

LA RIQUEZA DE LA COMIDA MEXICANA: LO QUE NO SABÍAS SOBRE NUESTRA GASTRONOMÍA.

Hablemos de la comida mexicana un tema del que todos los mexicanos conocemos por medio del paladar, ¿Pues quién no a degustado un mole picosito, un pozole exquisito o un rico pan de muerto?

A través del siguiente artículo haremos un viaje para conocer más sobre lo que es hoy patrimonio de la humanidad: "*La Gastronomía Mexicana*".

La cocina mexicana tiene carácter propio y diferenciado de las otras cocinas del mundo. Fundamenta su valor en el vasto número de ingredientes que utiliza en su amplia gama de sabores, colores y texturas, en la presentación de los platillos y en las técnicas que le son propias.

Este cúmulo de cualidades proviene de la riqueza de las cocinas regionales con las que cuenta el país. Las que a su vez, son producto de tres importantísimos factores:

- Uno es el medio natural del cuál se obtienen los ingredientes.
- El segundo es la diversidad de culturas que seleccionan y recolectan los ingredientes, los domestican, cultivan y transforman el alimento. Cabe mencionar que en México hay setenta y dos etnias originarias; Imagínate la variabilidad con que se pueden preparar los alimentos, tomando en cuenta los ingredientes propios del lugar, las formas de cocinar. la producción cultural de cada cocina está relacionado con la forma particular en que cada grupo étnico y social entiende y da sentido a la vida y al universo, o sea, su particular cosmovisión.
- El tercero, la apropiación que se ha hecho de ingredientes, técnicas y utensilios venidos de otras culturas, sin que las cocinas mexicanas pierdan su carácter esencial.

La cocina como parte de la Cultura.

La Cocina mexicana que hoy conocemos, tiene su origen en las altas culturas que poblaron el territorio del país (maya, teotihuacana, huasteca, purépecha, por citar algunas). Desde entonces están presentes las cualidades que le dieron carácter y que son fundamento de la cocina actual.

La cocina como parte de la cultura es dinámica y cambiante, tal como ocurre con la comunidad que la produce. Cada generación hace aportes y contribuciones que la mantienen y enriquecen, la cocina es un producto de la continuidad y cambio. Hasta ahora es evidente que la comida mexicana es lo que más ha permanecido; mucho de los cambios que se han dado con el tiempo es moda pasajera. Esto demuestra una clara continuidad cultural.

Algunos ejemplos son las evidencias arqueológicas como vasos, policromos, estructuras, objetos de la vida cotidiana, códices en los que hay representaciones de comida, y en épocas posteriores, los materiales de archivo y los documentos históricos, así como testimonios escritos de toda índole, pinturas y fotografías, y sobre todo la cultura viva muestran la riqueza de la cocina mexicana.

Denominadores comunes en las cocinas regionales del país.

Bien se sabe que la elaboración, y sobre todo el sabor de la comida depende mucho de la región donde se prepara esta; ya que no es lo mismo comer un mole poblano a un mole oaxaqueño, un ejemplo mas sensible, serían las diferencias que se aprecian en el sabor, la textura, el olor (entre otras), de los tamales oaxaqueños y los hechos con hoja de maíz, que, aunque son lo mismo por definición: un tamal, el gusto que le dan a los sentidos es diferente.

Sin embargo hay factores en común que conforman, unifican, integran y son base de las cocinas regionales. Los más importantes son:

- El uso de maíz y el chile.
- La estrecha relación que tienen los habitantes del campo con la naturaleza, lo que les permite cultivar y recolectar gran diversidad de alimentos en las distintas épocas del año.
- El aprovechamiento integral de diversas plantas.
- La posibilidad de lograr, a partir de las parcelas de cultivo genéricamente llamadas milpa, la autosuficiencia alimentaria familiar.
- Una amplia gama de ingredientes, condimentos combinaciones y técnicas culinarias, que constituyen una entidad completa en sí misma.
- La unión entre el acto cotidiano de comer y un sentido estético.
- La ritualidad y la ceremonialidad.