 7. Taller de tamales nejos, Elaboración propia (2024).....	81
Anexo, fotografía 8. Preparación para el taller de tamales nejos, Elaboración propia (2024).....	81
Anexo, fotografía 9. Preparación por parte asistentes en el taller de tamales nejos, Elaboración propia (2024).....	82
Anexo, fotografía 10. Participación en el programa de radio mexiquense “sabores mexiquenses”, Ponce, F. (2024).....	82
Voces Sociales Mexiquenses.....	83



Anexo, fotografía 11. Participación de estudiantes del Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo en exposición gastronómica de tamales. Elaboración propia (2024).....	85
Anexo, fotografía 12. Stand de tamales del exposición gastronómica por parte de estudiantes del Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo. Elaboración propia (2024).....	86
Anexo, fotografía 13. Montaje del tamal nejo en expo gastronómica, Elaboración propia (2024).....	86
Anexo, fotografía 14. Inauguración del Evento gastronómico, Elaboración propia (2024).....	87
Anexo, fotografía 15. Taller de envasado al vacío, Ortega L. (2024).....	87
Anexo, fotografía 16. Elaboración de mole en taller, Elaboración propia. (2024).....	87
Anexo, fotografía 17. Venta de tamales en la feria del queso, Zacazonapan, Elaboración propia. (2023).....	88
Anexo, fotografía 18. Expo-feria 34° del queso añejo, Zacazonapan, Elaboración propia. (2023).....	88
Anexo, fotografía 19. Venta del tamales nejos con moles rojo en la Expo-feria 34° del queso añejo, Zacazonapan, Elaboración propia. (2023).....	89



1. INTRODUCCIÓN.

La gastronomía tradicional mexicana es un tesoro cultural que refleja la diversidad, historia y riqueza culinaria de México. En este contexto, el tamal nejo, una delicia ancestral de la zona de las peñas en Otzoloapan, Estado de México, se erige como un símbolo de identidad y tradición que merece ser valorizado y preservado. Este proyecto de investigación se enfoca en la valorización del tamal nejo, con el objetivo de contribuir a la gestión y fomento de la gastronomía tradicional mexicana, promoviendo su reconocimiento y aprecio tanto a nivel local como global.

La justificación radica en la necesidad de salvaguardar y promover las prácticas culinarias tradicionales como parte fundamental de la identidad cultural de una región. La valorización del tamal nejo no solo impulsa el desarrollo económico local a través de la comercialización de productos gastronómicos, sino que también fortalece los lazos comunitarios y preserva el patrimonio cultural de la zona de las peñas.

Ante la amenaza de la pérdida de tradiciones culinarias ancestrales y la falta de reconocimiento de la gastronomía local, surge la necesidad de investigar y promover la valorización del tamal nejo en la zona de las peñas. En este contexto, la pregunta de investigación que guía este proyecto es: ¿Cómo se puede impulsar la valorización del tamal nejo como parte de la gastronomía tradicional mexicana en la zona de las peñas, Otzoloapan, Estado de México?

El problema se sitúa en la zona de las peñas, específicamente en Otzoloapan, donde el tamal nejo es una tradición culinaria arraigada pero que enfrenta desafíos en términos de reconocimiento, comercialización y preservación.

Este proyecto se enmarca en la línea de investigación de “Cultura y saberes de la gastronomía tradicional mexicana” ya que la valorización del tamal nejo busca generar conocimiento que contribuya a la preservación y promoción de la gastronomía tradicional mexicana.

El documento se compone de los siguientes capítulos: estado del arte, fundamentación teórica, metodología, resultados, desarrollo y productos de la Intervención, discusión, conclusiones, referencias consultadas y anexos.

Cada capítulo aborda aspectos específicos del proceso de valorización del tamal nejo en la zona de las peñas, ofreciendo un análisis detallado de los resultados obtenidos y las implicaciones para la gestión y fomento de la gastronomía tradicional mexicana.



2. ESTADO DEL ARTE.

El presente estado del arte abarca términos como valorización, tamal y tamal nejo; respecto a la valorización en específico de la gastronomía mexicana Escalante-Ramírez, B., et al. (2017) comenta que la valorización de ingredientes y platillos mexicanos en el contexto de la gastronomía molecular han tenido un gran repunte ya que lo tradicional se traslada a un contexto contemporáneo en el que la valorización de ingredientes y platillos mexicanos a través de la utilización de técnicas de gastronomía molecular pueden resaltar sabores, texturas y presentaciones en la cocina mexicana y así contribuir a su valorización; por otra parte López-García, R., et al. (2019) menciona a la valorización de los alimentos de origen mexicano como estrategia de preservación, este artículo examina la valorización de los alimentos de origen mexicano y cómo su promoción puede contribuir a su preservación y conservación. Los autores destacan la importancia de reconocer y valorar los ingredientes autóctonos como base fundamental de la cocina mexicana.

La valorización de la cocina tradicional mexicana como atractivo turístico en el estado de Oaxaca, en dicho estudio se centra valorización de la cocina tradicional mexicana en el estado de Oaxaca y su impacto en el turismo. Los autores analizan cómo la promoción de la cocina tradicional oaxaqueña ha contribuido a aumentar el número de turistas que visitan la región y generan beneficios económicos locales. La valorización en la cocina mexicana es un tema amplio y multidisciplinario que ha sido abordado en diferentes contextos académicos. Los artículos científicos analizados en esta investigación destacan la importancia de reconocer y valorar la diversidad culinaria de México, así como su impacto en aspectos como la preservación de ingredientes autóctonos, el desarrollo del turismo gastronómico y la aplicación de técnicas culinarias innovadoras. Estos estudios demuestran el interés en la valorización de la cocina mexicana como una forma de reconocer su patrimonio cultural y promover su sostenibilidad y apreciación en diferentes contextos.

Respecto al tamal en primera instancia, se destaca el artículo de Martínez y Pérez (2018), quienes realizan un estudio etnográfico en México sobre la importancia cultural de los tamales en las festividades tradicionales. Los autores resaltan que los tamales son una representación simbólica de la identidad y la memoria colectiva de diversas comunidades, lo que refleja la fuerte conexión entre la gastronomía y la cultura.

Por otro lado, López y Ramírez (2019) abordan la diversidad regional de los tamales en América Latina en su artículo titulado “Sabores de tradición”. Los autores realizan un análisis comparativo de los ingredientes y técnicas de preparación en diferentes países, como México,



Colombia, Perú y Guatemala. Además, discuten cómo la adaptación de recetas a lo largo del tiempo ha enriquecido la variedad culinaria y cómo los tamales se han convertido en un símbolo de unidad en la región.

En relación con los ingredientes, el artículo de Gómez et al. (2020) se enfoca en el uso de maíz criollo en la preparación de tamales en comunidades rurales de Bolivia. El estudio demuestra la importancia de preservar las prácticas agrícolas tradicionales para mantener la diversidad genética del maíz, fundamental para la producción de tamales y su sostenibilidad.

En cuanto a los procesos de preparación, el libro de Fernández (2021) ofrece una guía detallada sobre las técnicas culinarias empleadas para la elaboración de tamales en México. La obra recopila recetas de diferentes regiones y destaca la importancia de transmitir estos conocimientos de generación en generación para salvaguardar la riqueza cultural.

El artículo de Castro (2019) se adentra en la evolución histórica de los tamales, desde su origen precolombino hasta su incorporación en la gastronomía contemporánea. Se examinan los cambios y adaptaciones a lo largo del tiempo, lo que evidencia cómo este platillo ha resistido el paso del tiempo y continúa siendo parte esencial de la identidad cultural de diversas comunidades.

En el contexto social, el estudio de Ramírez y Díaz (2022) aborda el papel de los tamales en eventos festivos y cómo estas preparaciones alimenticias fomentan la cohesión comunitaria y la participación de la población en la preservación de sus tradiciones.

La presente revisión académica sobre los tamales destaca la relevancia cultural y social de este icónico platillo latinoamericano. A través de la diversidad de ingredientes y técnicas de preparación, los tamales han mantenido su arraigo en las comunidades, reforzando la identidad y la memoria colectiva. Además, la conservación de prácticas agrícolas tradicionales y la transmisión de conocimientos culinarios aseguran la sostenibilidad y continuidad de esta rica tradición gastronómica en América Latina.

El termino nejo se refiere a que la masa sale un tanto amarilla por la cantidad de cal que contiene. Si se quiere masa blanca se tienen que lavar muy bien el nixtamal, porque todavía le queda un pellejo. El maíz bien cocido queda blanco, pero si no se pela el grano y se deja con la cáscara, la masa queda amarilla. Hernández et al (2018) en su artículo menciona que las hojas y los tallos tiernos de árbol de Cirián son utilizadas en un 48.6 % por amas de casa del municipio de Pungarabato, Guerrero para dar sabor al tamal nejo.



Se cortan las hojas de los milpales para hacer los tamales de “nejo” para honrar a la milpa. Estos tamales son hechos con la hoja de milpa y masa de nixtamal con ceniza, deliciosos, sin grasa, “temblorositos”, delgaditos como tortilla rectangular, los cuales haces pedacitos y los echas a tu plato de mole los comas con cuchara, ¡Uuum! (Osorno G et al, 2021).

El tamal nejo o el nejo es conocido como una técnica que su parte medular es la nixtamalización ya que la fórmula es muy concreta 50% de maíz por 50% de ceniza esto con el objetivo de tener ese color tan característico, el tamal nejo es mucho más que un simple platillo. Es un vínculo con la historia ancestral de México, una muestra de la diversidad regional y una expresión tangible de la identidad cultural. Su preparación meticulosa y su sabor característico son el resultado de siglos de tradición y evolución culinaria. A través del tamal nejo, se pueden explorar las raíces profundas de la cocina mexicana y apreciar cómo esta rica herencia sigue influyendo en la vida cotidiana y las festividades del país.

2.1 La puesta en valor y/o valorización del patrimonio gastronómico.

La valorización en la gastronomía mexicana se ha convertido en un tema de suma importancia en los últimos años. Cada vez más, la cultura culinaria de México es reconocida a nivel mundial no solo por su variedad y sabor, sino también por su valor histórico y cultural. En este sentido, diversos investigadores y académicos han abordado este tema con el objetivo de comprender y destacar el valor intrínseco de la gastronomía mexicana.

Uno de los autores que ha analizado la valorización de la gastronomía mexicana es López Morales (2018). En su estudio, el autor destaca que la valorización de la gastronomía va más allá de la simple comida, ya que involucra aspectos culturales, históricos y sociales. López Morales resalta la importancia de reconocer que la gastronomía mexicana es resultado de una fusión de culturas, lo cual la convierte en un patrimonio colectivo digno de ser valorado y conservado.

Otro estudio relevante sobre este tema es el realizado por Santiago et al. (2019). Estos investigadores exploran la valorización de la gastronomía mexicana desde una perspectiva turística. En su investigación, identifican que la gastronomía mexicana es un atractivo turístico de gran valor, ya que a través de ella se pueden conocer aspectos de la cultura, las tradiciones y la historia del país. Santiago et al. enfatizan que la promoción y difusión de la gastronomía mexicana contribuye a la generación de empleo y al desarrollo económico local.

Además, es importante mencionar el trabajo de Rodríguez y Pérez (2020), quienes abordan la valorización de la gastronomía mexicana desde una perspectiva de sustentabilidad. Estos au-



tores destacan que la cocina tradicional mexicana tiene un profundo vínculo con la naturaleza y los recursos locales, lo cual hoy en día adquiere mayor relevancia debido a la problemática del cambio climático y la necesidad de adoptar prácticas más sustentables. Rodríguez y Pérez resaltan que valorar y promover la gastronomía mexicana implica también incentivar prácticas agrícolas y culinarias responsables con el medio ambiente.

La cocina mexicana es reconocida a nivel mundial por su variedad, sabores intensos y complejidad culinaria. Este vasto repertorio gastronómico, que se ha desarrollado a lo largo de siglos, refleja la riqueza cultural y la diversidad de México. La valorización de la cocina mexicana implica su reconocimiento como un patrimonio cultural intangible y una fuente de identidad nacional. En este artículo, se explorará la importancia de valorizar la cocina mexicana desde diversas perspectivas, como su legado histórico y cultural, su influencia en la identidad nacional y su impacto en el turismo y la economía.

La cocina mexicana tiene raíces profundas en la historia prehispánica de México.

Según Ortega (2012), los antiguos mexicanos utilizaban ingredientes como el maíz, chiles, frijoles y calabazas en sus preparaciones culinarias. Estos ingredientes, que se han mantenido presentes hasta la actualidad, son fundamentales en platos icónicos como el mole, los tamales y el pozole. La cocina mexicana es un legado vivo de la herencia indígena, enriquecido posteriormente con influencias españolas, africanas y de otras culturas migrantes.

El papel central de la cocina mexicana es la construcción de la identidad nacional. Según García (2017), la comida es una forma de expresión cultural que trasciende fronteras y une a las personas. La diversidad culinaria de México se refleja en sus diferentes regiones, donde cada una tiene sus propias especialidades y tradiciones culinarias. Por ejemplo, la cocina yucateca se caracteriza por sus sabores intensos y el uso de ingredientes locales como el achiote y el cilantro, mientras que la cocina del norte de México se destaca por sus asados y el uso de carnes de res. Valorizar la cocina mexicana significa celebrar esta diversidad y promover su reconocimiento como un elemento fundamental de la identidad nacional.

Esta cocina tiene un importante atractivo turístico y tiene un impacto significativo en la economía del país. Según datos del Consejo de Promoción Turística de México (2019), el turismo gastronómico ha experimentado un crecimiento constante en los últimos años. Los visitantes internacionales buscan experiencias culinarias auténticas y sabores tradicionales mexicanos. La valorización de la cocina mexicana puede contribuir al desarrollo del turismo gastronómico, generando empleo y fortaleciendo la economía local en las diferentes regiones del país.



Además, la cocina mexicana ha conquistado el gusto y el interés de personas de todo el mundo, lo que ha dado lugar a la apertura de restaurantes mexicanos en diversas ciudades internacionales. Esto ha generado una demanda global de productos mexicanos auténticos y ha impulsado la exportación de ingredientes tradicionales y productos gastronómicos mexicanos. Según datos del Banco de México (2020), las exportaciones de productos agroalimentarios mexicanos han aumentado significativamente en los últimos años, siendo la cocina mexicana uno de los principales impulsores de este crecimiento.

La valorización de la cocina mexicana es esencial para preservar y promover el patrimonio cultural y gastronómico de México. Reconocer su legado histórico, su influencia en la identidad nacional y su impacto en el turismo y la economía es fundamental para fomentar su difusión y protección. La cocina mexicana no solo es una expresión culinaria, sino también un símbolo de identidad y una forma de conectar con diversas culturas alrededor del mundo. Valorizar la cocina mexicana implica celebrar la diversidad y riqueza de sus sabores y tradiciones culinarias, y promover su reconocimiento como un tesoro nacional.

2.2 Saberes y sabores la gastronomía tradicional mexicana.

La gastronomía tradicional mexicana es reconocida a nivel mundial por su riqueza de sabores, ingredientes autóctonos y técnicas culinarias ancestrales. Esta cocina es el resultado de siglos de influencias culturales y fusiones entre las tradiciones indígenas y las introducidas por los españoles durante la época colonial. Los saberes y sabores de la gastronomía mexicana son una ventana a la historia, la cultura y la identidad del país.

La herencia indígena y las adaptaciones culturales ha sido la base de la gastronomía mexicana ya que reside en los saberes culinarios de las antiguas civilizaciones mesoamericanas como los aztecas, mayas, zapotecas, entre otras. El maíz, frijoles, chiles, calabazas y cacao son ejemplos de ingredientes fundamentales que se cultivaban y utilizaban de diversas formas en la cocina indígena.

Las técnicas de nixtamalización para procesar el maíz y la creación de salsas y moles son legados de esta época (López, 2008).

Un factor relevante dentro de la gastronomía mexicana fue la fusión colonial y mestizaje ya que, con la llegada de los españoles, se produjo una combinación cultural que impactó la gastronomía, los nuevos ingredientes como la carne de res, cerdo, pollo, trigo, arroz y lácteos se incorporaron a la dieta. Además, la introducción de técnicas de cocción como la fritura y la in-



fluencia de ingredientes provenientes de Asia, África y Europa crearon un sincretismo culinario único (*Pilcher, 2012*).

En cuanto a la diversidad regional y sabores auténticos, la geografía diversa de México contribuye a la variabilidad de sabores en la cocina tradicional. Cada región ha desarrollado sus propias especialidades basadas en ingredientes locales, por ejemplo, en Oaxaca se destaca el uso del mole, mientras que en la región costeña se aprecia la influencia de los mariscos, la península de Yucatán aporta el sabor distintivo del achiote y las tortillas hechas de maíz colado (*Pilcher, 2012*).

Los saberes ancestrales y la comida ritual también tienen vínculos con prácticas, rituales y ceremoniales. Los tamales, por ejemplo, han sido y siguen siendo un alimento crucial en celebraciones y eventos religiosos. Los saberes transmitidos de generación en generación sobre la elaboración de estos platillos son una muestra tangible de la continuidad cultural (*Gutiérrez, 1995*).

Respecto a la preservación y revalorización en las últimas décadas, ha habido un esfuerzo consciente para preservar y revalorizar los sabores y saberes de la gastronomía tradicional mexicana. La UNESCO reconoció la cocina mexicana como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad en 2010, lo que impulsó iniciativas para rescatar técnicas de preparación y fomentar la utilización de ingredientes autóctonos (*UNESCO, 2010*).

La gastronomía tradicional mexicana es una rica amalgama de saberes y sabores que trasciende los límites de la cocina. Es una ventana a la historia, la diversidad cultural y la identidad de México. La fusión entre las tradiciones indígenas y las influencias coloniales, junto con la adaptación a los recursos regionales, ha creado una cocina única y apreciada en todo el mundo. La preservación y revalorización de estos saberes y sabores son fundamentales para mantener viva esta herencia culinaria y transmitirla a las futuras generaciones.

2.3 El tamal, su historia, tradición, tipología y modos de preparación.

Los tamales, una deliciosa y tradicional preparación culinaria, que ha sido una parte fundamental de la cultura gastronómica mexicana durante siglos. Este platillo, hecho de masa de maíz rellena de diversos ingredientes, ha evolucionado a lo largo de la historia de México, reflejando la interacción de culturas y la influencia de ingredientes autóctonos y foráneos.



Los orígenes de los tamales se remontan a las antiguas civilizaciones mesoamericanas, existen indicios que en Guatemala se han encontrado bastantes restos de comates con cal adherida lo que da pauta a pensar que se utilizaron para la nixtamalización y a pesar de que la evidencia física sobre el consumo de tamales en la época prehispánica es poca, esta se compensa con la evidencia iconográfica, lingüística y epigráfica; por ejemplo también en Guatemala existe el mural de San Bartolo donde se aprecia a una joven que lleva un recipiente de tamales, también en la cultura maya se ha descifrado un glifo para referirse al tamal, el cual se asocia a la fertilidad y abundancia, el Código Florentino es el manuscrito donde se puede encontrar información relevante de este platillo (Noriega, 2017).

Es importante resaltar que el maíz era una planta esencial en sus dietas, y su procesamiento y uso en la alimentación dieron lugar a la creación de diversas preparaciones, entre ellas los tamales. Los tamales eran un alimento portátil y conveniente, lo que los convirtió en una opción popular para los viajeros y guerreros.

La llegada de los españoles en el siglo XVI trajo consigo una fusión de ingredientes y técnicas culinarias. Aunque algunos aspectos de la cocina indígena se mantuvieron, como el uso del maíz, los conquistadores introdujeron nuevos ingredientes como carne de cerdo, pollo y especias. Esta influencia europea se integró gradualmente en la preparación de los tamales, diversificando sus rellenos y sabores.

A lo largo de los siglos, los tamales se convirtieron en un elemento central de celebraciones y festividades en México. Las diferentes regiones del país desarrollaron sus propias variantes de tamales, con ingredientes y técnicas distintivas. Por ejemplo, en la región de Oaxaca, los tamales son conocidos por su rica variedad de salsas y rellenos, como el mole. En la costa del Golfo de México, los tamales suelen estar rellenos de mariscos debido a la proximidad del mar.

Además de su diversidad regional, los tamales también han sido un símbolo de identidad y resistencia. Durante la Revolución Mexicana, los tamales eran un alimento común entre los soldados y campesinos que luchaban por la justicia social. Esta época marcó una solidificación de la relación entre los tamales y la cultura popular mexicana.

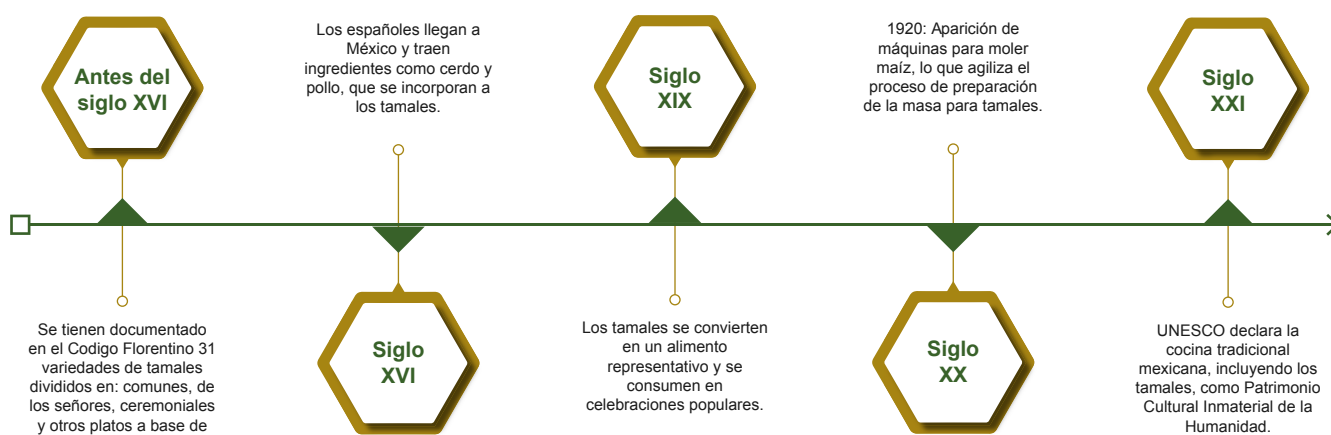
En la actualidad, los tamales siguen siendo un elemento esencial en la dieta mexicana y continúan evolucionando. La globalización ha llevado a la difusión de recetas y técnicas a través de las redes sociales y la diáspora mexicana en otros países. Los tamales se han adaptado a las necesidades y gustos contemporáneos, incorporando ingredientes innovadores y opciones vegetarianas o veganas.



La historia de los tamales en México es un reflejo de la rica diversidad cultural y la fusión de ingredientes a lo largo del tiempo. Desde sus raíces en las civilizaciones mesoamericanas hasta su transformación a través de la conquista española y su continua evolución en la actualidad, los tamales han mantenido su relevancia en la vida cotidiana y las celebraciones mexicanas. Su versatilidad y capacidad para adaptarse a los cambios culturales y culinarios son testimonio de su importancia perdurable en la identidad culinaria de México.

Dicha evolución de los tamales se presenta en el siguiente diagrama:

Figura 1



Fuente: *Elaboración propia a partir de Martínez, A., & Pérez, J. (2018).*



El tamal es una masa de maíz rellena de diversos ingredientes, como carnes, chiles, vegetales y salsas, que se envuelve en hojas de maíz o de plátano y se cuece al vapor. Su origen se remonta a las antiguas civilizaciones mesoamericanas, como los aztecas y mayas, que utilizaban el maíz como un alimento básico y sagrado en su dieta (*Pilcher, 2012*).

También es visto como un plato tradicional mexicano que ha sido parte de la cultura gastronómica del país durante siglos. Su origen se remonta a la era prehispánica, cuando los pobladores mesoamericanos utilizaban el maíz como base para la preparación de diversos alimentos. El tamal es un “alimento emblemático de México y una verdadera fuente de identidad nacional”. La valorización del tamal implica reconocer su importancia cultural, gastronómica y económica en la sociedad mexicana.

Se caracteriza por su versatilidad y diversidad, existen numerosas variedades regionales en México, cada una con ingredientes y técnicas de preparación específicas. Por ejemplo, los tamales verdes son populares en el centro del país, rellenos de carne de cerdo y salsa verde; mientras que, en Oaxaca, los tamales de mole se destacan por su sabor profundo y complejo (*González & Rangel, 2018*).

El tamal desempeña un papel fundamental en las celebraciones y eventos culturales de México. Es común encontrarlos en festividades religiosas, bodas, bautizos y otros momentos especiales. Además, el Día de la Candelaria, el 2 de febrero, es una fecha emblemática en la que los tamales suelen ser protagonistas en muchas familias mexicanas (*Pilcher, 2012*).

La preparación del tamal ha sido transmitida de generación en generación, fortaleciendo las conexiones entre familias y comunidades. A menudo, las técnicas y recetas son enseñadas de madre a hija o de abuela a nieta, lo que preserva la autenticidad de los sabores y las tradiciones culinarias (*Gutiérrez, 1995*); Como se mencionó anteriormente el código florentino menciona alrededor de treinta y una preparaciones de tamales, las cuales se dividen de la siguiente manera:



Cuadro 1

TIPOS DE TAMAL			
COMUNES	DE LOS SEÑORES	CEREMONIALES	OTROS PLATILLOS ENVUELTOS
<p>Nacatamalli. "Tamal de carne". Se repartían durante la fiesta de atamalqualistli de maíz.</p> <p>Nacatlaoyo tamalli. "Tamal de carne con grano de maíz.</p> <p>Necahtamalli. "Tamal de miel".</p> <p>Nexyo tamalli cuatecuicuilli. "Tamales de ceniza envueltos".</p> <p>Tamlatl cuahnextli. "Tamal de agua, de ceniza de árbol", Tamal de masa y ceniza, sin otra mezcla.</p> <p>Tenextamalli. "Tamal de cal". Tamal preparado con cal.</p> <p>Tianquiztlacualli. "Comida del mercado". Tortilla o tamal que se vendía en el mercado.</p> <p>Xocotamalli. "Tamales de fruta" o "tamales agrios".</p> <p>Xucuchtlamatzoalli. "Especie de tamal, o tal vez una tortilla doblada". Se ofrecía en las ceremonias de las cihuapiltin (las mujeres deificadas por haber muerto en su primer parto).</p> <p>Yacacoltamalli. "El tamal de punta torcida". Se ofrecía durante la fiesta de hueltecuilhuiti.</p>	<p>Colorados. Tal vez rellenos de frijoles, tomaban ese nombre porque la masa se ponía al fuego o se dejaba dos días al sol.</p> <p>Cuatecuicuilli tamalli. Tamales blancos de maíz con frijol.</p> <p>Huauhquiltamalli. "Tamal de verdura de bledos, este tamal también se comía en el mes de Izcalli.</p> <p>Íztac tetamalli tetamalli. "Tamales blancos duros".</p> <p>Iztac tlatzincuit. "Los de maíz blanco despicado". Tamales hechos con maíz al que se le ha quitado el pico del grano.</p> <p>Mexixquiltamalli. "Tamal de berros".</p> <p>Miyahuatamalli. "Tamal de espiga de maíz". Se elaboraban con la espiga y llevaban semillas de bledos y huesos de ciruela molidos. Se repartían en las fiestas de hueitecuilhutti.</p> <p>Nexyo tamalli cuatecuicuilli. "Tamales de ceniza envueltos"</p> <p>Tamálatl cuahnextli. "Tamal de agua, de ceniza de árbol". Tamal de masa y ceniza, sin otra mezcla.</p>	<p>Atamalli. "Tamal de agua". Tamal hecho sólo de maíz y agua. Se comían durante la fiesta de atamalqualistli se hacía un ayuno de ocho días a base de agua y este tipo de tamal. Se comían al mediodía y se decía que quien no cumplía el ayuno se enfermaría de lepra.</p> <p>Chalchiuhtamalli. "Tamal precioso". Estaban hechos con hojas de bledos muy molidas y también eran llamados huauhquiltamalli o quiltamalli. En las fiestas de izcalli las mujeres los elaboraban durante toda una noche para amanecer ofrecerlos a la representación hecha con madera del dios del fuego. Tras ello los jóvenes que habían salido a cazar recibían uno de esos tamales.</p> <p>Tzatzapaltamalli. "Tamales enanos". Tamales de bledos que hacían en el barrio de Coatlan para la fiesta de tlacaxipehualiztli. Se ofrecían a Coatlicue.</p>	<p>Cocolotlaoyo. "Empanada de maíz enrollada con ejotes"</p> <p>Huentelototli "Las bolas de ofrenda". Bolas de ofrenda a los dioses de la lluvia".</p> <p>Huilocpalli. "Asentadero de paloma". Empanadilla de maíz crudo; empanadas de maíz sin cocer.</p> <p>Michpictli. "Pescado envuelto". Pescados tostados en comal y envueltos en hoja de maíz.</p>

Elaboración: Elaboración propia a partir de Martínez, A., & Pérez, J. (2018).



Su importancia cultural y gastronómica del tamal tiene un profundo significado cultural en México. De acuerdo con Morales (2015), el tamal “es un elemento clave en rituales y celebraciones, representando la unión entre lo divino y lo terrenal”. Como se mencionó anteriormente durante festividades como el día de la Candelaria, el tamal juega un papel central, siendo parte de las ofrendas y símbolo de buena fortuna (Flores-Pérez, 2013). Además, el tamal varía en ingredientes y preparación de acuerdo con la región, lo que lo convierte en un reflejo de la diversidad culinaria de México.

Vicente (2000), en el libro repertorio de tamales realiza una clasificación respecto a sus sabores, envolturas, tamaño, forma y acompañamientos; respecto a su sabor lo clasifica en salados, dulces, agrio y sabor neutral; en relación con la envoltura los clasifica en hojas de maíz secas, remojada, hojas de plátano, maíz verde (*recién arrancadas de la milpa*), hojas de acelga y chaya; de su tamaño y forma los más usuales se encuentran entre los diez y quince centímetros de largo y de tres a cinco centímetros de diámetro, menciona a los de 30 a 35 centímetros como el nacatamal y zacahuil, la misma autora menciona al tamal nejo como un tamal acedo o agrio y de origen sonoreense.

El tamal no solo es un alimento sabroso, sino que también posee beneficios nutricionales. Según Cervantes-Hernández et al. (2017), el tamal es una fuente de carbohidratos y proteínas, y contiene vitaminas y minerales esenciales para la salud. Asimismo, la combinación de maíz y leguminosas utilizada en su preparación proporciona una proteína de alta calidad (Flores-Mejía, 2014). Esto lo convierte en una opción alimentaria balanceada y nutritiva.

La venta de tamales tiene un importante impacto económico en México. Según datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2018), el mercado de los tamales genera ingresos significativos para los sectores de la agricultura, ganadería, comercio y turismo. Además, la producción y venta de tamales crea empleos en las comunidades, contribuyendo al desarrollo económico local (González-Chávez et al., 2016). Es innegable el papel que juega el tamal como generador de riqueza y fuente de sustento para muchas familias en México.

La valorización del tamal en México implica reconocer su importancia cultural, gastronómica y económica. El tamal es un plato arraigado en la tradición y la identidad mexicana, participando en rituales y festividades. Además, el tamal ofrece beneficios nutricionales y contribuye al desarrollo económico del país a través de su producción y comercialización. Es fundamental valorar y preservar esta tradición culinaria, promoviendo su reconocimiento y consumo tanto a nivel nacional como internacional. La tipología del tamal en la gastronomía mexicana refleja



la diversidad regional y la riqueza culinaria del país. A lo largo de las diferentes regiones de México, se han desarrollado una amplia variedad de tamales, cada uno con ingredientes, técnicas y sabores únicos que representan la identidad y la historia de las comunidades locales. Los tamales abarcan un amplio espectro de opciones, desde tamales dulces hasta tamales salados, pasando por una gran variedad de rellenos y salsas. La diversidad regional se refleja en los tamales específicos de cada zona geográfica, como los tamales oaxaqueños rellenos de mole, los tamales yucatecos de pavo o puerco, y los tamales norteños con carne seca (*Pilcher, 2012*). La clasificación más básica de tamales se divide en tamales dulces y salados. Los tamales dulces suelen estar endulzados con azúcar o miel, y pueden incluir ingredientes como frutas, nueces o chocolate. Por otro lado, los tamales salados se rellenan con carnes, chiles, frijoles y otros ingredientes salados (*González & Rangel, 2018*).

La tipología del tamal también ha evolucionado a lo largo del tiempo debido a influencias culturales y cambios en los hábitos alimentarios. La fusión de ingredientes y técnicas culinarias ha dado lugar a innovaciones, como los tamales vegetarianos o los tamales con influencias internacionales, que incorporan sabores y rellenos de otras cocinas (*Pilcher, 2012*).

La diversidad del tamal no solo resalta las diferencias regionales, sino que también contribuye a la preservación de la identidad cultural. La transmisión de las recetas y técnicas de preparación de generación en generación asegura que estas tradiciones se mantengan vivas y continúen siendo parte integral de la sociedad mexicana (*Gutiérrez, 1995*).

La tipología del tamal en la gastronomía mexicana es un reflejo de la riqueza cultural y culinaria del país. Desde tamales dulces hasta salados, de norte a sur, cada variedad representa un pedazo de la historia y las tradiciones locales. Estas distintas opciones de tamales contribuyen a la diversidad culinaria y a la preservación de la identidad de las comunidades en todo México.

El tamal en México es mucho más que un simple platillo; es una ventana a la historia, la cultura y la identidad del país. Su variabilidad regional, su papel en las festividades y su transmisión generacional lo convierten en un símbolo tangible de la riqueza culinaria de México. La diversidad de ingredientes y técnicas de preparación enriquece esta tradición, asegurando que el tamal siga siendo un tesoro culinario apreciado y compartido en todas las regiones del país.



2.4 El tamal nejo como un legado gastronómico tradicional.

El tamal nejo es una deliciosa especialidad culinaria arraigada en la rica tradición gastronómica del estado de México y Guerrero. Este platillo, que se distingue por su sabor único y su técnica de preparación, ha perdurado a lo largo de generaciones, convirtiéndose en un elemento fundamental de la cocina del sur del Estado de México.

El tamal nejo tiene sus raíces en la cocina prehispánica de México, donde el maíz era un alimento fundamental. Su nombre, “nejo”, deriva del náhuatl “nextli”, que significa “cenizas”. Los ingredientes básicos de este manjar incluyen masa de maíz, cenizas, frijoles, cenizas, calabazas y ejotes. Estos elementos se combinan para crear una masa densa y sabrosa que se envuelve en hojas de plátano o de milpa y se cocina al vapor.

El tamal nejo no solo es un manjar delicioso, sino también un símbolo de identidad cultural del sur del Estado de México y Guerrero. Se consume en ocasiones especiales como bodas, fiestas religiosas y celebraciones familiares. Además, su elaboración suele ser una actividad comunitaria, donde familiares y amigos se reúnen para preparar grandes cantidades de tamales juntos, fortaleciendo los lazos sociales y transmitiendo tradiciones de generación en generación.

El tamal nejo es mucho más que un simple platillo; es un legado gastronómico que encarna la rica historia y diversidad cultural de México. Su sabor único, su proceso de elaboración tradicional y su importancia en las celebraciones y la vida cotidiana lo convierten en un tesoro culinario que perdura a través del tiempo.



2.4.1 El proceso técnico y tradicional en la elaboración del tamal nejo.

**Ingredientes para
Tamales nejos
(receta estándar):
100 tamales**

- Agua | 11 litros
- Maíz | 2 kilos
- Ceniza | 2 kilos
- Cal | 2 cucharaditas
- Ejote | 1 kilo
- Frijol | ½ Kilo
- Sal | Al gusto
- Hojas de plátano | 3 kilos

PREPARACIÓN



- Se mezclan 10 litros de agua con la ceniza y la cal, se debe asegurar de que quede bien batidos.
- En una olla grande se coloca el maíz y se añade el agua donde se mezcla la ceniza con la cal.
- Se pone a cocer el maíz con el agua.
- Cuando ya esté cocido el maíz, se deja reposar durante 2 horas o hasta que se enfríe totalmente.
- Una vez que ya esté frío todo, se lava el maíz y se mule para obtener la masa.
- Una vez que se tiene la masa, se agrega un litro de agua y sal al gusto. Con las manos se mezcla muy bien todo. Se prueba un poco de masa para asegurarse de que esté bien de sal.
- Se comienza preparando los tamales, para ello, se toman las hojas de plátano, las cuales se cortan en cuadros del tamaño de una hoja carta.
- Sobre una hoja de plátano, se coloca una porción de masa en la hoja, se le agrega una cucharada de ejote o frijol, se envuelve el tamal y se hace el mismo proceso con el resto de la masa.
- Cuando estén todos los tamales envueltos, se ponen en una vaporera y se colocan a fuego medio durante una hora.
- Se saca un tamal para corroborar que estén cocidos y se retiran del fuego. Se sirven al gusto.
- Los tamales se pueden acompañar con mole rojo, mole verde, salsa roja de molcajete con crema y queso.

2.4.1.1. Tradiciones y creencias en torno a la preparación del tamal

La cultura gastronómica de México tiene una infinidad de creencias que han permeado de generación en generación, estas creencias no son la excepción en cuanto a tamales se refiere. Algunas de las creencias en tenor de la elaboración y cocción del tamal nejo, según entrevistas realizadas a cocineras tradicionales de la zona de las peñas fueron las siguientes:

- Una sola persona debe de poner a cocer los tamales, ya que si se ponen a cocer entre dos personas no se cosen uniformemente.
- La persona que pone a coser los tamales debe de permanecer en la casa, de lo contrario no se cosen los tamales.
- No se debe estar revisando la cocción del tamal de forma constante ya que se tardará más la cocción o bien no se coserán.



3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y/O CONCEPTUAL.

Los principales conceptos con lo que se trabajara a lo largo de esta investigación son los siguientes:

Valorización, valorización mercantil, puesta en valor, patrimonio y saberes gastronómicos.

Dichos conceptos aportaran una visión más detallada en tenor a los conceptos prioritarios de la investigación, el primer concepto que se abordara será el de valorización enfocada a la gastronomía, dicho concepto se ve como manifestación cultural intrínseca a la sociedad, engloba una red compleja de conceptos que se entrelazan para definir su riqueza y relevancia.

En este contexto, la valorización emerge como un principio clave, y como señala *López (2020)*, implica “atribuir significados culturales y simbólicos a los ingredientes y prácticas culinarias”. Este enfoque va más allá de la mera apreciación económica, reconociendo la diversidad y profundidad de las tradiciones gastronómicas.

La importancia de la valorización de alimentos emblemáticos en la preservación de la cultura radica en varios aspectos fundamentales:

1. **Identidad Cultural:** Los alimentos emblemáticos son portadores de significados culturales profundos y representan la identidad de una comunidad o región. Al valorizar estos alimentos, se reconoce y se promueve la diversidad cultural y se preservan tradiciones culinarias únicas.
2. **Conservación de Prácticas Tradicionales:** La valorización de alimentos emblemáticos contribuye a mantener vivas las prácticas tradicionales de producción, preparación y consumo de alimentos que han sido transmitidas de generación en generación. Esto ayuda a preservar el patrimonio cultural inmaterial de una sociedad.
3. **Desarrollo Local Sostenible:** La valorización de alimentos emblemáticos puede impulsar el desarrollo económico local al promover la comercialización de productos autóctonos. Esto a su vez puede generar empleo en zonas rurales, fortaleciendo la economía local y contribuyendo a la sostenibilidad de las comunidades.
4. **Soberanía Alimentaria:** Al valorizar los alimentos emblemáticos, se fomenta la soberanía alimentaria al promover la producción y el consumo de alimentos locales. Esto reduce la dependencia de alimentos importados y fortalece la autonomía de las comunidades en términos de abastecimiento alimentario.



La valorización de alimentos emblemáticos no solo tiene un impacto económico positivo en las comunidades locales, sino que también desempeña un papel crucial en la preservación y promoción de la cultura, la identidad y las tradiciones culinarias de una región. *(De Jesús, 2016)*.

La valorización es el proceso mediante el cual se asigna un valor a un bien, servicio, o recurso, basado en diversos criterios como la utilidad, la escasez, la demanda y la oferta. Este concepto es fundamental en la teoría económica, pues determina cómo se perciben y se valoran los bienes en el mercado. Karl Marx (1867) en su obra “El Capital”, destaca que la valorización es un elemento crucial en el ciclo de producción capitalista, donde el capital se incrementa mediante la explotación del trabajo. Según Marx, la valorización no solo implica el aumento del valor de un bien, sino también la creación de valor adicional a través de la producción y el intercambio en el mercado. Esta perspectiva resalta la dinámica entre trabajo, producción y capital en la economía capitalista.

Además, la valorización puede ser influenciada por factores sociales y culturales. Por ejemplo, los productos que tienen un significado cultural específico o una procedencia particular pueden tener un valor añadido que va más allá de su utilidad práctica. Esto se observa en mercados de bienes de lujo, arte, y otros objetos culturales, donde la historia y el simbolismo asociados a los bienes juegan un papel importante en su valorización. La combinación de aspectos económicos, sociales y culturales en la valorización destaca su complejidad y su relevancia en diversos contextos.

La valorización mercantil, por otro lado, se centra en la asignación de valor económico a los productos gastronómicos en el mercado. Según Martínez (2019), este proceso es dinámico y está influenciado por factores culturales y de percepción, destacando la importancia de considerar “la demanda del mercado como impulsora de la continuidad de tradiciones culinarias específicas”.

La valorización mercantil se refiere a la asignación de valor a bienes y servicios dentro del contexto de un mercado. Este proceso está influenciado por la dinámica de la oferta y la demanda, así como por factores externos como la competencia y las políticas económicas. Adam Smith (1776), en su obra “La Riqueza de las Naciones”, argumenta que el valor mercantil de un bien se determina principalmente por el costo de producción y la necesidad que satisface en el mercado. Según Smith, el precio de mercado de un bien es el resultado de la interacción entre la oferta, la demanda y los costos de producción, lo que refleja el equilibrio entre estos factores en un entorno competitivo.



La valorización mercantil también puede ser afectada por la percepción del consumidor y las estrategias de marketing. Los bienes que se consideran de alta calidad o que tienen una marca reconocida pueden ser valorizados a un precio más alto debido a la percepción de valor agregado. Esta percepción puede ser influenciada por factores como la publicidad, el posicionamiento de marca y las tendencias del consumidor. Por lo tanto, la valorización mercantil no es un proceso estático, sino que está en constante evolución y puede variar según las condiciones del mercado y las estrategias de las empresas.

La noción de **puesta en valor** se destaca como un mecanismo activo para preservar y resaltar elementos significativos de la gastronomía. De acuerdo con García (2018), este concepto implica “promover y destacar ingredientes autóctonos, técnicas culinarias tradicionales o platos emblemáticos” como estrategia para la sostenibilidad cultural y económica de las comunidades vinculadas a la gastronomía. La puesta en valor es un concepto utilizado para describir el proceso de mejorar o restaurar un objeto, sitio, o práctica cultural para resaltar su importancia y utilidad, generalmente con el objetivo de preservar y promover su uso o conocimiento. Este término se utiliza frecuentemente en la gestión del patrimonio cultural, donde se busca no solo conservar, sino también hacer accesibles y comprensibles los bienes culturales para el público. La UNESCO (2010) destaca la puesta en valor como un medio para asegurar la transmisión y sostenibilidad de los patrimonios culturales a futuras generaciones.

Este proceso implica una serie de acciones, desde la restauración física de monumentos y edificios históricos hasta la revitalización de prácticas culturales tradicionales y la promoción de conocimientos ancestrales. La puesta en valor también puede incluir la educación y sensibilización del público sobre la importancia de preservar el patrimonio cultural, así como la creación de políticas y programas que apoyen estos esfuerzos. En el contexto de la globalización, la puesta en valor del patrimonio cultural se vuelve aún más relevante, ya que ayuda a mantener la diversidad cultural y a fomentar el entendimiento mutuo entre diferentes comunidades y naciones.

El **patrimonio gastronómico**, como sostiene Pérez (2021), abarca el conocimiento acumulado, las prácticas y los productos transmitidos generacionalmente en el ámbito gastronómico. Este patrimonio, que incluye recetas, ingredientes y la historia detrás de ellos, desempeña un papel fundamental en la construcción de identidades y la preservación de la diversidad cultural.

El patrimonio gastronómico se refiere al conjunto de conocimientos, prácticas, tradiciones y técnicas culinarias que se han desarrollado y transmitido de generación en generación dentro de una cultura o comunidad. Este tipo de patrimonio incluye no solo las recetas y los métodos



de preparación de alimentos, sino también los rituales, las costumbres y las celebraciones asociadas a la alimentación. La UNESCO (2010) reconoce el patrimonio gastronómico como una manifestación cultural esencial que contribuye a la diversidad cultural y al desarrollo sostenible.

La importancia del patrimonio gastronómico radica en su capacidad para reflejar la identidad, la historia y la relación de una comunidad con su entorno natural. Las prácticas culinarias están profundamente arraigadas en las tradiciones locales y son un medio de expresión cultural que fortalece el sentido de pertenencia y continuidad. Además, la gastronomía puede ser un motor de desarrollo económico, ya que el turismo gastronómico se ha convertido en una fuente significativa de ingresos para muchas regiones, fomentando la preservación y promoción de la cultura local. La preservación del patrimonio gastronómico implica la protección y promoción de los saberes y prácticas culinarias tradicionales. Esto puede incluir la documentación de recetas, la transmisión de conocimientos a través de la educación formal e informal, y la organización de eventos que celebren la gastronomía local. Las políticas públicas y las iniciativas comunitarias desempeñan un papel crucial en este proceso, asegurando que las tradiciones culinarias sean valoradas y protegidas para las futuras generaciones. El reconocimiento y la salvaguardia del patrimonio gastronómico son esenciales para mantener la diversidad cultural y promover el desarrollo sostenible. Al valorizar y preservar las tradiciones culinarias, se fomenta el respeto por las culturas y se contribuye a la cohesión social y el entendimiento mutuo entre diferentes comunidades.

Los **saberes de la gastronomía** completan esta fundación conceptual, representando el conocimiento práctico y teórico sobre la preparación de alimentos y las técnicas culinarias. Conforme a Rodríguez (2017), estos saberes son “transmitidos a través de la experiencia, la observación y la enseñanza”, contribuyendo a la evolución constante de la gastronomía.

La interconexión de la valorización, valorización mercantil, puesta en valor, patrimonio gastronómico y saberes de la gastronomía da forma a un panorama completo que destaca la importancia cultural, económica y social de la gastronomía en nuestras sociedades contemporáneas. Los saberes gastronómicos comprenden el conjunto de conocimientos, técnicas, y tradiciones relacionadas con la preparación y consumo de alimentos. Estos saberes son una parte importante del patrimonio cultural inmaterial de una comunidad, ya que reflejan su historia, identidad y relación con el entorno natural. Según la UNESCO (2010), la gastronomía es una manifestación cultural que debe ser protegida y valorada por su contribución a la diversidad cultural y el desarrollo sostenible. Los saberes gastronómicos incluyen no solo las recetas y técnicas culinarias, sino también los rituales, costumbres y prácticas sociales que rodean la preparación y el consumo de alimentos.



La preservación y promoción de los saberes gastronómicos son esenciales para mantener la diversidad cultural y fomentar el desarrollo local. Las tradiciones culinarias pueden atraer turismo cultural y gastronómico, lo que contribuye a la economía local y promueve el intercambio cultural. Además, los saberes gastronómicos pueden jugar un papel importante en la educación y sensibilización sobre la importancia de la alimentación saludable y sostenible. La UNESCO ha reconocido varios elementos del patrimonio gastronómico en su lista de Patrimonio Cultural Inmaterial, destacando su valor y la necesidad de preservarlos para las futuras generaciones.

4. METODOLOGÍA.

4.1 Método SIAL.

La metodología SIAL es propuesta en 2006 por Grass, Palacios y Cervantes tiene como finalidad resguardar el saber hacer de algún platillo u objeto que ha ido pasando de generación en generación por familias o conocidos y conocer como las nuevas tecnologías han permeado de manera positiva o negativa en este conocimiento, dicha metodología cuenta con seis pasos; sin embargo, para la presente investigación se hará uso de cuatro de estos que son los siguientes:

1. Historia Oral.
2. Método genealógico.
3. Trayectoria tecnológica.
4. Análisis de cadena de valor.

4.1.1 Historia Oral.

El primer paso es la historia oral que consiste en una herramienta valiosa en la investigación académica que busca comprender y preservar la memoria colectiva de las comunidades a través de testimonios verbales. Este enfoque, basado en la narración de experiencias y vivencias, permite capturar aspectos de la historia y cultura que a menudo quedan fuera de los registros escritos. En esta investigación, se revisarán algunos estudios clave que explican en qué consiste el método de historia oral y su relevancia en la construcción de conocimiento histórico.

Según Thompson (1978), uno de los principales exponentes del método de historia oral, esta técnica se basa en la recolección y preservación de relatos personales y experiencias vividas de individuos pertenecientes a una comunidad o grupo específico.



La relevancia del método de historia oral radica en su capacidad para dar voz a aquellos sectores de la población que históricamente han sido excluidos de los relatos oficiales. En su estudio sobre la memoria y el testimonio en Argentina, Portelli (1991) destaca que el método de historia oral permite recuperar la historia de los marginados, rescatando así la diversidad de experiencias y perspectivas que contribuyen a una historia más inclusiva y auténtica.

En el ámbito de la antropología, Okely (1983) resalta que la historia oral es especialmente valiosa en el estudio de culturas orales, donde la transmisión de conocimientos se ha realizado a través de la tradición oral. Esta metodología permite comprender la dinámica de las sociedades basadas en la oralidad y la importancia de la palabra hablada en la preservación cultural.

El proceso de recopilación de testimonios orales suele involucrar entrevistas estructuradas o semiestructuradas, donde el investigador formula preguntas para incentivar la narración de experiencias significativas. En su estudio sobre los impactos sociales del conflicto armado, Aceves (2005) detalla la importancia de establecer un ambiente empático y de confianza durante las entrevistas, para que los informantes se sientan cómodos al compartir sus vivencias más personales.

Una vez recolectados, los testimonios son analizados y contextualizados en función del contexto histórico y cultural en el que se enmarcan. La triangulación con otras fuentes y documentos históricos es fundamental para verificar la veracidad y complementar la información proporcionada por los informantes. En su investigación sobre la migración en América Latina, Ferrándiz (2008) destaca la importancia de combinar los relatos orales con fuentes escritas y materiales visuales para obtener una visión holística del fenómeno migratorio.

El método de historia oral se ha consolidado como una herramienta crucial en la investigación académica, permitiendo rescatar la memoria viva de las comunidades y enriquecer el conocimiento histórico con voces diversas y auténticas. Al dar voz a los protagonistas y testigos de la historia, este enfoque contribuye a una visión más completa y humana del pasado, abriendo nuevas perspectivas para la comprensión de las dinámicas sociales y culturales.

Para la aplicación de la Historia Oral se convocaron en la casa de la señora Adelfa Reyes a 10 cocineras de las cuales solo asistieron siete (3 de Oztoloapan, 2 de Zacazonapan y 2 de Santo Tomas de los Plátanos) esto con la finalidad de realizar una batería de preguntas semi estructurada que arrojo los siguientes datos:



Es muy común que señoras de cincuenta años y más preparen de forma tradicional los tamales y sobre todo en eventos festivos o sociales; las mujeres jóvenes han emigrado a otros municipios y no ven en los tamales o la gastronomía tradicional en general como algo relevante, otro hallazgo destacable es que los jóvenes de 15 a 22 años ya no tienen el interés por seguir aprendiendo debido a que argumenta que no encuentran un incentivo económico en esta actividad, aunado la migración excesiva derivada de la inseguridad que se está haciendo cada vez más fuerte en la zona.

En la zona de Santo Tomas de los Plátanos se presenta la peculiaridad de que se encuentra un molino en donde ya venden la masa de los tamales nejo preparada solo para armar el tamal con el relleno de su preferencia, en esta zona es donde se encuentran los avances tecnológicos más notorios ya que el municipio cuenta con un bachillerato con carrera técnica en alimentos y bebidas, esto ha dado pie a que los jóvenes tengan interés por la gastronomía tradicional de la zona y encuentren atractivo dar seguimiento al saber-hacer de los tamales nejos.

4.1.2 Método genealógico.

El segundo paso de esta metodología fue el método genealógico que es una herramienta crucial para investigar la historia de las familias y entender mejor el pasado y en este caso como ha ido permeando el saber-hacer de los tamales nejos. Este enfoque de investigación se basa en la reconstrucción de árboles genealógicos y la exploración de registros históricos para rastrear antecedentes familiares. En este estudio, se examinará en profundidad el método genealógico y su importancia en la investigación. El método genealógico es un enfoque de investigación que implica la recopilación y análisis de datos relacionados con la ascendencia y descendencia de individuos. Según Jones (2018), se centra en la construcción de árboles genealógicos para representar visualmente las conexiones familiares a lo largo del tiempo.

Estos árboles suelen incluir nombres, fechas de nacimiento y muerte, relaciones familiares y lugares de origen.

La genealogía es esencial para comprender la historia de las personas y las comunidades. Según Smith (2019), el método genealógico permite rastrear la migración, las tradiciones culturales y las influencias familiares en la vida de un individuo. Además, puede revelar vínculos con figuras históricas o eventos significativos. Por ejemplo, al seguir una línea genealógica, se puede descubrir que un antepasado participó en la Guerra Civil o fue un inmigrante en un período específico.



Las fuentes de datos genealógicos son fundamentales para el éxito del método genealógico. Según Johnson (2020), estas fuentes incluyen registros de nacimientos, matrimonios y defunciones, censos, diarios personales, registros religiosos y pruebas de ADN. Cada fuente proporciona información valiosa que puede utilizarse para trazar líneas genealógicas y descubrir historias familiares.

La tecnología ha revolucionado el campo de la genealogía. Según Brown (2021), existen numerosas plataformas en línea y software especializado que facilitan la investigación genealógica. Ancestry.com y FamilySearch.org son ejemplos de sitios web populares que ofrecen acceso a registros históricos y herramientas para la construcción de árboles genealógicos.

El método genealógico desempeña un papel fundamental en la investigación histórica al permitirnos comprender mejor el pasado a través de las conexiones familiares. La construcción de árboles genealógicos y el análisis de registros históricos son herramientas esenciales para rastrear antecedentes familiares y descubrir historias que de otro modo podrían haber quedado en el olvido. Las fuentes de datos genealógicos y las herramientas tecnológicas han facilitado en gran medida esta tarea. Al emplear el método genealógico de manera efectiva, los investigadores pueden arrojar luz sobre la historia de las personas y comunidades de todo el mundo.

En la zona de las peñas se identificaron a tres familias (familia León de Santo Tomas, familia Pérez de Oztoloapan y familia Villafaña de Zacazonapan), de las cuales se fue desglosando su genealogía con la finalidad de conocer como han ido transmitiendo el saber-hacer, dicho proceso de llevo a cabo visitando a las familias y cuestionando ¿Quién les había enseñado a realizar el tamal nejo?, se acudieron en cuatro ocasiones distintas con las abuelas, hijas o nietas de estas familias para que fueran desglosando como habían pasado el saber-hacer a sus descendientes.

4.1.3 Trayectoria tecnológica.

El tercer paso se refiere a la trayectoria tecnológica que dentro de la metodología SIAL ha desempeñado un papel crucial en el desarrollo tecnológico en diversas industrias, esto debido a que en medida que la tecnología avanza rápidamente, es esencial comprender la trayectoria tecnológica en el contexto de esta metodología. Las etapas clave y los principios generales que han influido en la evolución tecnológica dentro de la metodología SIAL son:

Identificación de necesidades y oportunidades: La primera etapa en la trayectoria tecnológica en la metodología SIAL implica la identificación de necesidades y oportunidades.



Investigaciones detalladas sobre el mercado y el análisis de tendencias son esenciales para comprender los desafíos que deben abordarse o las oportunidades para la innovación.

Investigación preliminar: La investigación preliminar es crucial para evaluar la viabilidad técnica y económica de las ideas propuestas.

Diseño Conceptual: El diseño conceptual en la metodología SIAL implica la creación de especificaciones técnicas, este paso establece las bases para el desarrollo tecnológico subsiguiente.

Desarrollo: La fase de desarrollo se centra en la creación efectiva del producto o la tecnología.

En esta etapa se identificaron utensilios para la elaboración y conservación del tamal nejo, dichos utensilios han experimentado una evolución significativa a lo largo de los años que ha sido influenciada por factores culturales, geográficos y tecnológicos, en esta identificación de analizaron cuatro puntos que fueron:

1. Utensilios Tradicionales: En las culturas prehispánicas de México, se utilizaron utensilios rudimentarios como molcajetes, metates y comales (*Smith, 2005*). Estos instrumentos, tallados en piedra, reflejaban la conexión de las comunidades con la naturaleza y la necesidad de procesar alimentos básicos como maíz y chiles.

2. Influencia Colonial: La llegada de los españoles introdujo nuevos materiales y técnicas de fabricación. El cobre, el hierro y la cerámica se incorporaron a la producción de utensilios, y la influencia europea se evidenció en la creación de sartenes, cucharones y ollas de metal (*Hernández, 2010*).

3. Tecnologías Modernas: Con el tiempo, la revolución industrial y los avances tecnológicos globales también afectaron los utensilios de cocina mexicana. La introducción de electrodomésticos como licuadoras, procesadores de alimentos y ollas a presión simplificó las tareas cotidianas (*Gómez, 2018*). Asimismo, la globalización ha facilitado el acceso a utensilios especializados de otras partes del mundo.

4. Sostenibilidad y Diseño Innovador: En las últimas décadas, ha habido un resurgimiento del interés en técnicas culinarias tradicionales y en la producción artesanal de utensilios. Además, la conciencia ambiental ha impulsado el uso de materiales sostenibles y diseño eco amigable en la fabricación de utensilios de cocina (*Martínez, 2021*).



Este paso se realizó mediante entrevistas y observación participante con las familias identificadas en la genealogía, con la familia León de Santo Tomás de los Plátanos se identificó el mayor avance ya que es el único lugar de la zona de las peñas que vende la masa ya preparada, en el caso de la familia Pérez de Otzoloapan se apoyó con el enlace con una de las preparatorias de la zona para aplicar un método de conservación del tamal nejo y por último la familia Villaña de Zacazonapan fue quien presento los utensilios más antiguos para la preparación del tamal nejo.

La trayectoria tecnológica se enfocó en los utensilios de cocina y revelo una fusión de tradición y modernidad. Desde los instrumentos prehispánicos hasta la integración de tecnologías contemporáneas, los utensilios que se utilizan para la preparación del tamal nejo han evolucionado, adaptándose a las necesidades cambiantes de la sociedad y reflejando la riqueza de su herencia culinaria.

4.1.4 Cadena de valor.

El último paso de la metodología se refiere al análisis de la cadena de valor, las cadenas gastronómicas desempeñan un papel vital en la industria alimentaria, ofreciendo experiencias gastronómicas únicas. Este análisis de la cadena de valor tiene como objetivo desglosar las actividades clave en una gastro cadena, desde la adquisición de ingredientes hasta la entrega del servicio al cliente, identificando áreas de eficiencia y oportunidades para agregar valor.

Análisis de la Cadena de Valor.

1. Abastecimiento de Materias Primas:

- Evaluación de proveedores para garantizar la calidad y sostenibilidad de los ingredientes.
- Estrategias de negociación para optimizar costos y asegurar un suministro constante.

2. Procesamiento y Preparación:

- Eficiencia en las operaciones de cocina para garantizar tiempos de preparación rápidos.
- Capacitación del personal para mantener estándares de calidad en la preparación de alimentos.



3. Operaciones de Servicio:

- Gestión del personal y la capacitación para proporcionar un servicio al cliente excepcional.
- Implementación de tecnologías, como sistemas de pedidos en línea, para mejorar la experiencia del cliente.

4. Distribución y Logística:

- Estrategias logísticas para asegurar la entrega oportuna de productos frescos a diferentes ubicaciones.
- Uso eficiente de la cadena de frío para mantener la calidad de los alimentos durante el transporte.

5. Marketing y Ventas:

- Estrategias de marketing para promocionar la marca y atraer a nuevos clientes.
- Tácticas de venta, como ofertas especiales o programas de lealtad, para aumentar la retención de clientes.

6. Experiencia del Cliente:

- Diseño de interiores y atmosfera para crear una experiencia única en los establecimientos.
- Gestión de la retroalimentación del cliente para mejorar continuamente la calidad del servicio.

7. Gestión de Recursos Humanos:

- Estrategias de reclutamiento y retención de personal calificado en un entorno competitivo.
- Desarrollo de programas de capacitación para mejorar las habilidades y la satisfacción laboral.

8. Sostenibilidad y Responsabilidad Social:

- Iniciativas para reducir el impacto ambiental, como la gestión de residuos y el uso de ingredientes sostenibles.
- Participación en programas comunitarios para fortalecer la responsabilidad social corporativa.

El análisis de la cadena de valor en la gastro cadena revela áreas clave de eficiencia y oportunidades para mejorar la experiencia del cliente. La gestión efectiva de la cadena de suministro, la calidad en la preparación de alimentos y la atención al cliente son fundamentales para su éxito.



Esta parte se trabajó de la mano con la trayectoria tecnológica debido a que se detectó con la conservación al vacío del tamal nejo, la oportunidad de comercializar el platillo fuera de la zona de las peñas, por medio de comercio electrónico y con generaciones jóvenes, en dicho proceso se trabajó con estudiante de nivel medio superior con el objetivo de involucrar a las generaciones más jóvenes en el saber-hacer y con esto encontrarán en el tamal nejo una fuente de ingresos económicos, así mismo involucrar a los productores de maíz para generar una cadena local de materia prima.

4.2 Trabajo de campo y observación participante.

El trabajo de campo se realizó apoyándose de cuatro actividades que son:

- Entrevistas.
- Talleres para preparatorias-productores mil huertas.
- Evento gastronómico.
- Presencia en la feria del queso.

En el caso de la entrevista, la aplicación fue a informantes clave para recabar información detallada sobre el saber-hacer de los tamales nejos, como se transmite este conocimiento y las nuevas generaciones que tanto se involucran en el proceso, los informantes clave son cocineras por lo general señoras de 50 a 80 años que tienen conocimiento y experiencia en la elaboración del tamal nejo.

El proceso de aplicar encuestas a los informantes fue desafiante y enriquecedor, ya que se procuró reunir a todas las cocineras al mismo tiempo, aunado de entrar en su entorno y ganarse su confianza, este proceso incluyó dos etapas:

1. Diseño de la Encuesta: Selección de informantes clave se identificó a las cocineras más reconocidas de la zona de las peñas con base en recomendaciones de la gente de la zona, dichas recomendaciones se basaron en el sabor de los tamales y la experiencia de las cocineras.

2. Elaboración del cuestionario: Se elaboró una batería de preguntas sencillas para poder interactuar con las cocineras.

3. Aplicación de la Encuesta: Se contactó a las informantes y se definió una fecha para poder reunir a la mayoría de las señoras en casa de la señora Adelfa en Otzoloapan, se acordó que



se iban a preparar tamales nejos mientras se les entrevistaba. Posterior se les dio seguimiento, esto con el objetivo de clarificar posibles dudas o respuestas incompletas. En el caso de los talleres se lograron gestionar mediante la familia Pérez de Oztoloapan ya que fue el vínculo para poder contactar a los directivos de la EPO 133 y permitieran llevar a cabo talleres para la valorización del tamal nejo con sus estudiantes.

4. Talleres: Se realizaron talleres para turistas de la región sur del Estado de México, dicha actividad se realizó de la mano con “mil huertas” un rancho que se dedica a la producción de hortalizas, hongos setas y aguacates orgánicos; con el objetivo de que se le de difusión al tamal nejo fuera de la zona de las peñas y con otro tipo de mercado. El taller de tamal nejo consistió en realizar una exposición para que los asistentes conozcan el contexto histórico y cultural del platillo, así como la elaboración del tamal nejo y moles para su acompañamiento para culminar con la degustación de este.

5. Evento gastronómico: El evento gastronómico se llevó a cabo con estudiantes del Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo debido a que esta institución cuenta con matrícula importante de la zona, dicho evento tuvo como objetivo la valorización y difusión de platillos de la zona sur del Estado de México.

El evento consistió en una expo donde estudiantes de la zona de las peñas expusieron productos que son típicos de la región con el fin de que personas ajenas al lugar conozcan la gastronomía.

Organización del evento.

El objetivo principal del evento de tamales nejos fue promover y valorar este platillo, involucrando a los estudiantes de la licenciatura en gastronomía en la investigación, preparación y presentación del tamal nejo. Además, se buscó fomentar la interacción entre los estudiantes y el público en general para difundir la riqueza cultural y gastronómica del tamal nejo.

1. Formación del Comité Organizador: El comité estuvo compuesto por profesores de gastronomía, estudiantes y un coordinador principal.

2. Selección de la Fecha y Lugar: Fecha: 29 de mayo de 2024

3. Lugar: Terraza del edificio de vinculación del Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo.



Actividades Previas.

- 1. Investigación:** Los estudiantes realizaron investigaciones sobre la historia, origen y técnicas de preparación del tamal nejo.
- 2. Talleres Prácticos:** Se organizaron talleres previos donde los estudiantes aprendieron y practicaron la elaboración del tamal nejo bajo la supervisión de chefs instructores.

Desarrollo del evento

- 1. Inauguración:** El evento comenzó con una ceremonia de inauguración donde el director general y Director Académico del Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo dio la bienvenida a los asistentes y explicó la importancia del tamal nejo en la cultura gastronómica mexicana.
- 2. Muestra Gastronómica:** Los estudiantes presentaron diferentes variedades de tamales nejos, elaborados con diversas técnicas y recetas tradicionales. Cada estudiante explicó su proceso de elaboración y la historia detrás de su receta, destacando la importancia cultural de los ingredientes utilizados.
- 3. Degustación:** Se organizó una degustación donde los asistentes pudieron probar los tamales nejos. La degustación fue acompañada por bebidas tradicionales como atole de cacahuete y arrayan.
- 4. Talleres Prácticos:** Los asistentes tuvieron la oportunidad de participar en talleres prácticos donde aprendieron a hacer tamales nejos. Estos talleres fueron guiados por los estudiantes y profesores de gastronomía.
- 5. Clausura:** El evento concluyó con una ceremonia de clausura donde se agradeció a los participantes y se hizo un reconocimiento especial a las mejores presentaciones de tamales nejos. El evento gastronómico contó con una asistencia de más de 80 personas, incluyendo estudiantes, profesores, familias y miembros de la comunidad local. La participación del público en las degustaciones y talleres destacó el interés y aprecio por el tamal nejo.



Aprendizajes y beneficios.

1. Para los Estudiantes: Los estudiantes adquirieron un profundo conocimiento sobre la preparación y la importancia cultural del tamal nejo. La experiencia les permitió desarrollar habilidades prácticas y de presentación, así como interactuar directamente con el público, recibiendo retroalimentación valiosa.

2. Para el Público: Los asistentes aprendieron sobre la historia y el valor cultural del tamal nejo, lo que contribuyó a una mayor apreciación de la gastronomía tradicional mexicana. La oportunidad de participar en talleres prácticos les permitió conectar de manera más personal con la tradición culinaria.

3. Impacto Cultural: El evento ayudó a revitalizar el interés por el tamal nejo, promoviendo su preservación como un patrimonio cultural gastronómico. La interacción entre estudiantes y la comunidad fortaleció el vínculo entre la academia y la sociedad, mostrando el papel vital de la educación gastronómica en la preservación de las tradiciones culinarias. El evento de tamales nejos no solo celebró un platillo emblemático, sino que también proporcionó una valiosa experiencia educativa y cultural tanto para los estudiantes como para la comunidad en general.

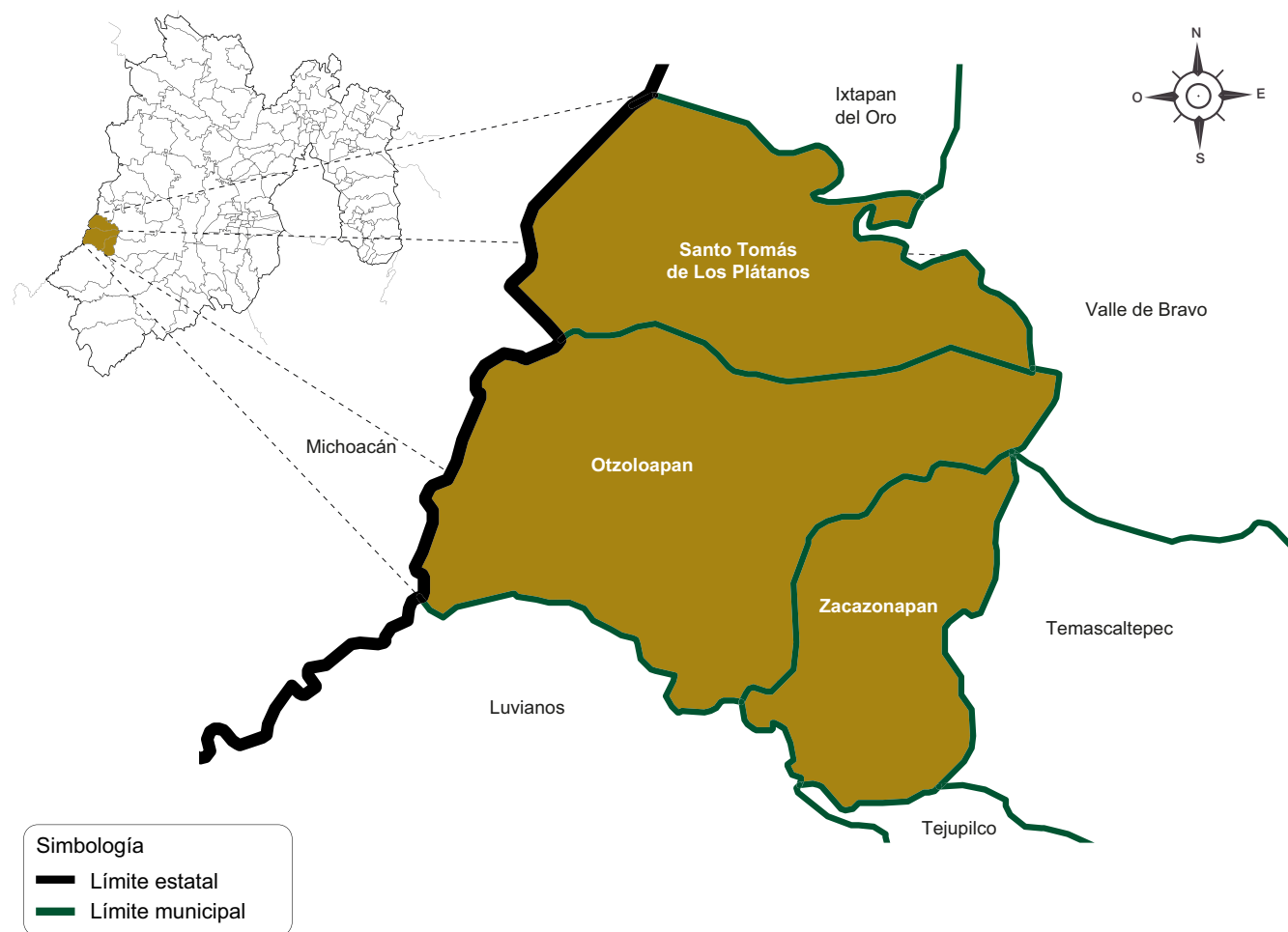
4. Feria del queso: Por último, la participación en la feria del queso añejo en Zacazonapan consistió en reunir en el kisoco del jardín central a quince cocineras que ofrecieron mole rojo con tamales nejos durante el evento, las cocineras montaron sus mesas desde las 8:00am cada cocinera elaboro alrededor de 200 tamales con el objetivo de que dicho platillo dejara una derrama económica para las cocineras y con esto incentivar a que su elaboración permee en generaciones más jóvenes.



4.3 Generalidades de la zona objeto de estudio (delimitación espacial del estudio).

La zona de las peñas se encuentra al sur del del Estado de México contempla al municipio de Oztoloapan y localidades de Zacazonapan y Santo Tomás de los plátanos. La zona se le denomina “de las peñas” debido a que está rodeado de peñascos como los tres reyes en Zacazonapan, la peña del fraile entre otras más.

Zona de Las Peñas



Fuente: Gómez G. (2024) Zona de Las Peñas.



En el caso de Otzoloapan cuenta con una población diversa y una economía basada principalmente en la agricultura y ganadería. Su nombre se deriva del náhuatl “Oceloapan”, que significa “en el río de los tigres”.

La comunidad de Otzoloapan tiene una rica historia que se remonta a la época precolombina, y ha conservado muchas tradiciones indígenas a lo largo de los años. La arquitectura colonial y las festividades tradicionales, como las celebraciones del Día de Muertos y la Semana Santa, reflejan la influencia española y la herencia indígena que coexisten en la región. La Iglesia de San Martín Obispo, construida en el siglo XVI, es un ejemplo destacado de la arquitectura colonial que aún se conserva en Otzoloapan.

La naturaleza desempeña un papel central en la vida de Otzoloapan. El municipio está rodeado de bosques de pino, una laguna conocida como “Laguna Negra” en la comunidad el Pinal de Marquesado y prismas conocidos como “La Guacamaya”, la economía de Otzoloapan se basa en gran medida en la agricultura, con cultivos como maíz, frijol, calabaza y jícama. La ganadería también es una actividad importante en la región.

En el caso de Santo Tomas de los Plátanos, el origen del municipio se remonta a la época prehispánica, siendo parte del imperio matlatzinca antes de la conquista española. El nombre “Santo Tomás” se debe al santo patrono Tomás Apóstol, mientras que “de los Plátanos” proviene de las numerosas plantaciones de plátano que existían en la región durante la época colonial (*Gobierno del Estado de México, 2021*). La economía del municipio se ha basado tradicionalmente en la agricultura, con cultivos como maíz, frijol, caña de azúcar y, por supuesto, plátano. Además, cuenta con una creciente actividad en el sector servicios y turismo, impulsada por sus atractivos naturales y culturales (*Secretaría de Turismo del Estado de México, 2022*).

Entre sus fiestas y tradiciones destacan las celebraciones religiosas, como la fiesta patronal en honor a Santo Tomás Apóstol y eventos culturales que incluyen danzas tradicionales y ferias artesanales (*Gobierno del Estado de México, 2021*). El patrimonio cultural de Santo Tomás de Los Plátanos es amplio y variado, con manifestaciones que incluyen la música, la gastronomía y las artesanías. La gastronomía local. Las comunidades de estudios colindantes con Zacazonapan son Santa María y Estancia Chica y por el lado de Santo Tomas de los Plátanos es Santa Bárbara y Zuluapan. Zacazonapan es un pintoresco municipio del Estado de México que se destaca por su rica historia y belleza natural. Situado en la región sur del estado, este lugar ofrece un ambiente tranquilo y lleno de tradiciones.



El nombre “Zacazonapan” proviene del náhuatl y significa “sobre el río de zacates” . Este municipio se caracteriza por su clima templado y sus abundantes recursos naturales, que incluyen ríos, montañas y una vegetación exuberante. La economía de Zacazonapan se basa principalmente en la agricultura y la ganadería, actividades que han sido fundamentales para el desarrollo de la comunidad.

5. RESULTADOS.

En cuestión de los resultados obtenidos para la valorización del tamal nejo en la zona de las peñas se utilizó la metodología SIAL, la cual arrojó lo siguiente:

Historia Oral.

Se elaboró una batería de preguntas de quince preguntas las cuales se realizaron mediante la elaboración de tamales nejos en casa de una de las informantes clave, se llevaron a cabo tres reuniones a las cuales se invitaban a diez cocineras de la zona, sin embargo solo acudían seis, que incluían a una cocinera y a uno de sus familiares, en cada una de las reuniones se realizaban tamales nejos mientras se llevaba a cabo la entrevista, esto con la finalidad de observar diferencias en la preparación y saberes, se participó activamente en la elaboración de tamales ya que las cocineras entraban en confianza y de esta forma fluía mejor la entrevistas.

Las quince preguntas que se les realizaron fueron las siguientes:

1. ¿Podrían contarme sus experiencias personales en la preparación y consumo de tamales nejos en sus familias y sus municipios?

Los tamales son mucho más que solo un plato; son una tradición arraigada en sus familias y comunidades. Desde que eran niñas, recuerdan que los tamales nejos eran una parte fundamental de sus celebraciones y momentos especiales. En sus familias, la preparación de los tamales nejos solía ser todo un evento. Todos se reunían en la cocina, desde los más pequeños hasta los mayores, para participar en el proceso de elaboración. Recuerdan con cariño cómo su abuela y madre compartían sus secretos de cocina mientras preparaban los tamales.

Cada familia tiene su propia receta especial para los tamales nejos. Utilizaban ingredientes frescos y de la zona, como el maíz recién molido, frijol criollo y calabacitas. Recuerdan el aroma que llenaba su casa mientras se cocinaban los tamales era muy especial. El momento más especial siempre llegaba cuando finalmente probaban los tamales recién cocidos. Toda



la familia junta alrededor de la mesa, compartiendo risas y saboreando cada bocado, era una experiencia que añoran profundamente.

Los tamales nejos no solo son una delicia para el paladar, sino que también representan la unión familiar y la herencia cultural que se ha transmitido de generación en generación. Las señoras refieren que actualmente siempre invitan a sus comadres o familiares para realizar los tamales, al finalizar los reparten de manera equitativa o los degustan en conjunto.

2. ¿Cómo fue que aprendió a preparar tamales nejos?

Aprendieron a preparar tamales nejos de la manera más tradicional posible: observando y ayudando a sus mayores en la cocina. Desde que eran niñas, siempre le llamao la atención el proceso de preparación de estos tamales. Sus abuela y madres fueron sus principales maestras. Ellas compartieron no solo las recetas y técnicas, sino también las historias y los recuerdos que se entrelazaban con esta tradición culinaria. Pasaban horas juntas en la cocina, desde la preparación de la masa hasta el relleno de las hojas de maíz y el proceso de cocción.

Cada vez que preparaban tamales nejos, era una oportunidad para aprender algo nuevo. Observaban con atención cada movimiento, cada medida de ingredientes y cada detalle en la preparación. Poco a poco, han ido adquiriendo experiencia y destreza en la elaboración de estos tamales.

Además de aprender de su familia, también tuvieron la oportunidad de participar en eventos comunitarios donde se preparaban tamales en grandes cantidades. Estas experiencias les permitieron aprender de diferentes estilos y técnicas de preparación, enriqueciendo aún más sus conocimientos sobre los tamales nejos.

Con el tiempo y la práctica constante, se han convertido en cocineras capaces de preparar tamales nejos con confianza y habilidad. Pero más allá de las habilidades culinarias. Su aprendizaje fue porque su mamá, abuela o suegra les enseñó desde niñas ya que al tener una celebración los hacían y entre más mujeres hubiera mucho mejor.

3. ¿Se ha transmitido de generación en generación?

La preparación de tamales nejos ha sido una tradición arraigada en sus familias y en muchas otras familias de la zona de las peñas. Desde tiempo atrás, esta práctica culinaria ha sido transmitida de madres a hijas, de abuelas a nietas, como parte fundamental de su herencia cul-



tural. Las señoras comentan que aprendieron a preparar tamales nejos de su abuela y madre, quienes a su vez lo aprendieron de las generaciones anteriores. Cada familia tiene su propia receta y técnica especial, y estas se han ido pasando de generación en generación, enriqueciéndose con el tiempo con pequeñas variaciones y secretos guardados con celo.

Además, esta tradición no solo se transmite dentro de las familias, sino también en la comunidad en general. En eventos comunitarios, fiestas y celebraciones, es común ver a varias generaciones reunidas en la cocina, compartiendo conocimientos y experiencias mientras preparan tamales juntos.

La transmisión de la preparación de tamales nejos de generación en generación no solo preserva nuestra herencia culinaria, sino que también fortalece los lazos familiares y comunitarios. Las señoras argumentan que a los hijos más jóvenes ya no les llama la atención aprender porque no se van a dedicar a la venta de tamales, debido al bajo costo que tienen y han migrado a otros municipios o países.

4. ¿Quiénes son las principales personas en su familia que participan en la preparación de tamales nejos en su familia?

En sus familias, la preparación de tamales nejos es una actividad que involucra a varias personas, pero hay algunas que juegan roles especialmente importantes:

La Matriarca: Por lo general, la abuela o la madre suelen ser las figuras centrales en la preparación de tamales nejos. Son quienes poseen la receta tradicional y la experiencia acumulada a lo largo de los años. Su conocimiento y liderazgo guían el proceso y aseguran que se sigan las técnicas adecuadas.

La Madre: Junto con la abuela, la madre desempeña un papel crucial en la preparación de los tamales. A menudo, ella es quien coordina y organiza el evento, asegurándose de que todos los ingredientes estén listos y de que el proceso se desarrolle sin contratiempos. Además, comparte su experiencia con las generaciones más jóvenes de la familia, enseñándoles las técnicas y secretos de la preparación de tamales.

Las Hijas: Las generaciones más jóvenes de la familia también desempeñan un papel activo en la preparación de tamales nejos. A medida que van creciendo, aprenden de sus mayores y se involucran cada vez más en el proceso. Ayudan en tareas como la limpieza de hojas de maíz, la preparación de ingredientes y el armado de los tamales, sin embargo, estos actores se



involucran por obligación más que por convicción debido a que no encuentran un valor sobre todo mercantil en este platillo. Las mujeres en su mayoría abuela, mamá, hijas y nueras es muy extraño que un hombre participe y si lo hace es en el acarreo de leña o el lavado de maíz.

5. ¿Existen tradiciones específicas relacionadas con la preparación de tamales nejos en su municipio? Si es así, ¿podrían compartir algunas de estas tradiciones?

Eventos Comunitarios: En ciertas épocas del año o en ocasiones especiales como fiestas patronales se organizan las familias para preparar tamales nejos en grandes cantidades. Estos eventos son una oportunidad para fortalecer los lazos comunitarios y compartir experiencias culinarias entre vecinos y amigos.

Eventos sociales: El tamal nejo viene a completar el acompañamiento que representa la tortilla en los moles que siempre están presentes en bautizos, quince años, graduaciones y bodas.

Molienda del Maíz: Una tradición común es la molienda del maíz para preparar la masa de los tamales. En algunos casos, las familias aún utilizan molinos tradicionales impulsados por la fuerza humana o animal para moler el maíz fresco. Esta actividad no solo es práctica, sino que también es un momento para la convivencia familiar y comunitaria.

Compartir Historias y Anécdotas: Durante la preparación de los tamales, es común compartir historias y anécdotas familiares. Estos momentos de convivencia son una oportunidad para transmitir tradiciones, valores y recuerdos entre las diferentes generaciones.

Degustación y Compartir: Una vez que los tamales están listos, se lleva a cabo una degustación donde se invita a familiares y amigos a probar los tamales recién cocidos. Este acto de compartir la comida es una forma de celebrar y fortalecer los lazos sociales.

6. ¿Qué importancia tiene la preparación de tamales nejos en eventos familiares, festividades o celebraciones en general?

Herencia Cultural: Los tamales nejos son parte de la identidad cultural y culinaria de la zona de las peñas. Preparar y consumir tamales nejos es una manera de preservar y transmitir las tradiciones de generación en generación, manteniendo vivas las costumbres y el patrimonio cultural.



Unión Familiar: La preparación de tamales nejos suele ser una actividad colaborativa que reúne a diferentes miembros de la familia. Es un momento para compartir experiencias, trabajar en equipo y fortalecer los lazos familiares. La elaboración de los tamales se convierte en un espacio de convivencia y conexión emocional.

Celebración y Conmemoración: Los tamales nejos suelen asociarse con eventos festivos y celebraciones importantes, como Navidad, Día de Muertos, bodas y cumpleaños. La elaboración y el consumo de tamales se convierten en parte integral de estas festividades, agregando un componente gastronómico significativo a las celebraciones.

Generosidad y Hospitalidad: En muchas familias de la zona de las peñas, compartir comida es un acto de generosidad y hospitalidad. Al preparar tamales nejos para eventos familiares o festividades, se demuestra afecto y consideración hacia los invitados. La comida se convierte en un medio para expresar amor, cuidado y respeto hacia los demás.

7. ¿Han notado algún cambio en las técnicas o ingredientes utilizados en la preparación de tamales nejos a lo largo del tiempo?

Sí han notado cambios ya que, a lo largo del tiempo, es común observar cambios en las técnicas y los ingredientes utilizados en la preparación de tamales nejos, aunque estas variaciones pueden ser sutiles y pueden depender en gran medida del lugar o la familia, los cambios más relevantes son:

Ingredientes: según la temporada y la disponibilidad de los ingredientes, sin embargo, anteriormente solo era la masa, posteriormente le han puesto ingredientes de la milpa como calabaza y frijol.

Técnicas de Cocinado: Con el avance de la tecnología y la disponibilidad de nuevos utensilios de cocina, es posible que las técnicas de cocinado de los tamales nejos evolucionen. Por ejemplo, algunas familias podrían optar por cocinar los tamales en ollas de cocción lenta en lugar de la cocción tradicional en vaporeras de barro o bien el molido del nixtamal era en metate y la cocción solo era al fogón hoy en día ya se usa el molino eléctrico y estufa que esta última cambia el sabor, pero acelera la cocción.



Variantes Regionales: Las señoras comentan que los tamales nejos provienen de Guerrero y que la variante en dicho estado es diferente a la de la zona ya que le agregan una flor llamada “chinula” que pinta al tamal como el azafrán a la paella y comba una leguminosa parecida al frijol que le da un toque especial.

8. ¿Cómo se han adaptado los métodos de preparación de tamales a los cambios en la vida moderna y han cambiado algunos de los ingredientes?

Las señoras comentan que los tamales se han adaptado de distintas formas, por ejemplo:

Simplificación de Procesos: En la vida moderna, donde el tiempo suele ser limitado, las cocineras tradicionales han simplificado algunos de los procesos de preparación de tamales. Por ejemplo, hoy en día usan masa de maíz ya preparada en lugar de moler el maíz fresco manualmente, lo que ahorra tiempo y esfuerzo.

Uso de Utensilios Modernos: A medida que han surgido nuevos utensilios de cocina y tecnologías, las señoras mencionan que han incorporado estos elementos en su proceso de preparación de tamales. Por ejemplo, usan vaporeras eléctricas en lugar de las tradicionales vaporeras de barro, lo que facilita el proceso de cocción o ya no hacen fogones de leña y los ponen a cocer en estufa.

La adaptación de los métodos de preparación de tamales a los cambios en la vida moderna ha implicado encontrar formas de mantener la esencia de la receta tradicional mientras se ajusta a las necesidades y preferencias del mundo contemporáneo. Para las señoras, esto ha significado incorporar nuevas técnicas, utensilios e ingredientes sin comprometer la autenticidad y el sabor característico de los tamales nejos.

9. ¿Existe alguna variante en cada municipio de la forma en que se preparan los tamales?

Sí, definitivamente la preparación de tamales puede variar significativamente de un municipio a otro, e incluso dentro de él. Cada familia tiene sus propias recetas tradicionales, ingredientes específicos y técnicas de preparación que han sido transmitidas de generación en generación. Estas variaciones pueden deberse a factores como la disponibilidad de ingredientes locales, las influencias culturales y las preferencias regionales, por ejemplo, la masa es similar, pero lo que cambia es que algunas le ponen ceniza de Tepehuaje, otras de cedro o de encino lo que si varea es la hoja ya que se puede con la de plátano o de milpa.



10. ¿Cómo han influido la televisión o redes sociales y los nuevos equipos de cocina para enseñar a sus hijas, nietas o nueras la elaboración de los tamales?

Mucho porque ya no quieren elaborar los tamales porque “el aparato” (*celular*) les quita mucho tiempo aunado las señoras destacan los siguientes puntos.

Simplificación excesiva: Algunos programas de televisión o videos en redes sociales pueden simplificar en exceso las recetas de tamales, omitiendo detalles importantes sobre ingredientes, técnicas o tiempos de cocción. Esto puede llevar a una falta de comprensión completa de la preparación tradicional de los tamales.

Pérdida de autenticidad: La influencia de las redes sociales a menudo promueve tendencias culinarias rápidas y estéticamente atractivas, lo que podría alejarse de las recetas tradicionales y auténticas de tamales. Esto puede resultar en una pérdida de la esencia cultural y gastronómica de esta preparación.

Dependencia de la tecnología: La disponibilidad de nuevos equipos de cocina, como vaporeras eléctricas, puede llevar a una dependencia excesiva de la tecnología en lugar de las técnicas manuales tradicionales. Esto podría resultar en una falta de apreciación por los métodos de preparación más tradicionales y en una menor habilidad para replicar la receta en caso de falta de acceso a estos equipos modernos.

Y las pauta que más sobre sale es la menor transmisión intergeneracional ya que la conveniencia de encontrar recetas en línea y la dependencia de dispositivos digitales para la cocina podrían reducir las oportunidades de aprendizaje directo de las generaciones mayores. Esto podría resultar en una pérdida de la transmisión intergeneracional de conocimientos y habilidades relacionadas con la elaboración de tamales.

11. ¿Qué problemas enfrenta para enseñar a las más jóvenes de su familia a realizar tamales?

La tecnología y redes sociales porque piensan que eso les deja algo, sin embargo, sobresalen otros seis puntos que son:



Falta de interés: Las jóvenes ya no están interesadas en aprender a hacer tamales debido a la disponibilidad de alimentos procesados o la influencia de la cultura moderna, que puede valorar la conveniencia sobre la cocina tradicional.

Falta de tiempo: Las tareas que dejan en la escuela y el exceso de tiempo que pasan en internet impiden encontrar tiempo para enseñar y aprender a hacer tamales.

Dificultad para seguir instrucciones: La elaboración de tamales es un proceso detallado y laborioso que requiere seguir cuidadosamente las instrucciones y técnicas transmitidas de generación en generación. Las jóvenes, muestran mucha distracción por lo que enfrentan dificultades para comprender y ejecutar correctamente estos pasos.

Pérdida de habilidades de cocina básicas: Debido al incremento de alimentos preenvasados y la disminución de la cocina casera, las jóvenes carecen de habilidades de cocina básicas necesarias para preparar tamales.

Distancia generacional y cultural: En algunos casos, muy jóvenes migran y el contacto con otra cultura gastronómica hace que pierdan interés por la cocina tradicional.

12. ¿Han participado en eventos o actividades comunitarias para enseñar a preparar tamales?

Para preparar tamales no se ha participado, en la zona de las peñas solo en Zacazonapan se lleva a cabo una venta de tamales nejos con lo que inauguró la feria, pero el evento se avoca solo a la venta mas no al aprendizaje.

Actualmente se están llevando a cabo talleres a preparatorias para que este saber-hacer permee en las nuevas generaciones.

13. ¿Qué importancia tiene para ustedes que sus hijas, nietas y nueras sepan la preparación de tamales en sus municipios?

Para la mayoría es algo importante porque es lo que a ellas les enseñó su mamá y cuando los hace le da mucha nostalgia, sin embargo, otra parte se va desmotivando a seguir enseñando por el uso de excesivo de celular por parte de hijos y nietos, enseñar a las generaciones más jóvenes la preparación de tamales no solo es importante para mantener viva la cultura y las



tradiciones locales, sino también para fortalecer los lazos familiares y fomentar habilidades de cocina tradicional de la zona.

14. ¿Han notado un interés creciente entre las generaciones más jóvenes en aprender a hacer tamales? ¿Por qué creen que esto ocurre?

Ya no quieren aprender lo que quieren es irse de los pueblos porque no ven un crecimiento económico. Las razones por las que se presentan estos cambios son disponibilidad de alimentos procesados ya que la facilidad generalizada de alimentos procesados y opciones de comida rápida, las jóvenes pueden optar por soluciones más convenientes en lugar de invertir tiempo y esfuerzo en la preparación de alimentos tradicionales como los tamales.

La influencia de la cultura popular incluidos los medios de comunicación y las redes sociales, han llevado a una mayor valoración de la comida rápida en lugar de las recetas tradicionales transmitidas por generaciones.

15. ¿Qué creen que se podría hacer para ayudar a la transmisión y preservación del saber hacer de los tamales en el futuro?

Los eventos gastronómicos son opciones que brindan las señoras para que los jóvenes se motiven a involucrarse en la preparación de tamales, estos eventos pueden incluir concursos de tamales, demostraciones en vivo y degustaciones, otra opción que ha sido atractiva es el uso de la tecnología, como uso de nuevos utensilios para la preparación y conservación del tamal aunado el uso de plataformas en línea, para difundir recetas y otros recursos relacionados con la preparación de tamales y por ultimo que la escuela también se interese por enseñar lo importante de los alimentos de la zona.



Observación participante:



Fotografía 1. Cenizas para nejo, Elaboración propia (2023).



Fotografía 2. Cocción del nejo Elaboración propia (2023).



Fotografía 3. Nixtamal nejo, Elaboración propia (2023).



Fotografía 4. Molido del nejo, Elaboración propia (2023)



Universidad Autónoma
del Estado de México



Fotografía 5. Montaje del tamal nejo, *Elaboración propia (2023).*



Fotografía 6. Entrevista Familia Pérez, *Elaboración propia (2023).*



Las entrevistas realizadas ayudaron al estudio, ya que se adoptó el método de historia oral como parte del enfoque metodológico para explorar y documentar las experiencias y narrativas de las informantes clave dentro de la zona de las peñas. A través de las entrevistas en profundidad con las informantes seleccionadas estratégicamente, se recopilaron relatos personales que abarcan diversas perspectivas sobre el saber - hacer, cambios sociales y dinámicas culturales. La metodología de historia oral permitió capturar de manera vívida las voces auténticas de las informantes, proporcionando una visión contextualizada del tamal nejo y como se ido pasando de generación en generación.

El análisis de los relatos y entrevistas reveló patrones de elaboración, contrastes generacionales y matices culturales que contribuyeron a una comprensión más rica y completa de la valorización del tamal nejo en la zona de estudio. Además, la utilización de la historia oral como método no solo permitió la preservación de las voces individuales, sino que también enriqueció la investigación al incorporar perspectivas subjetivas y vivencias personales, añadiendo profundidad y autenticidad a la comprensión del fenómeno estudiado en el trabajo terminal de grado.

La historia oral fue una herramienta fundamental para conocer el vínculo de la zona de las peñas con el tamal nejo, ya que el escuchar de viva voz a las cocineras contar como este platillo tienen un simbolismo desde lo emocional.

Genealogía.

En el marco de la presente investigación, se implementó el método genealógico como otra parte de la metodología para analizar la evolución y desarrollo de las estructuras familiares de la zona de las peñas respecto a la elaboración del tamal nejo. A través de la recopilación exhaustiva de datos genealógicos, se trazaron las conexiones históricas y las relaciones familiares a lo largo de varias generaciones. La aplicación de entrevistas detalladas permitió identificar patrones recurrentes, cambios significativos y factores socioculturales que influyeron en la elaboración y comercialización del tamal nejo. Este enfoque genealógico no solo proporcionó una comprensión profunda de las raíces del tamal nejo, sino que también facilitó entender como involucrar a las nuevas generaciones en la elaboración de este platillo.

El método genealógico demostró ser una herramienta valiosa para entender como permean aspectos como el saber-hacer, anclaje territorial y valorización en la comunidad de la zona de las peñas brindando así una perspectiva enriquecedora para la comprensión del objetivo de la presente investigación. La genealogía se realizó seleccionando a tres familias por medio de su



sazón, experiencia y recomendaciones de las personas de la zona, dichas familias colaboraron haciendo saber cómo han pasado este conocimiento de generación en generación, que obstáculos han tenido para que este platillo continúe con las nuevas generaciones y cuáles creen que sean los retos para una valorización del tamal nejo.

Para llevar a cabo la genealogía se realizaron diagramas para identificar hasta que generación de las tres familias identificadas para ser informantes clave de la investigación, ha llegado y como se ha ido permeando este saber-hacer entre las familias.

Genealogía Santo Tomás de Los Plátanos

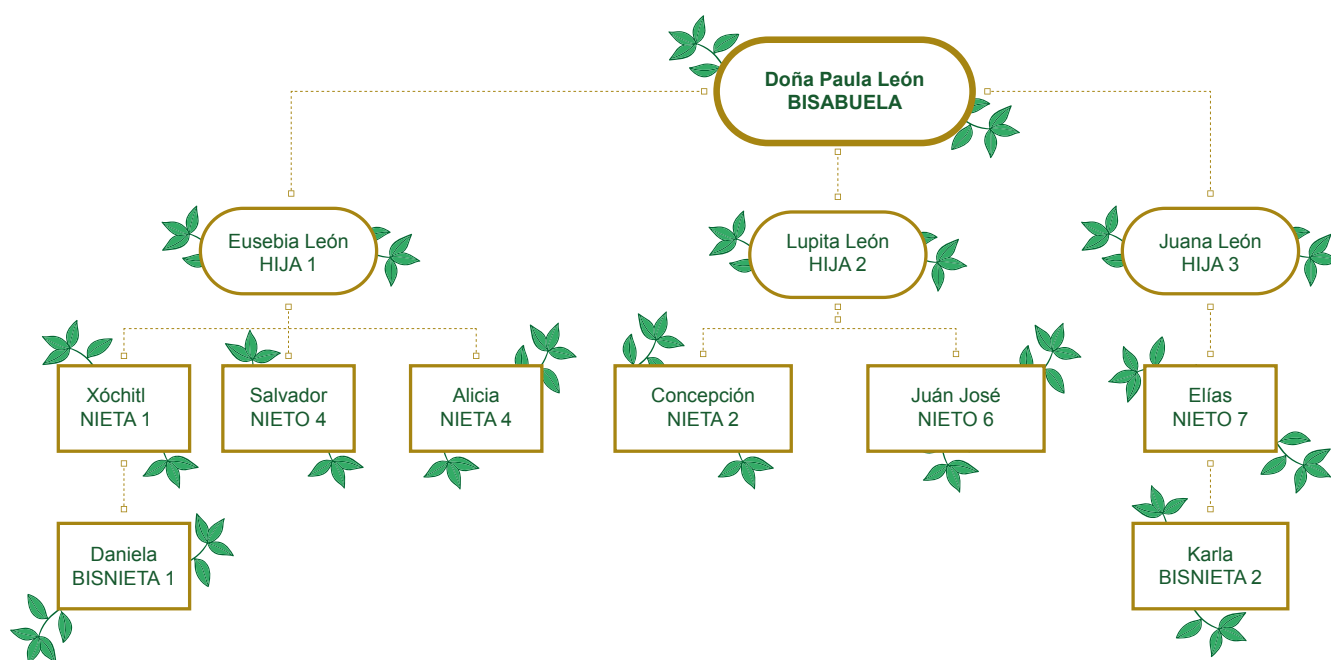


Figura 2 Genealogía familia León de Santo Tomás de Los Plátanos.

La familia León es una de las principales familias que realizan el tamal nejo en Santo Tomás, la que ha ido pasando la receta es Doña Paula (88 años) ella es de Arcelia, Guerrero y desde pequeña lo elabora a raíz de que las tortillas no los llenaban y para que se satisficieran mejor realizaban los tamales nejos, ella les enseñó a sus tres hijas (Eusebia, Lupita y Juana), a su



vez Eusebia ha enseñado a sus hijas pero solo la mayor (*Xóchitl*) es la que los prepara con más frecuencia, Lupita se fue a Estados Unidos desde chica y no le ha interesado pasar el saber-hacer a su única hija ya que esta ni siquiera conoce México y en el caso de su hijo le interesa un poco más por que trabaja en un restaurante pero solo una vez lo intentaron preparar pero por la falta de ingredientes no fue lo esperado, por otra parte Juana le ha enseñado a su nuera esposa de Pedro quien en conjunto con Xóchitl y Eusebia son las que atienden el molino único en la región que realiza masa de tamal nejo. Xóchitl ha intentado enseñar a su hija Daniela, pero le ha costado debido a que la señorita (*14 años*) no le interesa ya que tiene la intención de ir a Estado Unidos con su tía.

Genealogía Oztoloapan

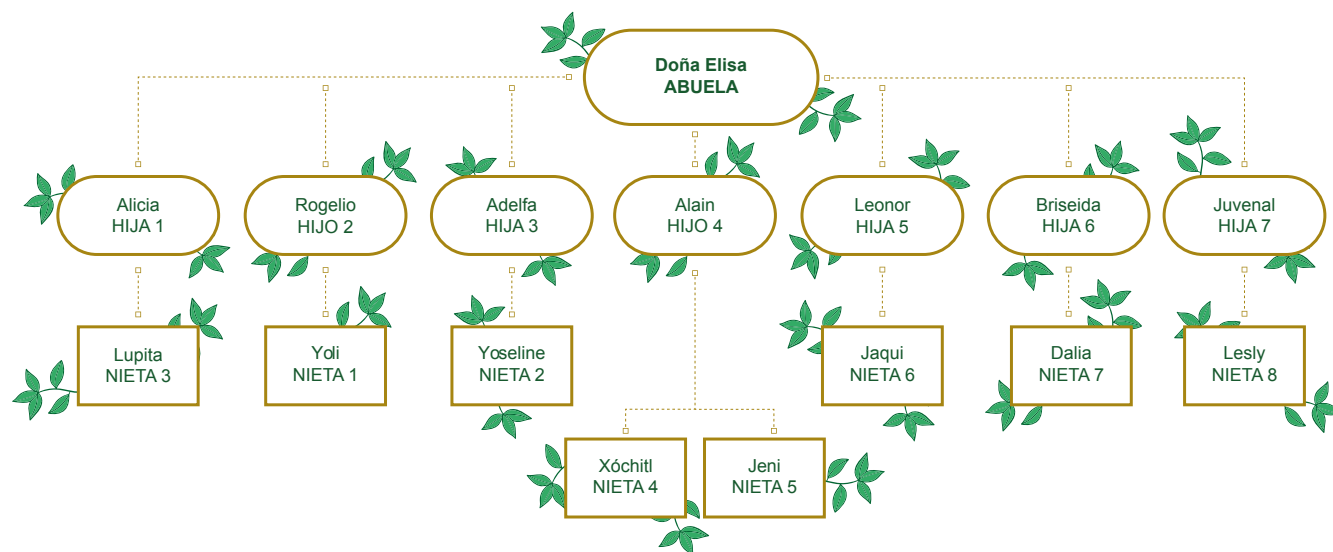


Figura 2 Genealogía familia Perez de Oztoloapan.

La familia de estudio del municipio de Oztoloapan tiene como peculiaridad que solo una de las nietas es la que continua haciendo tamales nejos, la señora Elisa le enseñó a sus cuatro hijas (*Briseida, Adelfa, Alicia y Leonor*) de ellas cuatro, solo dos han continuado con la elaboración del tamal nejo, hoy por hoy su hija Alicia vende tamales afuera de la iglesia para subsanar gastos familiares y la señora Adelfa los hace para festividades u ocasiones especiales, sus otras dos hijas migraron, una a Estados Unidos y la otra a Luvianos, debido a esto ya no tienen interés por la preparación de tamales nejos.

Genealogía Zacazonapan

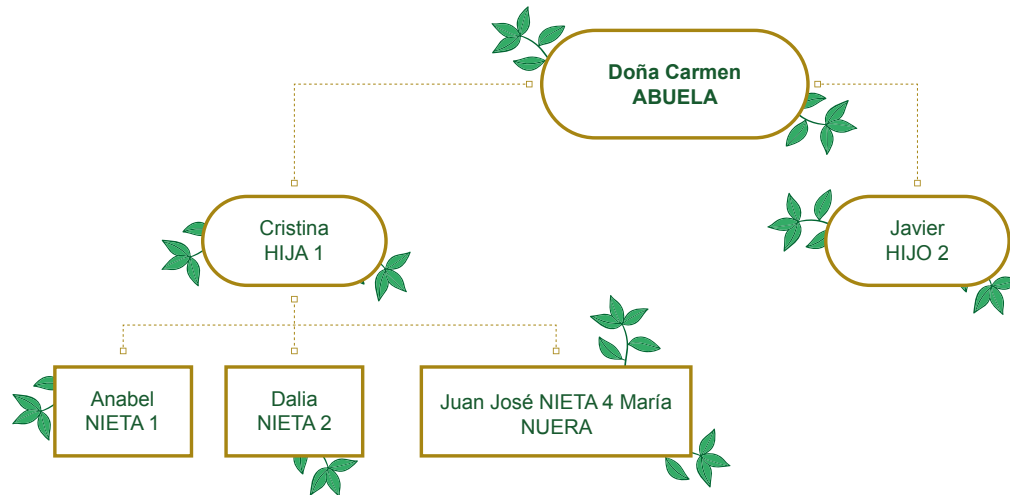


Figura 4 Genealogía familia Villafaña de Zacazonapan.

En el caso de la familia Villafaña, es una familia pequeña y curiosamente es el único hombre que se involucra en la realización del tamal nejo, la señora Carmen es la mamá de Cristina y Javier, en el caso del hombre es el que le apoyo a su mamá a la elaboración y venta, de hecho hoy en día es de los pocos hombres que se involucran en el proceso; Javier tiene como referencia a un personaje denominado “Lady tacos”, el menciona que como este personaje visibilizo los tacos de canasta, así Javier pretende llevar el tamal nejo a otros sitios.



Trayectoria tecnológica.

Esta etapa se llevó a cabo por medio de talleres en preparatorias de la zona de las peñas, los talleres se apoyaron de la genealogía para conocer como ha ido permeando la tecnología en la elaboración, usos de utensilios y métodos de conservación del tamal nejo, dichos talleres se llevaron a cabo de la siguiente manera:

1. Se dio una plática de valorización que cubrió aspectos como: ¿Qué es valorizar?, la importancia de valorizar y ganancias de valorizar.
2. Una vez que se ahondo en el último punto se cocina con los estudiantes tamales nejos y se les muestra como la tecnología ha permeado en los utensilios y métodos de conservación del tamal nejo, se les enseñó como se realiza el empaquetado al vacío y beneficios del mismo sin el uso de conservadores, para llevar a cabo este paso se solicitó equipo al Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo y en una ocasión sus laboratorios para que los estudiantes pudieran llevar el proceso con equipo especializado.

Cuando se acudió a las preparatorias se adquirió una empacadora al vacío de un costo bajo, con el objetivo de que los estudiantes también la pudieran adquirir y llevar su proceso en casa para poder realizar un posible emprendimiento. Para llevar a cabo el empaquetado al vacío se adquirieron tamales de marcas comerciales con la finalidad de hacer pruebas de sabor, presión del empaquetado al vacío.

Se ahonda en la conservación al vacío para una futura comercialización ya que la tecnología desempeña un papel fundamental en la optimización de los procesos de producción y en la mejora de la calidad y seguridad de los productos. En el caso específico de los talleres de tamales nejos envasados al vacío, la implementación de la trayectoria tecnológica ha fue un paso crucial para modernizar las prácticas tradicionales y alcanzar estándares más altos de eficiencia y competitividad en el mercado.

Una de las principales áreas donde se ha aplico la tecnología es en el proceso de envasado al vacío de los tamales nejos. Este método implica la eliminación del aire del empaque antes de sellarlo herméticamente, lo que ayuda a prolongar la vida útil del producto al prevenir la oxidación y la proliferación de microorganismos. La adopción de máquinas de envasado al vacío de última generación ha permitido aumentar la velocidad y la precisión del proceso, reduciendo así los tiempos de producción y minimizando el riesgo de contaminación cruzada.



Otro aspecto crucial en la aplicación de la trayectoria tecnológica en este taller fue el control de la temperatura y la humedad durante el almacenamiento y transporte de los tamales nejos envasados al vacío.

La utilización de hieleras y un monitoreo constante garantiza condiciones óptimas de conservación, manteniendo la frescura y la calidad del producto hasta su llegada al consumidor final. Esto no solo mejora la experiencia sensorial del cliente, sino que también reduce el desperdicio de alimentos al minimizar la pérdida de textura y sabor.

Comparativamente, los tamales empaquetados al vacío también han experimentado avances significativos gracias a la trayectoria tecnológica. Si bien comparten el mismo principio de envasado al vacío, los tamales empaquetados se diferencian en su proceso de elaboración y composición. Por lo general, estos tamales suelen ser precocidos y requieren menos manipulación durante la producción, lo que los hace más adecuados para la distribución a gran escala y el consumo instantáneo.

Sin embargo, la principal diferencia radica en la textura y el sabor. Los tamales nejos, elaborados con masa fresca y rellenos de ingredientes tradicionales, ofrecen una experiencia gastronómica más auténtica y satisfactoria en comparación con los tamales empaquetados, que tienden a ser más homogéneos en su textura y sabor. Aunque ambos tipos de tamales pueden beneficiarse del envasado al vacío en términos de conservación y conveniencia, los tamales nejos destacan por su calidad artesanal y su conexión con la tradición culinaria local.

La aplicación de la trayectoria tecnológica en los talleres de tamales nejos envasados al vacío pretende revolucionar los procesos de producción y mejorar significativamente la calidad y seguridad del producto final. A través de la modernización de equipos y la implementación de prácticas innovadoras, este taller es un referente en la industria alimentaria, ofreciendo a los consumidores tamales nejos de alta calidad que combinan lo mejor de la tradición con las ventajas de la tecnología moderna.

Gastro cadena.

El último paso de la metodología se basó en diseñar estrategias para darle al tamal nejo una valorización mercantil a través de su conservación al vacío y la comercialización dirigida a migrantes mexicanos, ofreciendo así una solución tanto a la preservación de la tradición culinaria como a las necesidades del mercado migratorio.



El tamal nejo, elaborado con masa de maíz rellena de diversos ingredientes como ejote, frijol y calabaza son una exquisitez gastronómica que ha perdurado a lo largo de generaciones. Sin embargo, su comercialización se ve obstaculizada por la pronta caducidad del producto y las dificultades logísticas para su distribución en áreas geográficas distantes.

Por otro lado, la comunidad migrante mexicana, especialmente en países como Estados Unidos, experimenta una fuerte nostalgia por los sabores y aromas de su tierra natal. La demanda de alimentos auténticos mexicanos entre esta población es significativa, y el tamal nejo se presenta como un producto altamente deseado que, lamentablemente, no siempre está al alcance de los migrantes debido a la falta de oferta local o la calidad variable de los productos disponibles.

Debido a estas pautas la gastro cadena se trabajó bajo los siguientes pasos:

1. Elegir la materia prima únicamente de la zona de las peñas como el maíz, frijol, calabazas y las hojas de plátano.
2. Elaboración de los tamales exclusivamente por cocineras tradicionales o jóvenes de la zona con el fin de que la derrama económica quede en la zona.
3. Implementar un proceso de conservación al vacío del tamal nejo que garantice su frescura y calidad durante períodos prolongados.
4. Apoyo para capacitar a jóvenes de preparatoria de la zona de las para elaboración de logotipos con aplicaciones de diseño.
5. Establecer una red de distribución por medio de e-commerce y otros medios dirigida a comunidades de migrantes mexicanos en el extranjero.

La conservación al vacío del tamal nejo se llevó a cabo mediante técnicas modernas de envasado que aseguran la eliminación del aire y la creación de un entorno hermético que prevenga la proliferación de microorganismos y el deterioro del producto. Este proceso se realizó en los laboratorios del Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo con la finalidad de usar equipo más especializado y conocer la presión correcta de empaquetado al vacío.

La distribución se planteó mediante una lluvia de ideas de los estudiantes que propusieron: organizar a través de canales comerciales establecidos en áreas con alta concentración de migrantes mexicanos, como tiendas especializadas en productos latinoamericanos, restaurantes mexicanos y plataformas de comercio electrónico.



Se priorizo la colaboración con pequeños productores locales de tamales nejos, fomentando así el desarrollo económico en la zona de las peñas. Se espera continuar con el seguimiento de la gastro cadena con el fin de que este proyecto genere impactos significativos tanto a nivel económico como social.

La propuesta de la gastro cadena desde un punto de vista social y cultural, fortaleció el sentido de pertenencia y la identidad entre la comunidad migrante mexicana de la zona de las peñas, ya que se entrevistó a cinco migrantes y se les planteo la idea de comprar tamales nejos y coincidieron que comprarían el platillo ya que contribuiría a apoyar a los pobladores de la zona de las peñas y mantener vivas sus tradiciones.

El proyecto de valorización mercantil del tamal nejo mediante la conservación al vacío y la venta dirigida a migrantes represento una oportunidad única para fusionar la riqueza de la gastronomía de la zona de las peñas con las necesidades y demandas del mercado globalizado. Al preservar y promover este platillo emblemático, ya que no solo se impulsan actividades económicas locales, sino que también se fortalece el vínculo emocional y cultural de los migrantes con su tierra natal. Este proyecto no solo se trata de tamales; es un puente que une a las personas a través del sabor y el amor por la comida tradicional.

6. DESARROLLO Y PRODUCTOS DE LA INTERVENCIÓN.

El desarrollo del presente trabajo de investigación se realizó basándose en tres estrategias principales:

1. Identificar el saber-hacer del tamal nejo: La historia oral y la genealogía fue parte fundamental para llevar a cabo estos pasos, las actividades que se realizaron fueron entrevistas que permitieron tener un acercamiento con las principales familias de la zona, esta herramienta fue de gran ayuda para conocer las raíces del tamal nejo y hacerlo saber a las generaciones más jóvenes, mediante pláticas que ayudaron a entender a jóvenes de preparatoria y universidad él porque es importante valorizar el tamal nejo.
2. Definir estrategias de valorización para el tamal nejo: Se establecieron distintas estrategias para la valorización entre las que destacan talleres, participación en concursos, realización de eventos gastronómicos, intervención en programas de radio y participación en congresos. Se brindaron talleres a estudiantes de preparatoria y universidad en los que se les mostro una parte innovadora de valorizar al tamal nejo mediante el envasado al vacío del tamal, en dichos talleres se les enseñó a manejar la presión de la empacadora para que su tiempo de caducidad sea más amplio sin utilizar conservadores, a los estudiantes se les



mostro el proyecto “itacate” que consiste en la venta de productos artesanales por comercio electrónico y con una pauta a futuro de poner una tienda física, esto con el fin de mostrar ejemplos que pueden llevar a cabo para obtener un valor mercantil. Otro taller que se realizó fue con productores de la zona, dicho taller fue dirigido a turistas en su mayoría de la Ciudad de México en donde se les enseñó la elaboración del tamal nejo de forma artesanal y ellos interactuaron en dicha actividad, esto con el objeto de que personas ajenas a la zona conozcan los tamales, su historia y elaboración. La participación en concursos fue la primera motivación que tuvieron las cocineras tradicionales para dar a conocer el tamal nejo ya que se invitó a participar a la señora Adelfa Reyes quien junto con su hija participaron en el concurso “A que sabe la patria”, evento que gestiona la Dirección General de Culturas Populares, Indígenas y Urbanas, cuyos objetivos fueron:

- 1.1 Fortalecer la salvaguardia de la cultura alimentaria y la biodiversidad del territorio mexicano, reconociendo y visibilizando los saberes, prácticas y tradiciones de las culturas indígenas, afromexicanas y populares vinculados a la producción, preparación y consumo de alimentos que han sido creados, cuidados y transmitidos por generaciones.
- 1.2 Promover la transmisión de saberes familiares, conocimientos y valores alimenticios a las nuevas generaciones.
- 1.3 Incentivar el conocimiento y uso de ingredientes locales que den cuenta de la riqueza de la biodiversidad de nuestro país.
- 1.4 Subrayar la importancia social, ritual y colectiva de las culturas alimentarias, así como su contribución al bienestar y salud de las comunidades.
- 1.5 Desarrollar la vocación del proyecto Chapultepec, Naturaleza y Cultura como un espacio de inclusión y vinculación con las y los portadores de las culturas alimentarias, para visibilizar los saberes y prácticas en torno a la alimentación como un patrimonio vivo.
- 1.6 Preservar nuestras semillas nativas, su libre intercambio y prácticas de soberanía y seguridad alimentaria.

La participación consistió en grabar un video de la elaboración del tamal nejo y enviar la receta para que los platillos seleccionados pudieran exponerse en el complejo cultural de los pinos, aunado de una remuneración económica, la señora Adelfa se le asignó folio de participación llegando hasta las semifinales, esto provocó un poco de frustración, sin embargo, se le motivó y decidió participar el siguiente año si la dirección lanza la convocatoria.



El evento gastronómico consistió en realizar una expo con los productos más representativos de la zona de las peñas, dicho evento será organizado por estudiantes del Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo, se montará un stand del tamal nejo para que externos conozcan este platillo y difundirlo fuera de la zona de estudio.

La intervención en programas de radio aportó a la difusión del platillo, ya que se participó en un programa de radio denominado “Sabores Mexiquenses” que hace referencia a la identidad gastronómica de las etnias originarias del Estado de México y a lo que su gastronomía se refiere, el episodio en el que se participó abordó Valle de Bravo bastión de la etnia mazahua, se hizo referencia a la gastronomía de este municipio y a su vez se abordó el tema del tamal nejo, participando dos cocineras la señora Adelfa Pérez y Libia Bustamante con capsulas en tenor a la preparación del platillo y creencias a la hora de la preparación, este programa se escuchó en todo el Estado de México por lo que se espera que los radioescuchas puedan tener la noción de lo que es el tamal nejo y dar la pauta a que tengan la curiosidad de probarlos.

Por último, se participó en congresos como el tercer congreso del nodo turismo-gastronomía “Cocina Mexiquense”, en el noveno congreso de “turismo comunitario: un nuevo equilibrio entre naturaleza, turista y anfitrión”, en el Simposio de investigación gastronómica organizado por el TESOEM y en el tercer congreso nacional y I congreso internacional “miradas críticas y construcciones alternativas para los espacios rurales” IV congreso internacional del nodo educativo productivo turismo-gastronomía con la ponencia con la ponencia “valorización del tamal nejo”, dichas ponencias sirvieron para difundir en lugares ajenos a la zona de estudio el tamal nejo y que nuevas generaciones conozcan este platillo.

Difundir al menos una estrategia para su valorización.

Las estrategias que se usaron para su valorización fueron la expo del tamal nejo donde se dio a conocer a gente externa de la zona este platillo, el concurso “A que sabe la patria” fue otra estrategia cuya finalidad fue que las cocineras de la zona vieran como ojos externos percibían un platillo que para ellas era tan simple y para otros fue una total revelación, estas estrategias permitieron una valorización tanto interna como externa, esto debido a que la gente de la comunidad no veía algo de relevancia en este platillo y los externos ni siquiera tenían idea la existencia de este platillo.



Eje transversal.

La interculturalidad emerge como un elemento fundamental en la investigación de los tamales nejos en la zona de las peñas, dado el rico mosaico de tradiciones y culturas presentes en esta región. En este contexto, el estudio no solo busca comprender la receta y la técnica de preparación de este plato emblemático, sino también reconocer y valorar las diversas influencias culturales que se han unido en su evolución a lo largo del tiempo. Desde las prácticas culinarias prehispánicas hasta las aportaciones de las comunidades, la interculturalidad se manifiesta en cada ingrediente, gesto y relato asociado al tamal nejo.

Al adentrarse en las historias orales y genealogías de las familias locales, la investigación revela la interacción dinámica entre diferentes actores culturales que han coexistido en la zona de las peñas como la etnia matlazinca e inmigrantes del estado de Guerrero estas narrativas transmiten no solo el conocimiento sobre la preparación del tamal nejo, sino también las relaciones interculturales tejidas a través del intercambio de saberes y prácticas culinarias a lo largo de las generaciones. La interculturalidad se manifiesta, así, como un hilo conductor que une las historias individuales en una red de experiencias compartidas y enriquecedoras.

Además, la investigación reconoce la importancia de la interculturalidad en la valorización y preservación del patrimonio gastronómico local. Al promover el diálogo intercultural y el respeto por las diferentes tradiciones culinarias presentes en la zona, se fomenta una mayor apreciación y comprensión del tamal nejo como un símbolo de identidad cultural. Esta perspectiva intercultural no solo enriquece el estudio académico del tamal nejo, sino que también fortalece los lazos comunitarios y la conexión social en la región.

En última instancia, la investigación de los tamales nejos en la zona de las peñas representa un ejemplo de cómo la interculturalidad puede ser un instrumento para la construcción de un conocimiento más inclusivo y contextualizado. Al reconocer las múltiples influencias culturales que convergen en la elaboración de este platillo tradicional, se abre paso a una mayor comprensión y aprecio por la diversidad cultural presente en la región.

7. DISCUSIÓN.

La investigación sobre la valorización del tamal nejo en la zona de las peñas, Oztoloapan, Estado de México, representan un paso significativo hacia la preservación y promoción de esta tradición culinaria. A continuación, se presenta una discusión profunda sobre los resultados obtenidos y las implicaciones para la gestión y fomento de la gastronomía tradicional mexicana.



Los puntos clave de la discusión son:

1. Importancia de la preservación de la gastronomía tradicional: Se resalta la relevancia de conservar y promover la gastronomía tradicional mexicana, en este caso, el tamal nejo, como parte fundamental de la identidad cultural y patrimonio culinario de la región. La investigación demuestra cómo la valorización de estas prácticas culinarias patrimoniales contribuye a su reconocimiento y continuidad en el tiempo.
2. Involucramiento de las nuevas generaciones: Se discute el papel crucial de involucrar a las generaciones más jóvenes en la transmisión y valorización de los saberes y técnicas relacionados con la preparación del tamal nejo. A través de estrategias como talleres en preparatorias y la participación en eventos gastronómicos, se busca garantizar la continuidad de esta tradición culinaria y su potencial económico para las comunidades locales.
3. Generación de valor mercantil: Se analiza cómo la implementación de estrategias de valorización, como el envasado al vacío del tamal nejo y la creación de proyectos comerciales como “itacate”, contribuyen a generar un mayor valor mercantil para este platillo tradicional. Estas iniciativas no solo promueven su comercialización, sino que también fomentan el emprendimiento local y la diversificación de las fuentes de ingresos para los pobladores y cocineras tradicionales.
4. Desafíos y oportunidades: Se abordan los desafíos encontrados durante el proceso de investigación, como la recopilación de información detallada de informantes clave y la implementación de estrategias de valorización en un contexto cultural específico. Asimismo, se identifican oportunidades para seguir fortaleciendo la cadena de valor de la gastronomía tradicional, como la colaboración con instituciones educativas, la participación en eventos gastronómicos y la promoción de productos artesanales.

La investigación destaca la importancia de valorizar y preservar la gastronomía tradicional mexicana, específicamente el tamal nejo, como una forma de promover la identidad cultural, el desarrollo económico local y la continuidad de las tradiciones culinarias en la región de las peñas, Otzoloapan.

8. CONCLUSIONES.

Tras el estudio sobre la valorización del tamal nejo en la zona de las peñas, Otzoloapan, Estado de México, se han obtenido resultados significativos que contribuyen a la preservación y difusión de la gastronomía tradicional mexicana. A continuación, se presentan las conclusiones más relevantes derivadas de esta investigación:



En primer lugar, se ha demostrado que el tamal nejo no solo es un platillo tradicional, sino que también representa un importante elemento cultural y social en la región de las peñas. A través de la recopilación de historias orales y la participación de cocineras locales, se ha evidenciado la importancia de este platillo en eventos familiares, festividades y celebraciones, así como su transmisión de generación en generación.

Además, se ha identificado un cambio generacional en la preparación y consumo de tamales nejos. Mientras que las mujeres mayores continúan preservando las técnicas tradicionales, se observa una disminución en el interés de las generaciones más jóvenes debido a factores como la migración y la falta de incentivos económicos en la actividad culinaria tradicional.

Por otro lado, los talleres realizados en colaboración con instituciones educativas y organizaciones locales han permitido difundir el conocimiento sobre el tamal nejo, tanto en la comunidad como entre turistas interesados en la gastronomía regional. Estas iniciativas han contribuido a valorar y promover este platillo emblemático fuera de su ámbito tradicional.

En este contexto, la organización de una feria del tamal nejo se presenta como una oportunidad única para incentivar la participación y el interés de las generaciones más jóvenes en esta tradición culinaria.

La realización de una feria del tamal nejo no solo permitiría promover la valorización de este platillo ancestral, sino que también fomentaría la interacción entre diferentes generaciones, facilitando la transmisión de conocimientos y técnicas tradicionales de preparación. Este evento gastronómico se convertiría en un espacio de encuentro donde los jóvenes podrían aprender de las cocineras tradicionales, conocer la historia y el proceso de elaboración del tamal nejo, y experimentar de primera mano la riqueza cultural que encierra este platillo.

La investigación sobre la valorización del tamal nejo en la zona de las peñas ha proporcionado información valiosa para comprender la importancia cultural, social y gastronómica de este platillo en la región. Se destaca la necesidad de continuar promoviendo y preservando las tradiciones culinarias locales, involucrando a diferentes actores y generaciones en la valorización de la gastronomía tradicional mexicana.

Este estudio representa un paso importante hacia la salvaguarda y difusión del patrimonio culinario de la zona de las peñas, contribuyendo a enriquecer la identidad cultural y promover el aprecio por las tradiciones gastronómicas locales.



9. REFERENCIAS CONSULTADAS

- Aceves, P. (2005). *Voices from the Shadows: Testimonies of Victims of Armed Conflict*. University of Texas Press.
- Banco de México. (2020). *Informe anual de exportaciones 2019*. Recuperado de <https://www.banxico.org.mx/informacion-para-la-prensa/comunicados/banxico/en-el-2020/comunicado20200325a.html>
- Brown, A. (2021). *Genealogy and Technology: A Perfect Match*. *Genealogical Journal*, 45(2), 123-136.
- Castro, E. (2019). *Historia de los tamales: de la antigüedad al presente*. Ediciones Históricas, Lima.
- Cervantes-Hernández, E., Navarro-Olivos, E., y Aguilar-Gutiérrez, A. (2017). *Valor nutricional del tamal de maíz (Zea mays L.), cocido y sin cocer, en la Ciudad de México*. *Agronomía Mesoamericana*, 28(3), 609-622.
- Consejo de Promoción Turística de México. (2019). *Turismo gastronómico en México*. Recuperado de <https://www.visitmexico.com/contenido/por-que-mexico-es-conocido-por-su-gastronomia>
- De Jesús Contreras, D., Ramírez De La, I. L., & Thomé Ortiz, H. *Entre el desarrollo y la apropiación cultural*. Apuntes para el debate sobre la valorización de alimentos emblemáticos.
- Fernández, L. (2021). *Tamales: técnicas culinarias y recetas de México*. Ediciones Culinarias, Ciudad de México.
- Ferrándiz, F. (2008). *Migraciones y cultura oral en América Latina*. Siglo XXI Editores.
- Flores-Mejía, R.C. (2014). *Beneficios nutrimentales del tamal en la alimentación de la población mexicana*. *Revista De Investigación y Desarrollo Tecnológico Para La Industria Alimentaria*, 5(1), 89-96.
- Flores-Pérez, L.A. (2013). *El tamalito de frijol: un símbolo de bienestar*. *Patrimonio Cultural y Natural del Estado de México*, 105-113.



- García, M. (2018). *Puesta en valor de la gastronomía local*. Revista de Estudios Gastronómicos, 15(2), 45-62.
- García, P. (2017). *La cocina en la construcción cultural y la identidad de los pueblos*. Temas de historia y cultura culinaria, 1(2), 3-14.
- Gómez, R., et al. (2020). *Maíz criollo y tamales en comunidades rurales de Bolivia*. Agricultura y Sostenibilidad, 5(2), 43-57.
- Gómez, A. (2018). *“Impacto de la tecnología en la cocina mexicana”*. Revista de Gastronomía, 15(2), 45-60.
- González-Chávez, M.C., Waked-Razo, G.W., y Lira-Saade, R. (2016). *Tamal: alimentos de producción local. Estudio de caso en comunidades campesinas del Estado de México*. Agricultura, sociedad y desarrollo, 13(2), 179-190.
- González, R., & Rangel, J. A. (2018). *Tamales y atole, saberes y sabores en una tradición culinaria de México*. Revista Mexicana de Investigación Educativa, 23(79), 693-713.
- Gutiérrez, D. (1995). *The Tortilla Book*. University of New Mexico Press.
- Hernández, S. R. (2018). *Diagnóstico de los usos, la distribución y características dasométricas del árbol cirrián (crescentia alata kunth) en el municipio de Pungarabato, Guerrero, México*. polibotánica, (45).
- Hernández, C. (2010). *“Influencia de la colonización en la cocina mexicana”*. Historia de la Alimentación, 8(3), 123-140.
- INEGI. (2018). Maíz en México. Recuperado de http://internet.contenidos.inegi.org.mx/contenidos/productos/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/integracion/sociodemo/otros_temas/clasificaciones/200709/702825070694.pdf
- Johnson, C. (2020). *Exploring Genealogical Sources*. Historical Research, 55 (3), 289-305.
- Jones, M. (2018). *The Genealogical Method: Tracing Family History*. Journal of Genealogy Studies, 12(4), 421-435.
- López, J. (2020). *La valorización de la gastronomía como patrimonio cultural*. Journal of Culinary Studies, 8(1), 30-48.



- López, M., & Ramírez, C. (2019). *Sabores de tradición: diversidad de tamales en América Latina*. *Revista de Gastronomía y Cultura*, 15 (1), 73-89.
- López Morales, J. (2018). *Valorización de la gastronomía mexicana*. *Revista de Gastronomía y Cultura*, 22(1), 45-60.
- López, R. (2008). *La cocina prehispánica en el México antiguo*. *Historia Mexicana*, 58(2), 351-384.
- Macías, A. (2018). *El Sabor de la Historia: Los tamales*. *Arqueología Mexicana*, 26 (155), 40-47.
- Martínez, A., & Pérez, J. (2018). *Tamales y festividades tradicionales: una mirada etnográfica en México*. *Revista de Antropología Social*, 27(2), 145-160.
- Martínez, L. (2021). "Sostenibilidad en la fabricación de utensilios de cocina". *Journal of Sustainable Design*, 30(4), 287-302.
- Martínez, S. (2019). *Valorización mercantil de los productos gastronómicos*. *Revista de Economía y Gastronomía*, 5(3), 112-129.
- Marx, K. (1867). *El Capital: Crítica de la Economía Política*. Editorial Siglo XXI.
- Morales, E. (2015). *La construcción cultural de la gastronomía mexicana*. *Causa Cultural*, 1(1), 1-13.
- Noriega, M. (Director). (2017, octubre). *Los tamales en México, Panorama visual*. *Arqueología Mexicana*, 76, 8-82.
- Okely, J. (1983). *The Anthropology of Learning in Oral Cultures*. Berghahn Books.
- Ortega, D. (2012). *Historia de la gastronomía mexicana: de la época prehispánica a nuestros días*. *Gourmet*, 231-238.
- Osorno, G. C., Rodríguez, L. F., Monserrat, V. G. M., Agordo, L. M., & Vázquez, C. S. (2021). *Voces del maíz, diálogo de saberes: Array*. PLAZA PÚBLICA. *Revista de Trabajo Social*, (25), 173-193.



- Pérez, A. (2021). *Patrimonio gastronómico: entre la tradición y la innovación*. *Patrimonio Cultural*, 18(4), 75-91.
- Pilcher, J. M. (2012). *Planet Taco: A Global History of Mexican Food*. Oxford University Press.
- Portelli, A. (1991). *The Death of Luigi Trastulli and Other Stories: Form and Meaning in Oral History*. State University of New York Press.
- Ramírez, C. (2017). *Los sabores de la tradición: Tamales en México*. *Artes de México*, 124, 61-67.
- Ramírez, G., & Díaz, S. (2022). *Tamales y cohesión social en festividades comunitarias*. *Revista de Sociología Cultural*, 30(3), 201-218.
- Rodríguez, L. (2017). *Saberes de la gastronomía: una perspectiva histórica*. *Historia de la Alimentación*, 12(1), 58-73.
- Rodríguez, C., & Pérez, L. (2020). *Valorización de la gastronomía mexicana desde una perspectiva de sustentabilidad*. *Revista de Estudios Sociales*, 40(1), 142-159.
- Santiago, M., González, R., & Pérez, A. (2019). *Valorización de la gastronomía mexicana como atractivo turístico*. *Turismo y Desarrollo*, 31(2), 78-94.
- Smith, A. (1776). *La Riqueza de las Naciones*. Editorial Alianza.
- Smith, J. (2005). *“Utensilios prehispánicos en México”*. *Arqueología Mexicana*, 18(1), 34-47
- Smith, P. (2019). *Genealogy as Historical Inquiry*. *History Today*, 69(7), 56-61.
- Thompson, P. (1978). *The Voice of the Past: Oral History*. Oxford University Press.
- UNESCO. (2010). Traditional Mexican cuisine. Retrieved from <https://ich.unesco.org/en/RL/traditional-mexican-cuisine-ancestral-ongoing-community-culture-the-michoacn-paradise-ancestral-cooking-processes-in-michoacn-00400>
- Vicente, G. P. S. (2000). *Repertorio de Tamales*.



Universidad Autónoma
del Estado de México

10. ANEXOS.

Constancias de participación en eventos.



Primera ponencia titulada "Valorización del tamal nejo en el municipio de Otzoloapan" dirigida a estudiantes de las licenciaturas en turismo y gastronomía y docentes del Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo.



Universidad Autónoma
del Estado de México

Constancia de participación en el 3er congreso del nodo turismo gastronomía.





Universidad Autónoma
del Estado de México

Convocatoria del concurso “A que sabe la patria”.

**¿A QUÉ SABE
LA PATRIA?**

Convocatoria 2024

LOS PINOS

DIRECCIÓN GENERAL
DE CULTURAS POPULARES
INDÍGENAS Y URBANAS

Cencalli
CENTRO DE CULTURA Y LA CULTURA ALIMENTARIA

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político.
Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa.

CIUDAD DE MÉXICO



CULTURA
SECRETARÍA DE CULTURA

CHAPULTEPEC
NATURALEZA Y CULTURA

[f](https://www.facebook.com/chapultepec.cultura) [@](https://www.instagram.com/chapultepec.cultura) [v](https://www.youtube.com/channel/UC...) [chapultepec.cultura.gob.mx](https://www.chapultepec.cultura.gob.mx)



FACULTAD DE
TURISMO Y
GASTRONOMÍA



¿A qué sabe la patria?

La Secretaría de Cultura, a través de la Dirección General de Culturas Populares, Indígenas, Urbanas y Cencalli, La Casa del Maíz y la Cultura Alimentaria, con apoyo del proyecto prioritario Chapultepec, Naturaleza y Cultura, invita a cocineras y cocineros a participar en el concurso a las mejores recetas de México: ¿A qué sabe la patria?

Las culturas alimentarias, expresadas en las tradiciones familiares del campo y de las comunidades, han sido resultado de la amalgama de los productos endémicos mexicanos, que llegan desde la tierra hasta nuestros platos como son el maíz, el cacao, el chile, el jitomate, la vainilla, el frijol o el aguacate y tantos otros, en prácticas y contextos infinitos. Estos saberes, que son herencia de México y sus sembradores, muestran el diverso sabor de la patria y merecen ser reconocidos, compartidos y difundidos.

1. Objetivos

- 1.1** Fortalecer la salvaguardia de la cultura alimentaria y la biodiversidad del territorio mexicano, reconociendo y visibilizando los saberes, prácticas y tradiciones de las culturas indígenas, afromexicanas y populares vinculados a la producción, preparación y consumo de alimentos que han sido creados, cuidados y transmitidos por generaciones
- 1.2** Promover la transmisión de saberes familiares, conocimientos y valores alimenticios a las nuevas generaciones.
- 1.3** Incentivar el conocimiento y uso de ingredientes locales que den cuenta de la riqueza de la biodiversidad de nuestro país.
- 1.4** Subrayar la importancia social, ritual y colectiva de las culturas alimentarias, así como su contribución al bienestar y salud de las comunidades.
- 1.5** Desarrollar la vocación del proyecto Chapultepec, Naturaleza y Cultura como un espacio de inclusión y vinculación con las y los portadores de las culturas alimentarias, para visibilizar los saberes y prácticas en torno a la alimentación como un patrimonio vivo.
- 1.6** Preservar nuestras semillas nativas, su libre intercambio y prácticas de soberanía y seguridad alimentaria.



2. Bases de participación

2.1 Categoría individual

2.1.1 Podrán participar de forma individual cocineras y cocineros residentes en la República mexicana con una receta que tenga como base productos e ingredientes de la alimentación tradicional mexicana, sobre todo, endémicos, es decir, originarios del territorio donde se habita.

2.2 Categoría colectiva

2.2.1 Podrán participar colectivos de cocineras y cocineros residentes en la República mexicana con una receta que tenga como base productos e ingredientes de la alimentación tradicional mexicana, sobre todo, endémicos. Los colectivos deberán estar integrados por un mínimo de 3 y un máximo de 7 personas, quienes deberán nombrar a un representante.

2.3 Sólo se podrá participar con una propuesta en cualquiera de las dos categorías.

2.4 De la receta

2.4.1 En las dos categorías, la receta deberá tener como base las semillas e ingredientes característicos de la alimentación tradicional mexicana, como el maíz, la calabaza, el amaranto, el nopal, el chile, el jitomate, el haba, el frijol, los hongos, los quelites, el cacao, el aguacate, el mezquite, la guanábana, el maguey, la vainilla y cualquier otro que sea representativo de una comunidad o localidad, en especial los endémicos.

2.4.2 En ambas categorías, los participantes deberán enviar la receta por escrito y acompañarla de un video en el que se muestre el proceso de preparación. La receta podrá presentarse en cualquiera de las 68 lenguas indígenas o en español.

2.4.3 La receta escrita podrá ser redactada en procesador de textos o a mano. En el caso de presentar una receta en lengua indígena, se debe acompañar con su traducción al español.

2.4.4 En la categoría individual, la receta deberá incluir nombre del participante, edad, domicilio particular (estado, alcaldía o municipio, barrio, colonia o localidad), nombre de la receta y, en su caso, nombre de la lengua indígena en la que se presenta.

2.4.5 En la categoría colectiva, la receta deberá incluir nombre de la agrupación, nombre del o de la representante, nombres de los integrantes del grupo o colectivo,



edades, domicilio del representante (estado, alcaldía o municipio, barrio, colonia o localidad), nombre de la receta y nombre de la lengua indígena en la que se presenta, en su caso.

- 2.4.6 En ambas categorías se deberán especificar los ingredientes (señalando cantidades), se deberá dar una descripción y el desarrollo de la preparación, así como sugerencia de consumo.
- 2.4.7 El video deberá describir el proceso de preparación y deberá tener un máximo de 15 minutos de duración. Es importante que muestre detalles, como origen de los ingredientes, los procesos de preparación de la receta, cómo la aprendieron, en qué contexto o festividad se realiza, los utensilios empleados y otros elementos que se consideren importantes.
- 2.4.8 Las grabaciones podrán realizarse con cualquier dispositivo móvil (teléfono celular, tableta, cámara digital) y en cualquier programa de edición. Se sugiere hacerlo en formato horizontal. Por motivos de derechos de autor, los videos no deben acompañarse de música o de cualquier otro elemento que pueda comprometer su difusión.

3. Proceso de inscripción

3.1 Los participantes deberán inscribirse en el formulario de registro: <https://bit.ly/Aquesabelapatria>, que estará habilitado a partir del viernes 2 de junio hasta el viernes 14 de julio de 2023, a las 23:59 h (tiempo del Centro). Una vez realizado el registro deberán descargar el acuse.

3.2 Los participantes deberán enviar en formato digital la siguiente documentación obligatoria para las dos categorías, que deberá ser legible, al correo electrónico culturaalimentaria@cultura.gob.mx; en el caso de la categoría colectiva, deberán, además, designar a un representante para realizar el proceso:

- a. Acuse de registro de inscripción.
- b. Identificación oficial (INE, pasaporte, cédula profesional). En el caso de ser menor de edad, deberá enviarse credencial con fotografía del concursante e identificación oficial del padre, madre o tutor.
- c. Clave Única de Registro de Población (CURP).
- d. Comprobante de domicilio particular con antigüedad máxima de dos meses (estado, alcaldía o municipio, barrio u colonia).
- e. Teléfono de contacto (incluir al menos tres opciones para su contacto).



- f. Correo electrónico de contacto.
- g. Carta de autorización de uso del material audiovisual. Puede usar la siguiente carta muestra.
- h. En el caso de la participación colectiva, deberán incluir un escrito en el que se dé cuenta de la designación del representante y la aceptación del resto de los integrantes (incluir nombres, firmas, edad, domicilio particular y CURP). El representante será el o la responsable de la comunicación y, en el caso de resultar ganadora la propuesta presentada, será a quien se le transfiera el monto del premio correspondiente.
- i. Receta en formato escrito, si es en lengua indígena, deberá incluir su traducción al español.
- j. Video de la preparación: deberá subirse a las plataformas de YouTube o Vimeo, y enviarse el enlace para su visualización.

3.3 En el caso de no enviar la documentación completa o que no se pueda acceder a los videos o a cualquier documento, la postulación será descalificada.

3.4 Se considerarán formalmente inscritos los y las participantes que cumplan con el envío de la documentación requerida y el registro del formulario. Dicha inscripción la confirmarán las instancias convocantes mediante el envío de un folio de participación por correo electrónico.

3.5 En el caso de resultar seleccionados dentro de los finalistas, los participantes deberán proporcionar la Cédula de Identificación Fiscal (CIF) o Constancia de Situación Fiscal y Estado de Cuenta Bancario en el que sea legible el nombre del beneficiario y la clabe interbancaria, así como verificar que la cuenta bancaria esté activa y habilitada para recibir el monto del premio a que se hagan acreedores. Es importante contar con dichos documentos y con la verificación de la cuenta, ya que de ello dependerá la entrega de los premios previstos en la convocatoria

4. Proceso de selección

4.1 La Secretaría de Cultura, a través de la Dirección General de Culturas Populares, Indígenas y Urbanas y de Cencalli, designará un comité dictaminador conformado por especialistas en la disciplina de reconocida trayectoria y, además, por un representante de la Secretaría de Cultura federal y un representante de la Secretaría de Cultura de la Ciudad de México, quienes seleccionarán las propuestas finalistas y los acreedores a los premios, así como las menciones honoríficas.



4.2 La decisión del comité dictaminador será inapelable e inobjetable. Los concursantes no recibirán retroalimentación por parte del comité sobre su desempeño en ninguna etapa de la presente convocatoria.

4.3 Los casos no previstos referentes al proceso de selección serán resueltos por el comité dictaminador.

4.4 El comité dictaminador elegirá diez recetas finalistas por categoría, las cuales serán dadas a conocer el jueves 17 de agosto de 2023 a través de las redes sociales de la Secretaría de Cultura.

4.5 Las recetas finalistas serán recreadas por los participantes en el Complejo Cultural Los Pinos, en la Ciudad de México, del 26 al 28 de septiembre de 2023, para ser calificadas por el comité dictaminador.

4.6 Los participantes de la categoría individual tendrán la opción de ser acompañados por una persona, quien les podrá apoyar en la elaboración de la receta. No se podrá elegir a ninguna otra persona para acudir en su representación.

4.7 En el caso de la categoría colectiva, el representante podrá ser acompañado por dos personas pertenecientes al colectivo, que podrán contribuir a la preparación del platillo. No se podrá elegir a ninguna otra persona que no pertenezca al colectivo para acudir en su representación.

4.8 En el caso de las recetas de ambas categorías que requieran adelantar procesos en la preparación, podrán ser apoyadas por cocineras tradicionales de la Ciudad de México. Para tal efecto, previamente se acordará con los participantes los procesos de elaboración, ingredientes a utilizar y, en su caso, la solicitud de aquellos que sean de difícil adquisición o que sólo se produzcan en la localidad del participante.

5. Premios

5.1 El comité dictaminador determinará los premios que podrán recibir las cocineras, cocineros y colectivos o grupos de cocinas que resulten seleccionados como finalistas, de acuerdo con la categoría y etapa:



Primera etapa

Los participantes seleccionados como finalistas de ambas categorías podrán recibir un premio de hasta \$28,000.00 (veintiocho mil pesos 00/100 M.N.), dependiendo de su lugar de procedencia y número de personas, con el fin de que asistan al Complejo Cultural Los Pinos, en la Ciudad de México, para recrear sus recetas y que el comité dictaminador las califique. Lo anterior de acuerdo con lo establecido en los numerales 4.5, 4.6 y 4.7 de la presente convocatoria.

Segunda etapa

El comité dictaminador, después de calificar las recetas, otorgará los siguientes premios:

Categoría individual

- a. Primer lugar de \$90,000.00 (noventa mil pesos 00/100 M.N.)
- b. Segundo lugar de \$70,000.00 (setenta mil pesos 00/100 M.N.)
- c. Tercer lugar de \$50,000.00 (cincuenta mil pesos 00/100 M.N.)
- d. Siete premios de \$28,000.00 (veintiocho mil pesos 00/100 M.N.) cada uno

Categoría colectiva

- a. Primer lugar de \$160,000.00 (ciento sesenta mil pesos 00/100 M.N.)
- b. Segundo lugar de \$125,000.00 (ciento veinticinco mil pesos 00/100 M.N.)
- c. Tercer lugar de \$90,000.00 (noventa mil pesos 00/100 M.N.)
- d. Siete premios de \$33,000.00 (treinta y tres mil pesos 00/100 M.N.) cada uno.

5.2 Se podrán otorgar hasta 15 menciones honoríficas por categoría, mismas que recibirán un reconocimiento por parte de los convocantes.

5.3 Las instituciones convocantes darán a conocer, en su momento, la fecha del acto de premiación, que se realizará en el Complejo Cultural Los Pinos.

5.4 Los participantes seleccionados como finalistas que no acudan a recrear sus recetas al Complejo Cultural Los Pinos en la Ciudad de México no tendrán derecho al premio correspondiente.

6. Restricciones

6.1 No podrán participar personas y grupos beneficiados en la emisión anterior de la convocatoria.



6.2 No podrán participar trabajadores de la Secretaría de Cultura federal ni de la Secretaría de Cultura de la Ciudad de México, ni personas relacionadas con éstas hasta en segundo grado de consanguinidad.

6.3 No procederá la inscripción a esta convocatoria de las postulaciones que no cumplan con los requisitos expuestos en la presente convocatoria.

6.4 En ninguna circunstancia se otorgarán prórrogas.

7. Consideraciones generales

7.1 Todas las recetas que participen en la convocatoria serán susceptibles a ser difundidas en las redes sociales de la Secretaría de Cultura, de la Dirección General de Culturas Populares, Indígenas y Urbanas, y de Cencalli, Casa del Maíz y la Cultura Alimentaria.

7.2 Se elaborará un recetario para su publicación con las 20 recetas finalistas y las menciones honoríficas.

7.3 Para recibir los premios, los participantes y los representantes de las agrupaciones deberán comprometerse a la entrega, en tiempo y forma, de la documentación solicitada, así como de la firma de la documentación necesaria para el proceso.

7.4 Los participantes del concurso son exclusivos propietarios de sus derechos de autor; sin embargo, bajo los términos de la presente convocatoria, deberán autorizar el uso de los materiales a la Secretaría de Cultura para divulgar, fijar, editar y reproducir por cualquier medio su obra, sin fines de lucro, misma que formará parte del acervo documental de los convocantes.

7.5 La participación en el concurso implica el conocimiento y la aceptación de todas las bases de esta convocatoria.

7.6 Los casos no previstos en la presente convocatoria serán resueltos por la Secretaría de Cultura.



8. Periodo de recepción y resultados

8.1 La recepción de las recetas se llevará a cabo a través del formulario [https://bit.ly/ Aquesabelapatria](https://bit.ly/Aquesabelapatria).

8.2 La presente convocatoria queda abierta a partir del viernes 2 de junio y la fecha límite para la recepción de propuestas será el 14 de julio de 2023, a las 23:59 h (tiempo del Centro).

8.3 Los resultados de las recetas finalistas y las menciones honoríficas se darán a conocer el 17 de agosto de 2023 en los sitios web y en las redes sociales de la Secretaría de Cultura y la Dirección General de Culturas Populares, Indígenas y Urbanas.

8.4 La recreación de las recetas se realizará de forma presencial del 26 al 28 de septiembre de 2023 en el Complejo Cultural Los Pinos, en la Ciudad de México.

8.5 Los resultados finales se darán a conocer el 29 de septiembre del presente, a través de las redes sociales de la Secretaría de Cultura.

8.6 Las cocineras y cocineros tradicionales podrán vender los platillos finalistas del concurso durante la Celebración del Día del Maíz e Intercambio de Semillas a partir del viernes 29 de septiembre y hasta el domingo 1 de octubre en el Complejo Cultural Los Pinos / Mercado El Solar.

8.7 En materia de transparencia y protección de datos personales, la información proporcionada por los postulantes será confidencial y de uso exclusivo para los fines de esta convocatoria, rigiéndose por lo previsto en la normatividad correspondiente.

8.8 Para más información, las personas interesadas podrán comunicarse a la

Dirección General de Culturas Populares, Indígenas y Urbanas

Av. Paseo de la Reforma 175, piso 12, esq. Río Támesis, Col. Cuauhtémoc, alcaldía

Cuauhtémoc, C.P. 06500, Ciudad de México

Tel. 55 41 55 02 00, ext. 9358

Horario de atención: lunes a viernes, de 9 a 18 h

Correo electrónico: culturaalimentaria@cultura.gob.mx



Universidad Autónoma
del Estado de México

Folio de participación del concurso “A que sabe la patria”

Concurso a que sabe la patria ▶ Recibidos x ↕ 🖨 📧

xiomara lucia martinez mendez 14 jul 2023, 7:43 p.m. ★
Buenas tardes, envío documentación para el concurso con la receta de "tamal nejo" teléfonos de contacto: Xiomara Martínez: 712 20 37 930 Jocelyn Gómez: (830) 35

Convocatoria alimentaria <culturaalimentaria@cultura.gob.mx> 24 jul 2023, 2:45 p.m. ★ 😊 ↶ ⋮
para mí ▼
Estimada, el folio asignado es el 207

Programa de Preservación y Fortalecimiento de la Cultura Alimentaria
Paseo de la Reforma 175, col. Cuauhtémoc
C.P. 06500, alcaldía Cuauhtémoc, CDMX
Teléfono: 55 1455 0200 ext. 9358
Dirección General de Culturas Populares, Indígenas y Urbanas
Dirección de Programas Regionales y Prioritarios

De: xiomara lucia martinez mendez <luca.martinez.mdz@gmail.com>
Enviado: viernes, 14 de julio de 2023 07:43 p. m.
Para: Convocatoria alimentaria <culturaalimentaria@cultura.gob.mx>
Asunto: Concurso a que sabe la patria

Publicidad para talleres dirigidos a turistas de Valle de Bravo, Estado de México.

M.I.L. HUERTAS

TALLER SABORES DEL SUR

**TAMALES NEJOS
DEL ESTADO DE MÉXICO Y
PRODUCTOS ORGÁNICOS**

24 de febrero, 9:00 hrs.
Mil Huertas, San Bartolo Amanalco, Estado de México.

IMPARTE
Chef Xiomara Lucía Martínez Méndez

INCLUYE
| Desayuno de bienvenida | Taller de tamales nejos |
| Taller de productos orgánicos | Comida |



Universidad Autónoma
del Estado de México



Anexo, fotografía 7. Taller de tamales nejos, Elaboración propia (2024).



Anexo, fotografía 8. Preparación para el taller de tamales nejos, Elaboración propia (2024).



Universidad Autónoma
del Estado de México



Anexo, fotografía 9. Preparación por parte asistentes en el taller de tamales nejos, *Elaboración propia* (2024).



Anexo, fotografía 10. Participación en el programa de radio mexiquense “sabores mexiquenses”, *Ponce, F.* (2024).



Universidad Autónoma
del Estado de México

Voces Sociales Mexiquenses

NÚMERO DE PROGRAMA:	04	FECHA:	VIERNES 10 DE MAYO, 2024 11:30 A 12:00 HORAS
PRODUCTORES:	Hugo Dueñas Metepec AM	CONDUCTORES:	Dra. Arlén Sánchez Valdés
INVITADOS Y COLABORADORES:	<p>Chef Libis Delfina Ortega Bustamante, jefa de división de la licenciatura en gastronomía del Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo, Maestra en Gestión de la Cocina Tradicional Mexicana y experta en cocina Vallesana.</p> <p>Lic. Xiomara Lucía Martínez Méndez, Maestrante en Gestión de la Gastronomía Tradicional Mexicana</p>		
TEMA:	TAMALES, TORTILLAS Y OTROS PRODUCTOS DERIVADOS DE LA MILPA: UN LEGADO ANCESTRAL EN VALLE DE BRAVO.		
VIVO GRABADO PODCAST	GRABADO		

LOS CINCO SABORES MEXIQUENSES

BLOQUE UNO

PRODUCCIÓN	ENTRADA	TIEMPO DE DURACIÓN
CONDUCTORA	<p>Qué tal, buenos días.</p> <p>Bienvenidos una vez más a Los Cinco Sabores Mexiquenses, una propuesta de alumnos y profesores de la Facultad de Turismo y Gastronomía de la Universidad Autónoma del Estado de México, para conocer la rica y valiosa comida mexiquense.</p> <p>Soy Arlén Sánchez, maestra e investigadora de la Facultad de Turismo y Gastronomía y el día de hoy los llevaremos a visitar un municipio del Sur del Estado de México donde convive la tradición y modernidad.</p> <p>Valle de Bravo, bastión Mazahua, es sin duda alguna un municipio con un encanto singular desde sus callejones pintorescos, deportes de aventura y su gastronomía que es el resultado de la fusión de sabores tradicionales mexicanos con influencias de la cocina internacional esto, ya que encontramos desde pizzas al horno y, pastas italianas debido a su popularidad como destino turístico pero también encontramos tacos o esquites camarón del callejón del hambre; la comida vallesana sin temor a equivocarme sacia todos los paladares y gustos debido a que podemos encontrar restaurantes de cocina contemporánea o un sencillo puesto de antojitos.</p> <p>Para hablar de este tema.</p>	<p>10 min.</p>
ENTREVISTADO(A)	<p>Libis: ¿cuáles son platillos distinguen a la cocina vallesana?</p> <p>¿Qué elementos distinguen a la cocina vallesana?</p> <p>¿Qué productos ha adaptado y arraigado la cocina Vallesana?</p>	
CONDUCTORA	<p>Sobre esto, vamos a escuchar a la señora Adelfa Pérez cocinera tradicional de Valle de Bravo, quien nos comparte su experiencia preparando comida en este municipio...</p>	
PRODUCCIÓN	<p>ESTRA TESTIMONIO</p>	<p>1 min</p>





BLOQUE DOS

PRODUCCIÓN	ENTRADA	TIEMPO DE DURACIÓN
CONDUCTORA	Nos acompaña también la Chef Xiomara, quien actualmente está realizando una investigación muy interesante sobre el tamal nejo, un platillo que muy pocas personas fuera de esta localidad conocen, ¿podrías compartirnos cómo conociste este platillo y qué fue lo que te llamó más la atención de él?	
ENTREVISTADO (A)	Hola, que gusto estar el día de hoy con ustedes, les cuento como llega el tamal nejo a mi vida, yo lo conocí hace aproximadamente 10 años en el municipio de otzoloapan y para mí fue una revelación, aun recuerdo ese aroma al salir de la vaporera era algo glorioso, desde ese día me comenzó a llamar mucho la atención y justo me percate que este platillo es muy típico en la zona sur del Estado de México y norte del estado de Guerrero, de hecho al poco tiempo de conocerlos en el estado de México tuve la oportunidad de conocerlos gracias a una gran amiga la variante de Guerrero y en esa ocasión se reafirmó mi pasión por el tamal nejo y era algo muy curioso porque yo estaba extasiada por el sabor de los tamales y las personas de la zona me veían muy extrañados ya que para ellos es un alimento tan común que no entendían cual era mi gran sorpresa al degustar un alimento tan cotidiano para ellos	
CONDUCTORA	¿Qué singularidad tiene este tamal en comparación con los demás?	
ENTREVISTADO (A)	Sin lugar a duda tiene muchas, una de las principales es la nixtamalización ya que se lleva a cabo con cenizas del mismo fogón donde las señoras cocinan o bien de árboles como encino o Tepehuaje ya que este ingrediente le da ese sabor tan peculiar que lo podría describir como ahumado. Otra particularidad son sus acompañamientos ya que es muy común comerlos con mole rojo o bien con queso fresco, crema y una salsa de molcajete que a mi gusto es un manjar, sin embargo también existen personas que los degustan con mole verde por ejemplo en Guerrero este mole es a base de pepita y en el valle es más parecido a una salsa por que le hechan lechuga, hoja de rabano entre otros ingredientes de la zona que le dan un sabor único. Otra singularidad que me encanta es la que le hace honor a los productos de la milpa ya que el ingrediente principal es el maíz, sin embargo su relleno puede ser con calabazas, frijol, ejote o por ejemplo en Guerrero los preparan con combas que es parecido a un frijol grande y con chinula parecido al azafrán que es lo que hace que queden pintos y de hecho gente de la zona asocian el nejo con el color del tamal pero la realidad es que el nejo viene del nahuatl nextli que significa ceniza	10 min.
CONDUCTORA	¿Este tamal se consume en alguna festividad o hace alusión a alguna feria?	
	En todas, ya que en casa evento social boda, bautizo, XV años, etc los tamales son el principal acompañamiento, por ejemplo en la feria del queso de Zacazonapan alrededor del kiosco se ponen varias señoritas vendiendo tamales y a las 12 del día ya terianron su venta, en el valle festividades como la del 12 de diciembre es muy común encontrar puestos de tamales nejos con mole o el 2 de octubre con la fiesta de San Francisco de Asís, en Navidad es otra fecha donde muchos migrantes regresan y el platillo estrella para recibirlos es el tamal nejo, así que sí el tamal nejo en un platillo con gran simbolismo por que es el sinónimo de reunir familias, celebrar uniones, festejar cumpleaños y todo lo que haga alusión a fiesta el tamal nejo estará presente Una de las personas que me ha enseñado más sobre este delicioso platillo es la señora Libia Bustamante, quien nos contará algunos saberes sobre el tamal nejo.	
PRODUCCIÓN	ENTRA CÁPSULA UNO	1 min



BLOQUE TRES

PRODUCCIÓN	ENTRADA	TIEMPO DE DURACIÓN
CONDUCTORA	Libis, Xiomara, un último comentario sobre el tema de hoy....	3 min.
ENTREVISTADO (A)	Responden.... Justo como menciona la chef Libis la importancia de la fusión culinaria es vital ya que no solo se enfoca a un ámbito internacional si no nacional tal es el caso del tamal nejo, que la fusión del Estado de Guerrero con el Edo Méx ha generado un platillo con un sabor tan singular como lo es el tamal nejo, con ese ahumado tan peculiar y sin dejar al lado sus fieles acompañantes como lo son el mole verde y rojo de la zona sur del estado y valle de bravo	
CONDUCTORA	Estamos casi llegando al fin de semana y es la oportunidad perfecta para visitar Valle de Bravo y aprovechar para conocer más acerca de todo lo que hemos platicado el día de hoy... Gracias Libis, gracias Xiomara, gracias a nuestro productor Hugo Dueñas, a Verónica Valdés, jefa de la emisora 1600 AM Metepec y en general a toda la producción de Mexiquense Radio que hace posible este programa. Para cualquier duda, comentario, pregunta, contáctenos a través del correo loscincosaboresmexiquenses@gmail.com no olviden sintonizarnos todos los viernes a las 11:30 AM, a través de las seis emisoras de Mexiquense Radio. Y el próximo domingo, en punto de las 10 de la mañana, escuchen Explorando las mil puertas, el programa de Voces Sociales Mexiquenses, hecho por niños y para niños. Veremos el mundo a través de sus ojos. Por las seis estaciones de Mexiquense Radio. No se lo pierdan. Nosotros, nos escuchamos el próximo viernes, hasta entonces...	
PRODUCCIÓN	RUBRICA DE SALIDA	

Escaleta del programa de radio "Sabores mexiquenses".



Anexo, fotografía 11. Participación de estudiantes del Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo en exposición gastronómica de tamales. Elaboración propia (2024).



Universidad Autónoma
del Estado de México



Anexo, fotografía 12.-Stand de tamales del exposición gastronómica por parte de estudiantes del Tecnológico de Estudios Superiores de Valle de Bravo. Elaboración propia (2024).



Anexo, fotografía 13. Montaje del tamal nejo en expo gastronómica, Elaboración propia (2024).



Universidad Autónoma
del Estado de México



Anexo, fotografía 14. Inauguración del Evento gastronómico, *Elaboración propia* (2024).



Anexo, fotografía 15. Taller de envasado al vacío, *Ortega L.* (2024).



Anexo, fotografía 16. Elaboración de mole en taller, *Elaboración propia.* (2024).



Universidad Autónoma
del Estado de México



Anexo, fotografía 17. Venta de tamales en la feria del queso, Zacazonapan, Elaboración propia. (2023).



Anexo, fotografía 18. Expo-feria 34° del queso añejo, Zacazonapan, Elaboración propia. (2023).



Universidad Autónoma
del Estado de México



Anexo, fotografía 19. Venta del tamales nejos con moles rojo en la Expo-feria 34° del queso añejo, Zacazonapan, Elaboración propia. (2023).