

Construção da Cultura Alimentar Mexicana

The Mexican Food Culture Construction

Rodrigo Rossetti Veloso¹, Neide Kazue Sakugawa Shinohara², Maria do Rosário de Fátima Padilha², Masayoshi Matsumoto³.

¹Instituto Federal de Pernambuco, IFPE

²Universidade Federal Rural de Pernambuco, UFRPE.

³Faculdade Maurício de Nassau, UNINASSAU.

Rodrigo.rossetti@cabo.ifpe.edu.br ; NeideShinohara@gmail.com; padilhamrf@gmail.com;
m.masayoshi@yahoo.com.br

Resumo. A alimentação humana é regida por valores geográficos, religiosos e fatos históricos. Esses valores modelam a cultura alimentar, levando a percepções e adoção de atributos sensoriais próprios e o México é um exemplo de país com imensa riqueza vegetal e animal, surgindo a culinária crioula, que em contato com estabelecida gastronomia dos espanhóis, conheceu outros alimentos e técnicas culinárias europeias, adaptou e propiciou o surgimento da gastronomia mestiça mexicana. Posteriormente ainda sofreu influência da culinária norte americana, batizada de cultura culinária Tex-Mex e hoje reconhecida mundialmente como importante exemplo de hibridização da cozinha ancestral ameríndia com forte influência europeia e norte americana, tão apreciada e fonte do turismo culinário no México.

Palavras-chave: México, Gastronomia Mexicana, Tex-Mex.

Abstract. Human food is governed by geographical, religious and historical values. These values model food culture, leading to perceptions and adoption of its own sensory attributes and Mexico is an example of a country with immense vegetable and animal richness. Thus arises the Creole cuisine, which in contact with established gastronomy of the Spaniards, has known other European food and culinary techniques, adapted and propitiated the emergence of Mexican mixed-race cuisine. Later still suffered influence from North American cuisine, dubbed tex-mex culinary culture and now recognized worldwide as an important example of hybridization of Ancient Amerindian cuisine with strong European and North American influence, much appreciated and source of culinary tourism in Mexico.

Key words: México, Mexican Gastronomy, Tex-mex.

1. Introdução

Alimentar-se é um ato humano tão frequente e íntimo. O homem, ao incorporar os alimentos, faz o mesmo ascender ao auge da interioridade e assim provocar sensações gustativas. O vestuário e os cosméticos estão apenas em contato com o corpo, enquanto os alimentos devem ultrapassar a barreira oral, sendo introduzidos e se tornando parte da substância íntima. Há então, por essência, alguma gravidade ligada ao ato de incorporação: a alimentação é o domínio do apetite e do desejo, do prazer, mas também da desconfiança, incerteza e ansiedade (FISCHLER, 2001).

Na antropologia, a cultura pode ser entendida como um sistema simbólico, ou seja, um conjunto de mecanismos de controle, planos, receitas, regras e instruções que governam o comportamento humano. Esses símbolos e significados são partilhados entre os membros do sistema cultural, assumindo um caráter público e, portanto, não individual ou privado. Desse sistema fazem parte também os hábitos alimentares, de modo que nenhum alimento está livre das associações culturais que a sociedade lhes atribui, determinando aquilo que se come e se bebe, o comestível e o não comestível (GEERTZ, 1979; BRAGA, 2004), formando-se deste a cultura alimentar, que é constituída pelos hábitos alimentares em um domínio em que a tradição e a inovação têm a mesma importância (MINTZ, 2001).

Em muitos sistemas culturais, o gosto e o olfato identificam e hierarquizam as classes de alimentos naquilo que é comestível em oposição ao que não é. De igual maneira, as propriedades visuais e de textura são outras características sensoriais que determinam se os alimentos são apropriados ou não dentro da sociedade. Assim, a textura e o sabor constituem, em boa medida, o que é familiar nos alimentos e o que pode influir na aceitação de novos alimentos. As características visuais, como a cor, forma e aparência de conjunto, também afetam a aceitabilidade e as preferências alimentares, pois configuram aspectos do simbolismo alimentar. Sobre as propriedades de textura, chama atenção para o importante papel que esta ocupa na seleção dos artigos alimentares. Na cultura ocidental, por exemplo, há uma oposição simbólica que determina a escolha por parte de classes sociais e de indivíduos dentro das classes. Essa oposição seria entre os alimentos duros, crus e ásperos, de um lado, e os alimentos suaves, brandos e doces, de outro (CHIVA, 1979).

De acordo com Toledo (1997), o México é um dos dez países com maior riqueza biocultural no mundo. Acomoda uma ampla variedade de plantas, animais e ecologia particular. Por conta dessa ampla variedade, a cozinha do México antigo, conhecida como Cozinha Pré-Colombiana, era rica em diversidade e foi baseada na grande variedade de vegetais disponíveis, combinados aos animais selvagens (REYES, MONTES DE OCA, 1997). A Cozinha mexicana tradicional teve suas origens nos tempos coloniais, quando a culinária pré-colombiana se mistura com a complexa gastronomia dos espanhóis, estes que são beneficiados pela descoberta de novos produtos e especiarias encontradas no território mexicano, formando assim a diversificada base em que a ancestral cozinha crioula que se inicia nas colonização (Cozinha Mexicana) está estabelecida, esta que é o resultado da fusão dessas duas culturas. Portanto, esta imensa herança culinária mexicana teve origem mestiça, e atualmente só perde para China nos quesitos variedade e diversidade de cozinhas e alimentos. Como parte da Mesoamérica, as comunidades camponesas tiveram uma grande oportunidade para alavancar esse legado gastronômico de centenas de anos, que foi enriquecido pelo contato com diversas culturas distantes do "Velho Mundo" como andaluzes, angolanos e filipinos, que fundiram os seus conhecimentos e produtos com as Cozinhas indígenas, formando assim um enorme legado cultural gastronômico, que tem um enorme potencial para desenvolvimento local e regional (BARROS, 2004).

A Cozinha Tradicional Mexicana possui fatores que vão além de transformar o alimento, envolvendo a religião, rituais indígenas e tradições locais, que se mantêm vivos até os dias atuais, levando à formação dos pilares que sustentam a gastronomia mexicana, a herança

indígena e a influência europeia, marcada principalmente pelos espanhóis. Pilares estes erguidos pela fusão de antigos conhecimentos que se transformaram e enriqueceram as diferentes etapas de colonização e miscigenação do nativo com o colonizador espanhol.

O objetivo desse levantamento bibliográfico foi o de registrar a importância dos símbolos de representação de identidade cultural na Gastronomia Mexicana, resultado da hibridização cultural no decorrer de sua ressignificação culinária.

2. MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa se baseou em um vasto levantamento bibliográfico em sítios virtuais de programas de governo; periódicos indexados de diretórios nacionais e internacionais; livros de antropologia da alimentação; Gastronomia Brasileira e Mexicana; História Mexicana e Brasileira; Geografia e Religião Mexicana, sem delimitação de ano de publicação por se tratar de uma pesquisa histórica. Foram selecionadas referências escritas em inglês, português ou espanhol. Quanto ao termo, pode ocorrer diferenças nos processos de indexação nas bases de dados bibliográficas; portanto, optou-se pela busca por termos livres, sem o uso de vocabulário controlado (descritores). Com essa estratégia, houve ampliação do número de referências internacionais, dando uma maior amplitude de busca dentro dessa temática.

3. Resultados e Discussão

O México é uma república constitucional localizada na América do Norte, localizada nas coordenadas 23° N e 102° W (FIGURA 1). Possui área total de 1.972.550 km² tornando o 14º maior país do mundo em área total, população de 133.444.184 habitantes em 2018 (ONU, 2019).

Figura 1: Localização do México na América do Norte.



Fonte: Google Maps, 2019

CULTURA ALIMENTAR MEXICANA

O México é um país com imensa riqueza biológica e cultural, que é resultado de grande diversidade ecológica, derivado de várias combinações, resultantes da topografia, latitude

e clima. A grande variedade do ecossistema que o México possui, permite o fornecimento de uma enorme variedade de animais, plantas e espécies da biodiversidade microbiana para transformação de alimentos. A conservação desta diversidade, que é o patrimônio fundamental biológico, envolve uma complexa gestão de recursos naturais, e também oferece muitas possibilidades para a sua utilização, de acordo com as características de cada região do país. Isto, juntamente com a diversidade cultural característica do México evidenciado nos 62 grupos etno-linguísticos, pode ser propício para o desenvolvimento de cozinhas regionais com um grande número de pratos, mas já faz alguns anos que o número é significativamente reduzido, diminuindo as espécies de animais selvagens e plantas que se desenvolvem em solo mexicano (CONABIO, 2000; TOLEDO, 1997).

Por conta dessa ampla variedade, a cozinha do México antigo (Cozinha Pré-Colombiana) era rica em diversidade e foi baseada na grande variedade de vegetais disponíveis, combinados aos animais selvagens. O indígena racionalmente explorava lagos, lagoas e pântanos para capturar aves, sapos, tartarugas, salamandras, peixes, crustáceos, insetos, larvas, aves e mamíferos que habitavam áreas adjacentes (REYES, MONTES DE OCA, 1997).

A Cozinha mexicana teve suas origens nos tempos coloniais, quando a culinária pré-colombiana se mistura com a complexa gastronomia dos espanhóis, estes que são beneficiados pela descoberta de novos produtos e especiarias encontradas no território mexicano, formando assim a diversificada base em que a cozinha crioula (Cozinha Mexicana) está estabelecida, esta que é o resultado da fusão dessas duas culturas.

Portanto, esta imensa herança culinária mexicana teve origem mestiça, e atualmente só perde para China nos quesitos variedade e diversidade de cozinhas e alimentos. Como parte da Mesoamérica, as comunidades camponesas tiveram uma grande oportunidade para alavancar esse legado gastronômico de centenas de anos, que foi enriquecido pelo contato com diversas culturas distantes do "Velho Mundo" como andaluzes, angolanos e filipinos, que fundiram os seus conhecimentos e produtos com as Cozinhas indígenas, formando assim um enorme legado cultural gastronômico, que tem um enorme potencial para desenvolvimento local e regional. Dentre os recursos mais importantes trazidos por essas culturas estão o cultivo de trigo em áreas irrigadas, e junto com ele o ato de fazer pão; porcos e gado trazidos por Cortéz logo se tornaram parte da dieta indígena, promovendo uma significativa contribuição nutricional, que ganhou a inclusão de manteiga e queijos, tudo inicialmente envolto em palha de milho (folha fresca de milho). No que diz respeito aos produtos agrícolas os espanhóis introduziram o plantio de uvas para a fabricação de vinhos, assim como maçãs, marmelos e peras (BARROS, 2004).

A disseminação dessa cultura gastronômica Europeia deveu-se inicialmente a frades e religiosas, nas cozinhas e nos jardins de conventos, que moldaram os pratos do patrimônio gastronômico nacional. Neste processo trouxeram maneiras diferentes de combinar plantas do "Velho Mundo" com "nativas do México", através de enxertia, técnica desconhecida no mundo pré-hispânico. Essa técnica, além de facilitar a aclimatização de frutas, também permitiu a seleção de variedades de árvores de frutos diferentes e ajudou a colonizar regiões cujos solos não se mostravam apropriados para o desenvolvimento das plantas europeias (ROMERO, 2007).

Mais tarde, a proliferação do cultivo de cana-de-açúcar no sul do México, facilitou a incorporação do edulcorante nas cozinhas de conventos e processamento de frutas de seus jardins, fazendo geleias, especialmente doces, herança hispano-árabe (BORBOLLA, 1994).

Neste contexto, a Cozinha Tradicional Mexicana foi reconhecida pela Organização das Nações Unidas pela capacidade de evoluir e, ao mesmo tempo, manter sua autenticidade, a partir da preservação de elementos como "el chile, el maíz y el frijol", ou seja, "a Pimenta, o Milho e o Feijão". Neste caso, deve-se considerá-la também como um modelo

cultural complexo, que compreende as atividades agrárias, os conhecimentos práticos anteriores, as técnicas culinárias, costumes e modos de comportamento comunitários ancestrais, além de se vincularem a várias celebrações tradicionais mexicanas (SANZ; TEJADA, 2016).

FATORES QUE DIRERENCIAM A CULTURA ALIMENTAR MEXICANA:

A BIODIVERSIDADE

O termo biodiversidade refere-se à vida em nosso planeta, incluindo as plantas, animais, microrganismos, a diversidade genética de cada espécie e ecossistemas. Estes fornecem serviços ambientais essenciais para a vida como nos alimentos de origem vegetal e animal, a captura e armazenamento de água, manutenção e controle do solo, captura de dióxido de carbono e outros produtos como os têxteis, medicinais e madeira. Nesse sentido, o México é um dos cinco países de maior biodiversidade, compondo, juntamente com o Brasil, a Colômbia, a Indonésia e o Peru, mais de 60% da biodiversidade existente no planeta (CONABIO, 2000).

Doze de cada 100 espécies conhecidas no mundo estão presentes no México, que possui apenas 1,5% da superfície da Terra. Com 530 espécies de mamíferos presentes naturalmente em seu território, o México é o terceiro país do mundo nessa categoria. Em répteis, o país ocupa o segundo lugar no mundo, com 804 espécies. É o lar de 3,5 mil espécies de peixes marinhos, o que lhe confere segundo lugar no ranking. O número de espécies de insetos que vivem com os mexicanos, entre 300.000 e 425.000, faz desse país o nono mais diversificado do mundo. Mares mexicanos dotados de riqueza marinha, são habitados pelo maior número de mamíferos do mundo (CONABIO, 2000).

Em relação às espécies de plantas, o México tem significativamente maior riqueza do que o território total dos EUA e Canadá, e que da ex-URSS e da Europa. Estima-se que pelo menos 118 espécies economicamente importantes foram parcialmente ou totalmente domesticadas pelos agricultores pré-colombianos. Aproximadamente 15,4% das espécies mundiais de alimentos teve sua origem em solo mexicano, que possui atualmente as 40 principais variedades de milho e 120 principais variedades do chile (pimenta). Das 63 espécies de feijão selvagem que habitam o planeta, 52 estão presentes no México (RZEDOWSKI, 1997).

Concomitante a estes dados existe outro fator de diferenciação na grande diversidade mexicana, que é o endemismo, característica muito comum entre plantas e animais que se desenvolvem no país, variando entre 50 e 60% nas espécies plantas, assim como 83% dos cactos, 57% dos répteis, 65% dos anfíbios e 32% dos mamíferos e peixes de água doce. O México abriga quase 25% dos vertebrados terrestres da América do Norte e mais da metade do endemismo nesta área (FLORES E GEREZ, 1988).

Certamente, a chegada de algumas espécies trazidas da Europa contribuiu significativamente para enriquecer a biodiversidade do México e particularmente sua cozinha. Domingo (1997) observa que o espanhol apresentou ao novo mundo dez espécies de plantas comestíveis para a cultura intensiva como a cana de açúcar, o trigo e videira; pelos espanhóis, mas de origem árabe chegaram o coentro, o cominho, o açafrão, o tomilho e a canela, elementos importantes na formação da cozinha mexicana contemporânea.

ALIMENTAÇÃO NO MEXICO PRÉ-HISPÂNICO

Quando os conquistadores chegaram ao México, surpreenderam-se com o conhecimento e uso das plantas e animais existentes na dieta e medicina dos habitantes locais, que estavam cheios de uma rica fauna e flora, e se utilizavam de sal, adoçantes e especiarias, que foram preparados usando inúmeras técnicas de cozinha (BARROS, 2007).

Entre as plantas cultivadas no mundo, são originárias do México ou foram domesticadas em seu território a abóbora, o feijão, o milho, o cacau, a baunilha, o tomate, o abacate, o pimentão, a batata doce, o amendoim, o amaranto, o nopal (*Opuntia*), o brócolis, o jitomate, o mezcal, o maguey, entre vários outros (CONABIO, 2006).

Larvas de sapos, salamandras, peixes e insetos estavam presentes e eram preparados de forma especial, sendo consumidos principalmente em tempos de escassez de carne. O lagostim, crustáceo abundante em lagoas, lagos e pântanos de água doce vem sendo consumido desde a época pré-colombiana, apresentando sabor e significado muito especial. Essas habilidades são decorrentes de carências e situações vividas ao longo dos séculos (BUENOSTO, BARROS, 2007).

Os povos pré-históricos, e ainda muitos dos grupos étnicos que vivem hoje no país, eram habituados ao consumo de uma extensa variedade de insetos, vistos como excelente complemento alimentar, apresentando boa quantidade de vitaminas, proteínas e gorduras (MACEDO et al., 2017). Os ambientes aquáticos eram grandes fornecedores, apresentando muitas espécies de insetos, mosquitos, vermes aquáticos, minhocas d'água, besouros, escaravelhos, lagosta de mangue e larvas de insetos. Além disso, sabe-se da preferência por alguns mamíferos, como coelhos, lebres, esquilos, tatus, javalis e veados. A disponibilidade e o uso dessas espécies foram limitados, uma vez que as comunidades deixaram de ser nômades e se assentaram nas áreas do lago do Vale do México (ROJAS, 1985).

AS COZINHAS REGIONAIS MEXICANAS

Cada ecossistema pode estar relacionado a uma cozinha particular e uma cultura particular. A depender do alimento disponível em uma região, e até mesmo em uma temporada ou estação do ano, altera-se a forma como a comida é preparada, originando, assim, os chamados pratos regionais. Com base no histórico e recursos naturais vigentes em cada região, foi feita uma classificação da área de cozinha da Mesoamérica antiga: o centro (que inclui o Distrito Federal e os estados de Hidalgo e México), O sul com os estados de Morelos, Guerrero, Puebla, Tlaxcala, Veracruz, Tabasco, Chiapas e Oaxaca e a Península de Yucatán. Embora os estados do norte do país tenham pouca tradição culinária, os cheiros e sabores da sua cozinha fazem uma grande contribuição para a cozinha mexicana (VARGAS, 1997).

A "Cozinha regional" inclui produtos frequentemente consumidos por uma população, que seguem razões sociais de escolha, como também a preferência por sabores, formas de preparação e técnicas em torno dele (BARCELÓ, 2007).

A culinária regional, além de conferir atributos de caráter tradicional, também traz identidade, que requer reconhecimento, pesquisa, preservação e promoção, especialmente, uma vez que representam um meio fundamental da sobrevivência e do desenvolvimento cultural e econômico dessas comunidades. Portanto cada cozinha tem seu próprio espírito, composto por um conjunto de regras que a identificam e caracterizam, não podendo ser violados, oriundos de uma área geográfica complexa e que pode ser diferenciada pelo conjunto de especiarias e temperos e suas quantidades utilizadas.

A riqueza na variedade de climas, topografia e características das terras mexicanas permitiu que alguns produtos fossem envolvidos nos processos de reconhecimento e denominação, a exemplo da denominação de origem, que se relaciona com a origem geográfica desses produtos com a terra, podendo ser citados a tequila, o mezcal e o chile habanero (SAN VICENTE, 2002).

A GASTRONOMIA MEXICANA E O PATRIMÔNIO CULTURAL

O patrimônio cultural não se limita aos monumentos e coleções de objetos, mas também inclui tradições ou expressões vivas herdadas de antepassados e transmitidas a descendentes, como tradições orais, artes performáticas, práticas sociais, rituais e eventos festivos, conhecimentos e práticas a respeito da natureza e do universo, ligadas às técnicas artesanais tradicionais. Embora frágil, o patrimônio cultural imaterial é um fator importante na manutenção da diversidade cultural em face da crescente globalização. Compreender o patrimônio cultural imaterial das comunidades diferentes contribui com o diálogo intercultural e promove o respeito pelos outros modos de vida. A importância do patrimônio cultural imaterial não é a própria manifestação cultural, mas sim a riqueza de conhecimentos e habilidades que são passadas de geração em geração. O valor social e econômico desta transferência de conhecimento é relevante para os grupos sociais minoritários, tanto como parte de um Estado, e é igualmente importante para os países em desenvolvimento do que para os países desenvolvidos (UNESCO, 2012).

O conceito de "patrimônio gastronômico" deve ser considerado um bem de capital consumível, destinado a satisfazer uma necessidade. Assim, o conceito de herança gastronômica envolve uma cultura alimentar, incluindo os sistemas agros alimentares, produtos locais, cozinha regional e tradicional, alimentos, produção de alimentos, técnica culinária, dieta, recuperação de alimentos tradicionais e microambientes (BARCELÓ, 2007). Para Claude Fischler (2001), o homem nutre-se também de imaginário e de significados, partilhando representações coletivas. Se é possível avaliar o valor nutritivo do alimento, o ato de se alimentar implica também em um valor simbólico, tornando a questão mais complexa, pois requer um outro tipo de abordagem.

Segundo Flandrin (1998), os órgãos evoluem ao ritmo da natureza, as percepções evoluem ao ritmo das culturas. Nesta pesquisa pode-se observar que a culinária mexicana é um exemplo da afirmação acima, pois originou uma vertente culinária chamada Tex-mex. O significado da criação desta cozinha prova o resultado da influência externa no decorrer do tempo.

Segundo Barros e Buenrostro, 2007, a tortilla mexicana, ou o tlaaxcalli (na língua nativa Nahuatl), ou waaj (na língua nativa Maya) era, e ainda é, a base da comida do México e de outros países da América Central. Uma tortilla é originalmente feita de farinha de milho desde os tempos pré-colombianos, podendo, nos dias atuais, contar com uma mistura de farinha de trigo ou produzida apenas com farinha de trigo. Serviu como "prato", "colher" e "pão" das culturas pré-hispânicas e até meados do século XIX. Após a conquista do território mexicano, os espanhóis deram-lhe este nome por causa da semelhança com a forma da omelete, prato típico espanhol e que leva o mesmo nome, embora nas primeiras crônicas fosse descrito como "pão de milho." É a base de vários pratos mexicanos como os tacos mexicanos, flautas, enchilladas e burritos.

A tortilha pode ser definida como um pão liso e achatado, de pequena espessura e feito a partir do milho que é preparado com cal tratada, processo no qual os grãos cozinham em água com cal até ferver, fazendo com que o milho adquira consistência macia, facilitando a digestão. Logo após os grãos são transformados em uma pasta, para que as tortillas sejam cozidas sobre o comal, disco de barro ou de ferro (BELLUZZO, 2004). Além do milho

nixtamalizado, as tortillas também podem ser preparadas com farinha de milho, farinha de trigo, farinha de trigo integral e farinha de milho violeta.

Desde tempos imemoriais, as tortillas de milho foram consumidas de forma artesanal. No México, tortillar é um verbo com o significado de "fazer tortillas de milho pelo achatamento a bola de massa". Ainda se utiliza a palavra tortilla em provérbios populares como "A falta de pan...tortillas" ou "Se le volteó la tortilla".

Figura 2: Gôndola em supermercado vendendo uma grande variedade de tortillas.



Fonte: Autoria Própria

O chile mexicano, nome que corresponde à tradução de pimenta do espanhol mexicano. Deve-se a Cristóvão Colombo o mérito de designar o chile como um produto mexicano, quando disse que esse produto nasceu nestas latitudes. Entretanto, o descobridor se enganou em relação ao tempero, ao confundi-lo com o piper nigrum, encontrado na Índia e que depois viria a se chamar pimenta do reino.

Os chiles podem ter sido domesticados várias vezes por diferentes culturas, e que provavelmente o gênero *Capsicum* teve origem na América do Sul, onde a maioria das espécies selvagens estão localizadas, e que provavelmente se dispersaram para o norte atingindo as culturas mesoamericanas. Todos os povos mesoamericanos usaram o chile, existem evidências linguísticas, históricas e arqueológicas que indiciam este uso. Está registrado nos códices do século XVI que os chiles eram usados como remédio para curar alguns aspectos da alma, isto é, para afugentar os maus espíritos e até mesmo para punir crianças desobedientes.

Existem centenas de variedades de chile no México, porém os mais amplamente consumidos são o jalapeño, o serrano e o poblano. A pimenta jalapeño é um dos mais versáteis alimentos mexicanos, usado tanto fresco como seco, o último sendo conhecido como chipotle. O jalapeño fresco tem alta demanda na indústria para a fabricação de conservas de rajas (tiras) de chile em conserva. É aromático e tem seu nome originado de seu antigo centro de comercialização, Jalapa, no estado de Veracruz. É um chile bem aceito no mercado, encontra-se disponível durante todo o ano, também sendo bastante

exportado. De toda sua produção, cerca de 20% é utilizada para a produção de chipotle. No processo de fabricação do chipotle, os jalapeños são secos e defumados numa única operação, com a desidratação feita em câmaras subterrâneas ou fornos, que permitem a circulação de ar quente. O forno subterrâneo é uma arte pré-hispânica, uma vez que pimentões defumados chamados Tlatelolco pocchilli já eram vendidos no mercado quando os espanhóis chegaram.

Figura 3: Gôndola exclusiva de chiles em supermercado.



Fonte: Aatoria Própria

O chile Serrano, conhecido como chile verde, é um dos mais populares no México e principal ingrediente da salsa mexicana. É de sabor picante e refrescante, um dos mais procurados no mercado. Ele se adapta facilmente a diferentes climas e altitudes, permitindo o cultivo em todas as regiões do país. É comercializado ao longo de todo o ano, podendo ser consumido principalmente fresco, como matéria prima para a fabricação industrial de molhos de chile, ou ainda desidratado e defumado para uso como condimento.

O Chile Poblano é um dos chiles mais usados na culinária mexicana (FIGURA 4), é um dos favoritos para fazer um prato típico chamado "chile en nogada". Quando fresco, é chamado de poblano e quando desidratado, é conhecido como mulato. O chile poblano fresco pode ter cor verde ou preto, tem sabor adocicado (BELLUZZO, 2004).

Figura 3: Gôndola exclusiva de chiles em supermercado.



Fonte: Aatoria Própria

PRATOS TÍPICOS MEXICANOS:

TACOS:

Os tacos são muito famosos no México (FIGURA 5), assim como internacionalmente, sendo considerado um ícone da cozinha mexicana no mundo. No Norte, os principais tacos são os de Trompo, Bistek, Campechana e de Nopales. O trompo é uma preparação a base de carne de porco (lombo) temperado com pelo menos 6 variedades de chile, alho, cebola e especiarias, fatiados finamente e assados em um espeto, semelhante ao churrasco grego brasileiro. O de bistek consiste em bisteca bovina temperada com uma pasta de chile e cozido lentamente na banha de porco, como um confit francês, que passa por porcionamento em pedaço de tronco de macieira. A campechana é a mistura dos tacos de trompo e bistek adicionados de queijo Oaxaca, queijo de massa filada com sabor fresco, produzido nessa região mexicana, que oferece textura diferenciada à preparação. Os tacos de nopales, um cacto muito comum na região, consumido desde os povos pré-hispânicos. Eles são partidos em cubos, refogados com verduras e chile, servindo de recheio para os tacos.

Figura 5: Barraca de venda tacos tradicionais nortenhos.



Fonte: Aatoria Própria

CHILE RELLENO:

O chile relleno é um prato do México e Guatemala, que consiste basicamente em pedaços inteiros de chile recheado com alimentos, geralmente carne, envoltos em uma camada de ovos batidos e farinha de rosca fritos. Eles são considerados, geralmente, acompanhamentos do prato principal. A variedade de chile utilizada é relevante, porque exige que as peças tenham um tamanho consistente para conter alimentos (MONROY; MONTAÑO, 2001).

CHILE EM NOGADA:

É um prato que consiste em chile poblano recheado com picadinho de carne, empanado, assado ou frito, com um molho de nozes de castilla frescas, queijo de cabra fresco, vinho jerez e leite. Surgiu em Puebla, criado por freiras agostinianas, em homenagem ao general Agustín de Iturbide. A tradição também diz que este prato era feito para Iturbide com ingredientes próprios locais, que as próprias freiras plantavam como: as nozes castillas de Calpan, maçã de Zacatlán, pêsego e pêra de Huejotzingo e o chiles poblano, ingredientes que durante os meses de agosto e setembro, atingem o seu melhor sabor e qualidade. Vale ressaltar que para uma boa salsa en nogada é aconselhável a utilização das nozes de Castilla frescas (DE GUZMÁN, 1750).

ENCHILLADAS:

As enchiladas são tortillas de milho fritas (FIGURA 6), recheadas com frango ou carne bovina e queijo, servidas com um creme por cima, à base de creme de leite e às vezes queijo. As enchiladas atuais são o resultado da mescla entre a cozinha indígena e a espanhola. No período pré-hispânico não existia a fritura, nem existia o frango nem a carne bovina, assim como também não eram conhecidos queijos e outros derivados lácteos. Certamente houve algum tipo de prato semelhante que foi enriquecido com produtos da Europa, como aconteceu com os tamales, o chocolate, entre outros. Assim, qualquer cor, sabor ou variedade de enchiladas são claramente mestiças, como muitos pratos de excelência mexicana, são impossíveis de determinar a data exata de sua origem (SÁNCHEZ, 2006).

Figura 5: Barraca de venda tacos tradicionais nortenhos.



Fonte: Autorial Própria

MOLE:

Existem muitos tipos de mole, por essa razão, muitas regiões e estados do México têm a sua própria maneira de preparar um grande Mole, como o Mole poblano. O mole é um dos pratos mais representativos da gastronomia mexicana, especial para grandes celebrações culturais.

Diz a lenda que, uma vez, Juan de Palafox, vice-rei da Nova Espanha e arcebispo de Puebla, visitou sua diocese, um convento em Puebla, que ofereceu um banquete, para o qual os cozinheiros da comunidade se esmeraram. O principal cozinheiro foi Fray Pascual, que percorreu durante todo o dia a cozinha dando ordens na iminência da importante visita. Diz-se que Fray Pascual estava particularmente nervoso e começou a repreender seus assistentes, tendo em vista a confusão reinante na cozinha. O próprio Fray Pascual começou a acumular em uma bandeja todos os ingredientes, que depois levaria para a despensa e tal era a sua pressa que ele tropeçou exatamente em frente a uma panela onde estavam cozinhando suculentos perus, e que os mesmos já estavam quase prontos. Lá estavam chiles variados, chocolate picado e especiarias, estragando o alimento que seria oferecido ao vice-rei. A angústia de Fray Pascual era tanta que ele começou a rezar

com toda a sua fé, exatamente quando avisaram que o banquete deveria ser servido. Um tempo depois, ele não pode acreditar quando todo mundo elogiou o prato. Esta lenda foi tão popular que ainda hoje, em cidades pequenas, as donas de casa recorrem a ajuda do monge com o seguinte verso: "San Pascual Bailon, alimenta meu fogo" (SÁNCHEZ, 2006).

No entanto, o que é certo é que o mole não é produto do acaso, mas o resultado de um processo de cozimento lento, iniciado nos tempos pré-hispânicos, e aprimorado nos tempos coloniais, quando a cozinha mexicana foi enriquecida com elementos asiáticos e europeus. Cada região imprimiu seu próprio selo e assim surgiu o Mole poblano, o Mole amarillito do Sudeste, o Mole Coloradito do Vale do México.

TAMAL:

O tamal (do Nahuatl tamalli, que significa enrolado) é um nome genérico dado a inúmeros pratos de origem indígena preparados com massa milho cozida, geralmente no vapor, embrulhada em folhas da mesma planta ou bananeira (FIGURA 7). Eles podem ser recheados ou não, podendo conter carne, legumes, pimenta, frutas, salsa, entre outros produtos. Podem ser doces ou salgados. Embora a preparação seja conhecida no México como tamal, denominação mais conhecida mundialmente, também apresenta outros nomes em diferentes cidades, países, regiões e culturas. O nome Tamal é usado em locais como Costa Rica, Cuba, El Salvador, Espanha, Estados Unidos, Guatemala, Honduras e México. Nos Estados Unidos e no Brasil, é conhecido como pamonha (PEÑA; HÉRNANDEZ, 2009).

Figura 7: Tamal de carne suína



Fonte: Autoria Própria

4. CONCLUSÃO

A gastronomia mexicana é uma representação cultural milenar, rica em tradição, nascida da fusão da gastronomia indígena com a espanhola. Nesse estudo foi constatada a grande importância da gastronomia mexicana para a consolidação e reconhecimento da gastronomia como linguagem cultural, dada a sua complexidade e exuberante riqueza de alimentos de sua biodiversidade.

5. Referências

AGUILERA, C. Flora y fauna mexicana: mitología y tradiciones, Colección Raíces mexicanas, México: Everest Mexicana, 1985.

ALATORRE, A. Critican reglas para transgénicos, Periódico Reforma, 7 de marzo de 2009. México: Grupo Reforma, 2009.

ÁLVAREZ, I. Cocinas regionales del Perú. En: Desde los Andes al mundo, sabor y saber. Primer Congreso para la preservación y la difusión de las cocinas regionales de los países andinos, Lima: Escuela Profesional de Turismo y Hotelería. Universidad de San Martín de Porres, 2005.

AVILA, D.; BASTARRACHEA, J.; DÍAZ, A.; FLECHSIG, K.; MOEDANO, G.; NORMAN, O.; PÉREZ, G.; SALINAS, G.; SUÁREZ, M.; VARGAS, L. Atlas Cultural de México. Gastronomía. México: SEP, INAH y Grupo Editorial Planeta, 1988.

BARROS, C.; BUENROSTRO, M. La alimentación de los antiguos mexicanos en la Historia natural de Nueva España de Francisco Hernández. México: UNAM, 2007.

BELLUZZO, R. Os Sabores da América. São Paulo: Senac, 2004.

BORBOLLA, D. R. La artesanía del alfeñique y el dulce vaciado. Tradición popular para la ofrenda de "Todos Santos". Gobierno del Estado de México, México, 1994.

BRAGA, V. Cultura Alimentar: contribuições da antropologia da alimentação SAÚDE REV., Piracicaba, 6(13): 37-44, 2004

BRILLAT-SAVARIN, J. A. A fisiologia do gosto. São Paulo: Cia. das Letras, 1995.

CASCUDO, L.C. História da alimentação no Brasil – São Paulo, Ed. Nacional – 2ª ed. 1983

CONABIO. Estrategia nacional sobre biodiversidad de México. México: Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad, 2000.

CONABIO. Capital natural y bienestar social, México: Comisión Nacional para el Conocimiento y uso de la Biodiversidad, 2006.

CONACULTA. Pueblo de maíz. La cocina ancestral de México. México: CONACULTA, 2004.

DE GUZMÁN, D. Recetario de doña Dominga de Guzmán. Siglo xviii: tesoro de la cocina. conaculta, México, 1997.

DE LA ROSA, A. M. T. Gastronomía mexiquense. Gobierno del Estado de México, México, 1987.

DE PONCE, F. A. Tratado curioso y docto de las grandezas de la Nueva España. unam, México, 1993.

DOMÍNGUEZ, G. E. La migración y su relación con el cambio de ingredientes, técnicas y utensilios gastronómicos mazahuas en la comunidad de Santa Estrada, México: Colegio de Postgraduados, 2008.

ELORDUY, J.; PINO M. J. M. Contenido de vitaminas en algunos insectos comestibles de México. México: Revista de la Sociedad Química de México, 2001.

FLORES, O.; GÉREZ, P. Conservación en México: síntesis sobre vertebrados terrestres, vegetación y uso del suelo, En: Conservación Internacional, Xalapa: INIREB, 1988.

FLORESCANO, E. El patrimonio nacional. Valores, usos, estudio y difusión. En: Florescano, E., (coord.). El patrimonio nacional de México, I, México: FCE y CONACULTA, 1997.

GARCÍA DE ALBA, S. La soberanía alimentaria es un sueño, México: Entrevista a La Jornada. 19 de octubre. México: La Jornada, 2006.

GARRIDO, I. M. La Ciudad de Toluca. Imprenta del Instituto Literario. Estado de México, México. Gobierno del Estado de México y Centro, 1883.

GEERTZ, C. A interpretação das culturas. Rio de Janeiro: Zahar; 1979.

GONZÁLEZ Y GONZÁLEZ, L. Pueblo envilo. Colegio de México, México, 1980.

GUADALUPE, S. V. P. Reflexiones y una teoría sobre la gastronomía mexicana, en Patrimonio cultural y turismo, Cuadernos. Congreso sobre Patrimonio Gastronómico y Turismo Cultural en América Latina y el Caribe. Memorias. Tomo i. conaculta, México, 2002.

HENNING, P. Apuntes etnográficos sobre los Otomíes del Distrito de Lerma Anales del Museo Nacional de México. Época iii, Tomo iii, números, 1911.

HERRERA, C. Recetario vegetariano para mejorar la alimentación familiar. Gobierno del Estado de México, México, 1976.

JARDEL, P.; ENRIQUE, J.; BENZ, B. "El conocimiento tradicional del manejo de los recursos naturales y la diversidad biológica". En: Florescano, Enrique (coord.). El patrimonio nacional de México, I, México: FCE, CONACULTA, 1997.

LEVY, B.; KONIECKI, Á. Se cree que los ricos pueden consumir lo orgánico y los pobres lo transgénico, Entrevista a La Jornada. 19 de octubre. México, 2006.

MACEDO, I. M. E.; VELOSO, R. R.; MEDEIROS, H. A. F.; PADILHA, M. R. F.; SILVA F. G.; SHINOHARA, N. K. S. Entomophagy in different food cultures. Revista Geama, v.3, n2, 58-62p, 2017.

MENASCHE, R; MACIEL, M.E. Alimentação e cultura, identidade e cidadania. Rev Democ Viva. Especial Segurança Alimentar 16. Rio de Janeiro: Ibase; mai-jun 2003, 3-7.

MINTZ, S. Comida e antropologia: uma breve revisão. Revista Brasileira de Ciências Sociais; 16 (47):31 42, 2001.

MONROY, C.; MONTAÑO, G. Las recetas de la abuela. uaem-colmex. Quinta del Rey, México, 2001.

MONTOYA, G. A. V. La artesanía una tradición familiar: el caso del alfeñique en la ciudad de Toluca. Tesis de Licenciatura. Uaem, 1992.

- MORALES, S. E. S. El sabor agrio en La cultura mazahua. Biblioteca de los Pueblos Indígenas. Instituto Mexiquense de Cultura, México, 2000.
- NAVARRETE, F. (2008), Los pueblos indígenas de México. México: Comisión Nacional Indigenista y PNUD, 2008.
- O'GORMAN, E. La invención de América. México: Fondo de cultura económica, México, 1995.
- ONU. Organização das Nações Unidas. Departamento de Assuntos Econômicos e Sociais das Nações Unidas. Disponível em: <<https://population.un.org/wpp/>>. Acesso em: 25/01/2019.
- PADILLA, C. Los alimentos y el turismo. Reflexión sobre la sustentabilidad. En: Gandara Manuel y Schlüter Regina (coords), Gastronomía y Turismo. Una introducción. Argentina: Centro de Investigaciones y Estudios Turísticos, 2003.
- PEÑA, Y.; HÉRNANDEZ, L. Olores y sabores de la cocina hñähñü. Valle del Mezquital. México: INAH, 2009.
- PILCHER, J. M. ¡Vivan los tamales! La comida y la construcción de la identidad mexicana. cieras, Ediciones de la Reina Roja y conaculta, México, 2001.
- PIÑA CHAN, R. Una visión del México prehispánico. México: UNAM, 1987.
- REYES, P.; MONTES DE OCA, E. La fauna: una maravilla de las maravillas naturales de México. En: Florescano, Enrique (coord.). El patrimonio nacional de México, I, México: FCE, CONACULTA, 1997.
- ROJAS, T. La cosecha del agua en la cuenca de México. Cuadernos de la Casa Chata. Serie Los pescadores de México. Vol. 7, no. 116. México: Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social. Museo de Culturas Populares, 1985.
- ROMERO, C. A. T. El uso y manejo Del agua para la agricultura en el antiguo Valle de Toluca, Páramo del campo y la ciudad. Año 3, Núm. 7 México, 2005.
- ROMERO, C. A. T. Frailes y religiosos: sus huertos y enseñanzas agrícolas en la Nueva España, en Territorio, agricultura y ambiente: Enfoque en el siglo xxi. uaem. México, 2007.
- RZEDOWSKI, J. La flora. En: Florescano, Enrique (coord.). El patrimonio nacional de México, I, México: FCE, CONACULTA, 1997.
- SAHAGÚN, F. B. Códice Florentino. Gobierno de la República Mexicana, México, 1980.
- SALINAS, M. Datos para la historia de Toluca. Biblioteca Enciclopédica del Estado de México, México, 1965.
- SALINAS, S. G. Región Centro: México y Morelos, en Atlas Cultural de México. Gastronomía. sep. inah. Planeta, México, 1988.
- SÁNCHEZ, G. A. Toluca del chorizo. Apuntes gastronómicos. Serie de Arte popular y Folklore. Gobierno del Estado de México, México, 1976.
- SÁNCHEZ, G. R. Conversación en la cocina. Gastronomía Mexiquense. Colección Mayor. Estado de México: Patrimonio de un pueblo. México. Gobierno del Estado de México, México, 2006.

Sanz, N.; Tejada, C. MÉXICO Y LA UNESCO/LA UNESCO Y MÉXICO: História de una relación. UNESCO, ISBN: 978-92-3-300027-8, 2016.

SESTO, J. Historia del pensamiento mexicano. El Libro Español, México, 1942

SUGIURA, Y.; SERRA, M. C. Notas sobre El modo de subsistencia lacustre. La laguna de Santa Cruz Atizapán, Anales de Antropología. Vol. xx: 455-566. Universidad Nacional Autónoma de México, México, 1983.

SUGIURA, Y.; MARTEL, P.; FIGUREROA; S. Atlas etnográfico de la Cuenca Alta del río Lerma. Tomo iv. Gobierno del Estado de México, México, 1997.

TAMAYO, J. Geografía General de México. Instituto de Investigaciones Económicas. unam, México, 1962.

TOLEDO, V., La diversidad ecológica de México, En: Florescano, Enrique (coord.). El patrimonio nacional de México, I, México: FCE, CONACULTA. México, 1997.

TOLEDO, V.; CARABIAS, J.; MAPES, C.; TOLEDO, C. Ecología y autosuficiencia alimentaria. México: Siglo XXI, 1985.

UNESCO. Texto de la Convención para La Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial. <<http://www.unesco.org/culture/ich/index.php?pg=00022&art=art2#art2>> (5 de fevereiro de 2019), 2010.

VARGAS, L. Un banquete de la cocina mexicana. En: Florescano, Enrique (coord.). El patrimonio nacional de México, II. México: FCE, CONACULTA, 1997.

VENEGAS, A. Guía del viajero en Toluca. Tipografía del Gobierno en la Escuela de Artes, México, 1894.

VETANCURT, F. A. Teatro Mexicano. Ed. Porrúa, México, 1982.