

# VALLES DE COLIMA

— COCINA DE ENCUENTRO Y MESTIZAJE —

NICOMEJÍA



UNIVERSIDAD DE COLIMA

EDITORIAL

Colima  
Sbe

VALLES DE  
**COLIMA**

————— **COCINA DE ENCUENTRO Y MESTIZAJE** —————

VALLES DE  
**COLIMA**

————— **COCINA DE ENCUENTRO Y MESTIZAJE** —————

**NICOMEJÍA**

UNIVERSIDAD DE COLIMA  
Dr. Christian Jorge Torres Ortiz Zermeño, Rector  
Mtro. Joel Nino Jr., Secretario General  
Mtro. Jorge Martínez Durán, Coordinador General de Comunicación Social  
Mtro. Adolfo Álvarez González, Director General de Publicaciones  
Mtra. Irma Leticia Bermúdez Aceves, Directora Editorial



UNIVERSIDAD DE COLIMA

EDITORIAL  
*Colima*<sup>be</sup><sub>s</sub>

© Universidad de Colima, 2025  
Avenida Universidad 333  
C.P. 28040, Colima, Colima, México  
Dirección General de Publicaciones  
Teléfonos: 312 316 1081 y 312 316 1000, extensión: 35004  
Correo electrónico: publicaciones@ucol.mx  
http://www.ucol.mx

**ISBN electrónico: 978-607-8984-89-3**

DOI: 10.53897/LI.2025.0020.UCOL  
5E.1.1/317010/149/2025 Edición de publicación no periódica

© Editorial Colima Sabe, 2025  
Artículo 123, No. 20  
C.P. 28217, Manzanillo, Colima, México  
Correo electrónico: colimasabe.editorial@gmail.com

**ISBN electrónico: 978-970-96685-0-6**

Derechos reservados conforme a la ley  
Publicado en México / Published in Mexico



Este libro está bajo la licencia de Creative Commons, Atribución – NoComercial – CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)

Usted es libre de: **Compartir:** copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato. **Adaptar:** remezclar, transformar y construir a partir del material bajo los siguientes términos: **Atribución:** Usted debe dar crédito de manera adecuada, brindar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que usted o su uso tienen el apoyo de la licenciante. **NoComercial:** Usted no puede hacer uso del material con propósitos comerciales. **CompartirIgual:** Si remezcla, transforma o crea a partir del material, debe distribuir su contribución bajo la misma licencia del original.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

You are free to: **Share:** copy and redistribute the material in any medium or format. **Adapt:** remix, transform, and build upon the material under the following terms: **Attribution:** You must give appropriate credit, provide a link to the license, and indicate if changes were made. You may do so in any reasonable manner, but not in any way that suggests the licensor endorses you or your use. **NonCommercial:** You may not use the material for commercial purposes. **ShareAlike:** If you remix, transform, or build upon the material, you must distribute your contributions under the same license as the original.

Proceso editorial certificado con normas ISO desde 2005  
Dictaminación y edición registradas en el Sistema Editorial Electrónico PRED

Registro: LI-023-24  
Recibido: Enero de 2024  
Publicado: Junio de 2025

**Autor**

Nico Mejía

**Fotografía de portada**

Charly Ramos

**Fotografía de interiores**

Javier Flores, Charly Ramos y Gilberto Hernández

**Ilustraciones**

Joel Rojas

**Redacción y edición**

Luza Alvarado

**Cuidado de la edición y diseño de interiores**

Joel Rojas y Luza Alvarado

**Colaboradores académicos**

Tonantzin Medina García (INAH)

Juan Carlos Tejeda González (Universidad de Colima)

Carlos Leopardi Verde (Universidad de Colima)

Carlos Ramírez Vuelvas (Universidad de Colima)

Elvira Silva Jiménez (Universidad de Colima)

María Ángeles Olay Barrientos (INAH)

Paulina Machuca (El Colegio de Michoacán)

María Irma López Razgado (INAH)

En portada: Gerardo Ramos.

Localización: Campo de arroz en Buenavista, Cuauhtémoc, Colima.



HACIENDAS

EX -



RECUERDOS



DULCE



BIENVENIDOS

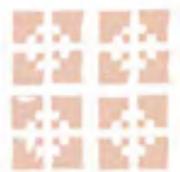
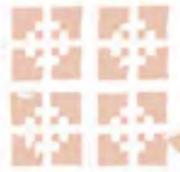


A LOS



VALLES

AHORRE  
AGUA  
TOME  
TUBA

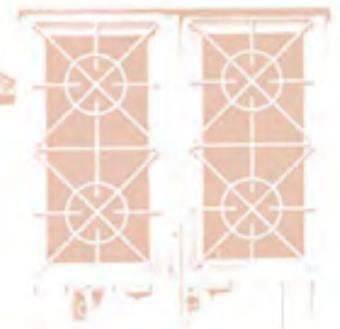


DE



COQUI  
PEREGRINO

CENTRO ↑



COLIMA



REGALO



*amelita*



COCOS



## EQUIPO COLIMA SABE

### CHARLY RAMOS

Fotógrafo profesional desde 2001. Se especializa en fotografía de gastronomía, viajes y retrato.

### GILBERTO HERNÁNDEZ

Fotógrafo profesional con más de 30 años de carrera en periodismo deportivo, gastronomía y publicidad.

### CARLOS LEOPARDI

Doctor en Ciencias Biológicas, miembro del SNI y profesor e investigador de la Universidad de Colima.

### NOEMÍ DÍAZ

Directora creativa de la plataforma Colima Sabe y egresada de la Universidad de Colima.

### LUZA ALVARADO

Editora y escritora especializada, desde 2009, en viajes y cultura gastronómica.

### NICO MEJÍA

Chef investigador y cocinero colimote. Le gusta el hígado encebollado.

### ÓSCAR JAVIER SOLORIO

Director de Vinculación de la Universidad de Colima. Doctor en Leyes por The John Marshall Law School.

### TONANTZIN MEDINA

Antropóloga especializada en análisis de la cultura. Investigadora titular del INAH Colima.

### JUAN CARLOS TEJEDA

Consultor y especialista en estudios ambientales e investigador de la Universidad de Colima.

### JOEL ROJAS

Diseñador gráfico egresado de la Universidad de Colima, manzanillense, del mar.

### CHRISTIAN WRIGHT

Jarocho, chef académico en el área de gastronomía y empresario. Egresado de Le chef College en 2008.

### JAVIER FLORES

Fotógrafo documentalista, interesado en la cultura popular y las fiestas tradicionales.



# Equipo de investigación

Cuando iniciamos este proyecto en 2016, nuestro equipo de investigación estaba conformado por cuatro personas. Siete años y tres libros más tarde, Colima Sabe tiene la fortuna de contar con un grupo de colaboradores especializados en las distintas disciplinas que nutren la cultura gastronómica: antropología, biología, historia, gastronomía, ciencias ambientales, periodismo, turismo, fotografía, ciencias de la cultura y comunicaciones.

El equipo multidisciplinario que participa en esta investigación es uno de los más completos que hay en nuestro país en materia culinaria. Gracias a cada uno de sus miembros, de diferentes trayectorias y orígenes, hemos podido abordar con respeto y profesionalismo las diversas aristas del fenómeno culinario.

En este cuarto libro pudimos concretar una de las metas del proyecto: realizar la investigación de la mano de estudiantes y profesores de las dos universidades más importantes del estado en materia de gastronomía: la Universidad de Colima y la Universidad Tecnológica de Manzanillo.

Por parte de la Universidad de Colima, tuvimos el apoyo de la Coordinación General de Extensión, de Carlos Ramírez Vuelvas,

a través de la Dirección General de Vinculación, dirigida por Óscar Javier Solorio Pérez, y de la Dirección General de Publicaciones; en cuanto a trabajo de campo, nos acompañaron la antropóloga Tonantzin Medina, el biólogo Carlos Leopardi y el ambientalista Juan Carlos Tejeda; así como los estudiantes Abigaíl Guzmán, Devani Íñiguez, Montserrat Velasco y Geremy Preciado, quienes con dedicación y esmero registraron recetas, ingredientes y testimonios, sin olvidar a don Eduardo Thomas, quien se encargó de transportar al equipo durante esta aventura por los valles.

Por parte de la Universidad Tecnológica de Manzanillo, los coordinadores académicos Christian Wright, Ronald Cruz y Gabriel Palomino lideraron a los estudiantes Eduardo Galeana, María Dolores Villalvazo y Sebastián Bautista, quienes dedicaron fines de semana y largas jornadas al registro y testificación de las recetas que aparecen en este libro.

¡Gracias a todos por su apoyo, su generosidad, su disposición al aprendizaje y su profesionalismo!

*El equipo de Colima Sabe, de la Universidad de Colima y de la Universidad Tecnológica de Manzanillo en distintos momentos del trabajo de campo.*



# Agradecimientos

Cuando la curiosidad me llevó en 2005 a profesionalizarme como cocinero, aún no había escuelas de gastronomía en Colima, por lo que tuve que migrar para perseguir este sueño. Recuerdo que cuando la gente me preguntaba qué había en mi tierra, yo les hablaba de los ingredientes con los que crecí de niño, trepado en los árboles de mango, tamarindo, coco, almendro y otras especies que si bien no son endémicas de México, formaban parte de mi identidad.

Diez años después, ya como cocinero al frente de un restaurante, me percaté conscientemente de los cientos de ingredientes y recetas que conocía de Colima. En su momento quise hacer una enciclopedia, pero la realidad me mostró que para reunir un acervo culinario de tal extensión serían necesarios varios libros.

Después de explorar las costas y las montañas, llegamos a los *Valles de Colima*, el cuarto tomo de este gran viaje culinario. Sobre la marcha no sólo se ha conformado un grupo de talentosos colaboradores, sino que también se han redefinido los objetivos y las expectativas. Aún nos quedan por recorrer las cocinas volcánicas de la región y, en la recta final, la enciclopedia de la cocina co-

limota, la chispa que encendió este proyecto sin precedentes en la historia gastronómica de México.

Todo esto ha sido y seguirá siendo posible gracias al equipo que hoy conforma Colima Sabe, pues su presencia enriquece, respalda y dignifica este trabajo.

Mi gratitud infinita al almirante Salvador Gómez Meillón. Su apoyo y solidaridad han sido cruciales para seguir adelante sin perder el rumbo.

Gracias a mi familia por su paciencia y acompañamiento, por impulsarme a volar y también a mantener los pies en la tierra. Gracias especialmente a mi madre, doña Licho, la cocinera que sembró en cada una de mis células la pasión por los ingredientes y el respeto a sus temporalidades.

Gracias a las autoridades que al hacer a un lado los colores políticos han abierto espacios y caminos para la cocina de Colima.

Este libro está dedicado a la memoria de don Jorge Aguilar.

*Nico Mejía*

*Nico Mejía en la exhacienda El Chical, en el municipio de Coquimatlán.*



## Un regalo extraordinario

No podría haberse pensado mejor regalo que este libro para nuestra tierra, para nuestro querido estado, a 500 años de la fundación de la Villa de Colima, primer antecedente de lo que hoy es el estado libre y soberano de Colima. Y si digo que no podría haberse pensado mejor, es porque para las y los colimenses esta celebración es muy especial, cargada de simbolismo, amor a nuestra región y orgullo por ser colimenses.

Si bien la historia de Colima es hermosa y nos resulta importante transmitirla para que grandes y pequeños tengamos claro tanto nuestro origen como las maravillas de esta tierra, también es cierto que hay elementos de esta esencia que son más complejos de compartir. Sin embargo, cuando hablamos de gastronomía, todos tenemos recuerdos que nos remontan a algún momento importante o simbólico de nuestra vida: la añoranza de un platillo de la abuela, mamá o papá, o incluso de una cocinera en alguna de nuestras comunidades.

Por eso, me parece extraordinario que seamos conscientes de que una manera de seguir viviendo nuestra esencia y origen es a través de los platillos tradicionales, de los secretos de cocina que han pasado de generación en generación y que tienen implícitos nuestro pasado e historia. Es un gran acierto que queden plasmados en un libro que nos permita inmortalizarlos y también asumir el compromiso y deber de seguir propagando y compartiendo esta riqueza.

En mí sólo hay reconocimiento y agradecimiento para Nico Mejía, un sobresaliente colimense que se ha destacado y reconocido a nivel nacional, lo cual siempre lo ha mantenido firme en su interés por difundir más de la riqueza de Colima, por compartir nuestra grandeza y por lograr poner en alto a nuestro estado, pues además ha tenido el acierto de desarrollar una serie de libros que rescatan, a través de la cocina, la historia y tradiciones de nuestras regiones, una identidad que homenajea a nuestros ancestros.

Si la cocina es una de las tradiciones que más comúnmente se heredan, ahora podemos enamorarnos del origen de la cocina colimense gracias a este gran libro, el cual contiene nuestro ADN y debería estar en cada hogar colimense, pues nos permite conocer la grandeza de nuestro estado y entender las raíces de nuestra comida tradicional. Pero también debería estar en las manos de muchos cocineros y cocineras de la región colimota y parte de la costa del Pacífico mexicano, pues la propia historia de Colima nos demuestra cómo estas bellas regiones influyeron en el desarrollo de otras latitudes.

Este libro, sin duda, enaltece el orgullo colimense y el amor que desde el paladar se nos ha inculcado por nuestra tierra.

*Indira Vizcaino Silva*

*Campos de limón y de palma de coco en el valle de Tecomán.*



## Por los valles de Colima

Cautivado por los valles de Colima y su gastronomía, el chef Nico Mejía nos comparte en este libro su amor por nuestro estado, por sus cocineros, cocineras y paisajes, así como las recetas que a lo largo de los años le han dado a Colima su sabor y color característicos, su personalidad propia.

Es un libro elaborado con las voces, las miradas y textos de artistas, fotógrafos, investigadores, fotógrafos y chefs de la Universidad de Colima y de la Universidad Tecnológica de Manzanillo. Todas y todos ellos, con esmero y deleite, fueron armando página tras página el mosaico histórico y cultural de la flora, la fauna y la historia gastronómica del estado.

Este rico patrimonio cultural, que es necesario dar a conocer a las generaciones más jóvenes, se fue construyendo al mezclar la complejidad de la naturaleza con la creatividad de las personas y la calidad de los alimentos, y esto a su vez con la historia, la sociedad y las costumbres, para nutrir la vida cotidiana de la entidad.

Se trata, pues, de un libro que vincula el conocimiento con la sociedad, lo que coincide con uno de los propósitos centrales de

esta administración. En estos años, nuestra Universidad está trabajando en renovar la pertinencia del quehacer universitario, por lo que promueve en sus planes de desarrollo acciones a favor de la preservación del medio ambiente y del reconocimiento a la diversidad cultural.

Por eso, cuando Nico Mejía nos habló de participar en la elaboración de este libro, lo apoyamos con laboratorios y espacios de experimentación. También invitamos a docentes y estudiantes de la Universidad, quienes se sumaron motivados por la propuesta creativa de esta magnífica edición, que invita a conservar y difundir la valiosa diversidad de nuestro estado.

La experiencia fue gratificante por el aprendizaje que deja en la comunidad universitaria, y porque con este libro podremos disfrutar y compartir con propios y extraños la trascendencia cultural, histórica y social de los valles de Colima.

*Christian Jorge Torres Ortiz Zermeno*



# A los colimotes del futuro

*Luzá Alvarado*  
Editora de Colima Sabe

Un amigo cubano, poeta exiliado en Italia, me contó una historia que me ha acompañado todos los días desde que comenzamos este proyecto en 2016.

A principios de siglo XX —recuerda él que le contaban sus abuelos—, las huertas y los campos de la isla de Cuba estaban sembrados con frutas y vegetales tan diversos que sus nombres y apariencia variaban entre una región y otra. Sin embargo, al llegar los soviéticos, estos campos se fueron transformando en enormes monocultivos de caña y otros cereales que Cuba intercambiaba con la entonces URSS por bienes que no eran precisamente nutritivos para los isleños. Más tarde, a inicios del siglo XXI, cuando los cubanos comenzaron a recuperar terrenos para el autosustento, habían olvidado cómo sembrar aquellos frutos que alguna vez les dieron identidad. Pero no todo estaba perdido: curiosamente, las nuevas generaciones recuperaron la memoria agrícola en Rusia, gracias a antiguos libros en los que los científicos soviéticos habían registrado los testimonios y las memorias de los campesinos isleños antes de aquella gran transformación.

Un fenómeno similar ocurrió en esta tierra cuando comenzó a llamarse Nueva España y luego República Mexicana. Algunas prácticas culturales resistieron mientras que otras se perdieron. Sin embargo, en los registros de los colonizadores hemos encontrado algunos hilos que nos permiten volver a tejer la identidad.

Cuando me detengo a pensar qué sentido tiene hacer estos libros, la historia de aquellos registros me señala el rumbo. ¿Será que estamos haciéndolos para los colimotes del futuro?

Plasmar las prácticas alimentarias de los valles de Colima es, antes que nada, una apuesta por transformar el presente. Al poner rostro y nombre a quienes figuran como simples cifras en los planes económicos —o que son borrados por la cocina mediática—, estamos enviando un mensaje a nuestros contemporáneos: “Estas personas son muy importantes, merecen nuestra gratitud y respeto”. Por ello, deseamos que este libro sea un testimonio para el futuro.

En los fértiles valles de Colima se concentran tanto todas las problemáticas —el calentamiento global, la vulnerabilidad de los campesinos, los efectos nocivos de la globalización, conflictos agrarios históricos— como todas las posibilidades de desarrollo, innovación y conservación.

Si este libro llegara a los lectores del futuro, nos gustaría contarles que la alimentación en los valles de Colima es (o pudo ser) un poderoso camino de transformación social, económica y ambiental; que encontramos cocineras creativas, campesinos indomables, pescadores ingeniosos y empresarios visionarios, así como ingredientes que quizá ya no existan en su tiempo. Con suerte en esta obra, tal vez, hallarán esa pieza que les hacía falta para reconstruir una forma más armoniosa de habitar el mundo.

# Prólogo

Sólo Nico Mejía puede sorprendernos con una proeza gastronómica de esta magnitud, un libro que hace evidente su amor por Colima, su tesón y su entrega total a una investigación que le ha tomado más de seis años. En esta ocasión, la saga continúa y hoy toca el turno a los valles de Colima. Este tomo devela un panorama poco sospechado para la gran mayoría, ya que si bien Colima es uno de los estados más pequeños del país, también resulta ser una región prodigiosa en la cual se da todo tipo de frutos, flores, ganadería y productos del reino animal para aprovechamiento del ser humano.

*Valles de Colima* es el compendio más importante y más completo que se ha hecho de los valles en toda la historia del estado. Un tomo en el que Nico descubre al tiempo que nos deja ver un Colima poco conocido, empezando, desde luego, por todos los aspectos multiculturales que el estado contiene. No se trata de un libro aislado, ya que hay otros tres que lo preceden: el primero nos introduce a la cocina colimota, el segundo a la gastronomía de sus costas y el tercero a la de sus montañas. Es así como se va conformando una colección que constará de cinco tomos.

Haré aquí un paréntesis para contar una anécdota que nos pasó hace poco más de 10 años, cuando acompañé a Nico a hacer los primeros rastreos de las recetas. En aquel entonces nos acerca-

mos a una reconocida cocinera que vio con gran escepticismo la intención de crear esta saga gastronómica, y que no quiso compartir sus recetas. Con la mirada casi nos decía, “Ustedes nunca van a lograr hacer un libro sobre Colima”. Aunque es cierto que tocamos puertas equivocadas, algunas que nunca se abrieron, también tocamos puertas que se abrieron de par en par. Y es así como hoy llegamos a este cuarto tomo que, sin lugar a dudas, es una delicia.

Es para mí un gran orgullo hacer el prólogo de este tomo, el cual es la secuela de un trabajo inmaculado sobre el estado de Colima que hoy en día se perfila para convertirse en la colección más completa de la región. De esta última, Nico Mejía cubre todos los valles: Tecomán, Armería, Ixtlahuacán, Coquimatlán, Colima, Manzanillo y Cihuatlán.

Es importante mencionar la generosidad de Mejía al presentar —en sus primeras páginas— al grupo interdisciplinario que participó en esta proeza bibliográfica, pues tuvo el acierto de convocar a una serie de especialistas académicos, fotógrafos, investigadores, cocineros y otras disciplinas más para poder conjuntar una obra de tal grandeza.

Este libro aborda un panorama histórico que nos habla de las tradiciones, los utensilios y los ingredientes primarios que luego se

*Arroz con limón y piloncillo, receta del valle arrocero de Buenavista.*



transformaron en una gran comida, así como de un factor que no podemos pasar desapercibido: la influencia filipina que llegó a través del Galeón de Manila y cuya herencia máxima es tal vez la tuba.

Otro de los aspectos insoslayables que presenta esta obra es la inmensa riqueza gastronómica de los valles. Tan sólo basta ver la página en la que aparecen nances, mangos, guanábana, plátano, sandía, papaya, melón, granada, coco, mamey, chicozapote, carambolo, piña, granada, guayaba, el famosísimo limón Colima y desde luego el coco. No es menor la producción avícola y ganadera.

Mención especial requieren los panes, pues aunque el de Comala ya es famoso, en los valles también existe un pan de ofrenda que refleja las formas de la fauna circundante: panes con forma de toros y vacas que conforman el paisaje colimote, así como también los de formas humanas que se usan para las ofrendas del Día de Muertos.

En la última sección se encontrará la parte más deliciosa, las recetas tradicionales, algunas conocidas, otras tantas desconocidas, pero todas, en sí mismas, un auténtico testimonio. Así es como cierra este libro de Nico Mejía, un legado de Colima para México y para el mundo.

*Ricardo Muñoz Zurita*

Chanfaina, platillo de herencia virreinal y ganadera de la gastronomía de los valles de Colima.



# Índice

500 años de tradición culinaria en Colima.....	29
La alimentación de los pueblos originarios.....	31
Población afrodescendiente y su legado histórico y culinario.....	35
La influencia filipina en la cocina colimense.....	39
Una identidad culinaria .....	41

## 1

### RAÍCES Y HERENCIA

---

Fértiles y claroscuros.....	47
El territorio transformado .....	53
La ambivalencia ambiental .....	63
Visión y voluntad.....	69
Vikinga Tropical: movimiento y regeneración .....	73
El compromiso de crecer en comunidad.....	77

## 2

### NOS GUSTA SER DE AQUÍ

---

Valle de Tecomán.....	91
Valle de Armería.....	95
Valle de Ixtlahuacán.....	99
Valle de Coquimatlán .....	103
Valle de Colima .....	107
Valle de Manzanillo.....	113
Valle de Cihuatlán .....	117

*Vista aérea que muestra el solar de cultivos de limón en la comunidad de Chanchopa, al pie de la Laguna de Amela, Tecomán.*



### 3

#### CULTURAS VIVAS

---

El alimento como ofrenda .....	125
De la tierra a la cocina .....	131
Ganado, sal y maíz.....	137
Rostros de los valles.....	143

### 4

#### NO SOMOS NADA SIN ELLOS

---

Ingredientes del reino vegetal .....	153
Ingredientes del reino animal .....	197

### 5

#### CON LA MESA PUESTA

---

Comidas y tamales.....	217
Panes y meriendas.....	279
Bebidas y salsas.....	295

Referencias bibliográficas .....	311
Acerca de Nico Mejía.....	317



## 500 años de tradición culinaria en Colima

El 500 aniversario de la fundación de Colima coincide con la publicación de este libro. Por ello, quisimos hacer un recuento de lo que ocurrió durante esos cinco siglos en materia culinaria. Este ejercicio implicó remontarnos a las prácticas alimentarias de sus pueblos originarios. Estas conformaron el sustrato donde los pueblos aquí llegados, desde distintos devenires históricos, sembraron sus semillas y productos, dando lugar a un mosaico de influencias que han construido una tradición, la cual no es historia contada, sino acción, movimiento, adaptación, mezcla y reinterpretación. Eso la hace vigente, viva.

La identidad culinaria de Colima está conformada por muchas influencias. Sin embargo, aquí hablaremos de las cuatro principales: la mesoamericana, la africana, la filipina y la española. Ángeles Olay, María Irma López, Paulina Machuca y Tonantzin Medina, cuatro destacadas especialistas en la materia, indagan en las prácticas alimentarias que siguen vivas en la tradición culinaria de Colima.



Logotipo conmemorativo de los 500 años de la fundación de Colima.

*Colección de objetos de la familia Ocón, Tepames.*



# La alimentación de los pueblos originarios

María Ángeles Olay Barrientos\*

Hace más de siete mil años, la domesticación de variedades silvestres del maíz consolidó el ascenso civilizatorio de prácticamente todos los pueblos que integraron el mosaico mesoamericano.

Los mitos primigenios y las evidencias arqueológicas nos hablan de un hombre que fue creado por los dioses a partir de la masa de maíz. De hecho, los dirigentes de la primera gran civilización, la olmeca, se asumían y se veneraban como la encarnación divina de la planta; por ello, sus tocados e insignias de poder muestran las múltiples fases de su crecimiento.

Alrededor del maíz se fue consolidando la base alimentaria de esos pueblos, los cuales se distribuyeron en amplios territorios e iniciaron la transformación de paisajes a partir de la diversificación de la agricultura. A los típicos productos de la milpa —maíz, fri-

jol y calabaza— se les fue agregando un amplio catálogo de vegetales como chile, jitomate, aguacate, haba, jícama, cacahuete, camote, yuca y cacao, entre otros.

Si bien el listado de animales domesticados fue limitado —perro, guajolote, abejas—, la caza, la pesca y la recolección siguieron suministrando y complementando las demandas alimentarias de una creciente población, la cual se debió en buena medida a la nixtamalización del maíz. La cocción del grano con ceniza y cal potenció sus propiedades nutricionales y propició la conformación de poblaciones más sanas. Esto convirtió al maíz en la columna vertebral de una tradición gastronómica de larga duración.

Las características físicas del territorio de Colima permitieron la cercana convivencia de los pueblos de tierras altas y tierras

\*Es arqueóloga por la Escuela Nacional de Antropología e Historia, maestra en Historia por la Universidad de Colima y doctora en Antropología por el Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social. Premio Peña Colorada 1994. Premio Nacional INAH Alfonso Caso 2006 a la mejor tesis de doctorado. Investigadora, Titular C del Instituto Nacional de Antropología e Historia, adscrita al Centro INAH Colima. Presidenta del Consejo de Arqueología del Instituto Nacional de Antropología e Historia, de enero de 2013 a agosto de 2016. Ha trabajado en diversos proyectos de investigación arqueológica, principalmente de salvamento y rescate arqueológicos en la costa de Jalisco, en la Ciudad de México, en Veracruz y en Chiapas. Desde hace 37 años se desempeña en Colima, en donde procuró el estudio de dos de los sitios monumentales del valle de Colima, e impulsó los estudios de rescate y salvamento arqueológico en la región. Ha escrito siete libros y poco más de setenta artículos.

*Cerámica con forma de calabaza; Colima, 200 a. C.—500 d. C. The Proctor Stafford Collection, LACMA.*

bajas, y favorecieron la disponibilidad de vegetales tanto silvestres como cultivados de una amplia diversidad de nichos ecológicos. En el espacio doméstico tenían pequeñas hortalizas que proveían calabacitas, chilacayote, chayote, papa, camote y cuajilote, pero también aprovecharon quelites, verdolagas, quintoniles y nopales que recolectaban en el campo.

A decir del antropólogo Guillermo Bonfil Batalla, fue el historiador Francisco Hernández quien describió en el siglo XVI la variedad de platillos que preparaba la población originaria; menciona hasta 17 tipos de atoles, mismos que combinaban diversos maíces, miel, aguamiel, epazote, chía, amaranto e incluso tunas. Por su parte, el geógrafo Carl Sauer menciona que en las tierras altas de la antigua Colima el maguey fue ampliamente utilizado tanto como alimento, bebida y jarcia.

La crianza de perros de patas cortas destinados a servir como alimento se ha documentado en los registros arqueológicos y en la memoria de los indios viejos que fueron interrogados hacia fines del siglo XVI en la Provincia de Motines, hoy Michoacán.

Las formas predominantes en las vajillas arqueológicas de Colima ofrecen indicios sobre los modos de alimentación. Al parecer, durante un largo tiempo la principal comida y bebida fueron los tamales y el pinole, un polvo de maíz tostado, batido en agua y aderezado con cacao. También comían las aves de la tierra,

venados, puercos de monte y tejones que cazaban, cocidos con su chile y su pipián.

Entre el 900 y el 1100 d. C. comenzaron a popularizarse los comales y los molcajetes; los primeros se utilizaban para cocer las tortillas y los segundos para la elaboración de salsas.

Con los rituales originarios se celebraban los ciclos de siembra y de cosecha, en los cuales se solicitaba y se agradecía a los dioses y a la naturaleza por sus dones, así como por perpetuar la continuidad del tiempo y de la vida. En ellos se consumían bebidas que relajaban el cuerpo y mitigaban las dificultades que las familias y las comunidades enfrentaban en la vida cotidiana, fortaleciendo así los lazos de solidaridad y legitimando a sus dirigentes y autoridades. Entonces se preparaban bebidas fermentadas y se consumían licores de ciruela y de maguey.



Vasija con forma de perro;  
Colima, 200 a. C.—500 d. C. Donada por  
Constance McCormick Fearing, LACMA.



# Población afrodescendiente y su legado histórico y culinario

María Irma López Razgado\*

El estudio de las poblaciones de Colima ha permitido poner en evidencia la inmigración de grupos asiáticos y africanos que sucedió cuando las comunidades indígenas se vieron disminuidas por los embates de la Conquista española en estas tierras.

El antropólogo Gonzalo Aguirre Beltrán demostró que la presencia de la población de origen africano en la Nueva España fue más numerosa de lo que se creía. Abordar sus manifestaciones culturales a partir de los registros documentales de diversos archivos históricos nos permite conocer más su legado patrimonial, histórico y culinario.

Si bien Colima fue una de las primeras villas fundadas por los españoles, el trabajo forzado y las enfermedades provocaron el despoblamiento indígena de la región. La necesidad de mano de obra fue entonces solventada por los españoles con la introducción de esclavos provenientes de África: angoleños, bereberes, congoleños y zapes, todos ellos con su propio baga-

je cultural. El historiador José Miguel Romero de Solís afirma que entre 1536 y 1600 había un total de 231 personas, hombres y mujeres, de origen africano. Datos sorprendentes para una villa que contaba entonces con tan sólo 46 españoles y un número reducido de indígenas. Negar la presencia africana en Colima implicaría renunciar a nuestra propia historia.

Hablar de herencia africana en la comida de Colima es difícil en cuanto que se trata de recursos bióticos distintos. Su influencia, sin embargo, se aprecia en los procesos de preparación de los alimentos, algunos de los cuales se adaptarían y sustituirían para combinarse con los ya existentes en la Nueva España.

Una investigación dedicada especialmente a rastrear la comida, música y danzas de origen africano en Colima ha visibilizado algunos rasgos al respecto. Podemos reconocer como herencia de afrodescendientes la preparación del frijol bayo o frijolillo en manteca de cerdo, así como la fruta dulce, elabora-

\*Historiadora del Instituto Nacional de Antropología e Historia (INAH). En 2023 tuvo el honor de coordinar el libro *Colima, el latido de sus años*, conjuntamente con el doctor José Miguel Romero de Solís, edición conmemorativa por los 500 años de la fundación de Colima, en el que también es autora del capítulo “Siglo XVIII: Transformación y mestizaje”. Por parte del Honorable Ayuntamiento de Colima y del Archivo Histórico del Municipio de Colima, participó en otro libro conmemorativo del V Centenario de Colima con dos textos: “María de Iniesta y el auge de los Trapiches de Azúcar en Colima (siglos XVII-XVI-II)” y “Resistencia de un linaje y supervivencia familiar” y “Colima: tras las huellas africanas y su diversidad cultural”. Fundadora y editora de la gaceta digital *Colima en el tiempo*, así como del programa de radio y seminario del mismo nombre. Actualmente es presidenta de la Sociedad Defensora del Tesoro Artístico de México (SODETAM), Capítulo Colima, y forma parte del Consejo Ciudadano de Radiodifusión de la Universidad de Colima.

Imagen: Slaves cutting the sugar cane in Antigua, dibujo de William Clark. The British Library/Unsplash.

da con plátano o camote, un poco de agua y piloncillo. Aunque su hechura ha variado, la influencia afro es evidente por la forma de emplear la caña de azúcar y los plátanos de Nueva Guinea. No se pueden dejar de mencionar los trocitos de caña de azúcar garapiñada que se vendían abundantemente en las festividades religiosas.

El contamal, la típica comida de los arrieros documentada a partir del siglo XVIII —y que hoy podría ser el tamal denominado pata de mula—, fue un sustento típico de los afrodescendientes. Su preparación consistía en una masa de maíz con manteca rellena de frijol y chile que se horneaba para aguantar el largo camino que hacían los arrieros, los cuales tardaban entre seis y siete días en llegar con buen fin a su destino.

No podemos dejar de mencionar dos bebidas, una denominada gallo —mezcla de jugo de naranja, agua de coco y chile—, y la otra, el célebre chocolate —cacao mezclado con leche—. Cabe resaltar que aunque este último es un ingrediente emblemático de la agricultura mesoamericana, para fines del siglo XVI los esclavos africanos eran los principales agricultores de este producto debido a la disminución de la población indígena; asimismo, para el siglo XVII las esclavas afrodescendientes fueron las principales cocineras de los conventos, por ello, de acuerdo con la antropóloga María Elisa Velázquez, el chocolate en leche es una bebida que se asocia con estas mujeres.

Aun cuando sea difícil comprobarlo, en otras regiones con presencia afromestiza se ha dicho que el menudo, llamado también mondongo, podría considerarse de origen africano.

Estas comidas y bebidas que se amalgaman a un gran mestizaje originado en estas tierras localizadas a la vera de la Mar del Sur, llamada también el Finisterre Novohispano, hoy forman parte de las raíces vivas de Colima.

La fruta dulce, elaborada con plátano o camote, agua y piloncillo, da cuenta de la influencia africana en la gastronomía de Colima.





# La influencia filipina en la cocina colimense

Paulina Machuca\*

Hace 450 años, un navegante llamado Álvaro de Mendaña desembarcó las primeras semillas de cocotero en el puerto de Salagua, hoy Manzanillo. Procedente de las Islas Salomón, en el Pacífico insular, Mendaña ofreció a los colimenses originarios una de las plantas más apreciadas en el mundo tropical, pues de la palma de coco se obtiene comida, bebida, medicina, techo y diversos utensilios.

Después de Mendaña, el Galeón de Manila se encargaría de transportar otros ejemplares de coco desde Filipinas, los cuales se introdujeron con éxito en el Pacífico mexicano, dando lugar a uno de los cambios de paisaje más importantes en nuestro país durante la época colonial.

Paralelo a la llegada del cocotero, diversos filipinos —conocidos en la Nueva España como “indios chinos”— se establecieron en las haciendas de palmas de coco que para entonces ya se habían creado, desde Colima hasta el actual estado de Guerrero. Gracias a su conocimiento ancestral sobre el uso y manejo de la palma de coco, los filipinos instruyeron a los habitantes locales en los beneficios de sus derivados: agua, comida, vinagre, aceite, le-

che, azúcar y bebidas como la tuba y el “vino de cocos”. Colima se convirtió en el mayor productor de este último aguardiente, y en el primer proveedor de bebidas destiladas en el mercado novohispano a inicios del siglo XVII.

A partir del año 1600, y durante toda la época colonial, la cocina colimense se fue forjando una identidad propia gracias a los insumos nativos en combinación con elementos procedentes del mundo filipino y asiático en general: además de la palma de coco se incorporaron a la dieta local el tamarindo, el mango y diversas especias.

Los recetarios novohispanos reflejan la influencia del Galeón de Manila en platillos y postres al tiempo que en Colima se consolidaron la tuba y las cocadas como elementos típicos de la región. Hoy en día, platillos como el ceviche encuentran su contraparte filipina en el kinilaw, mientras que el guinatán y el linogao de la Costa Grande de Guerrero nos recuerdan que la influencia filipina en la gastronomía del Pacífico mexicano pervive hasta nuestros días y que forma parte de nuestra memoria histórica.

\*Es profesora-investigadora de El Colegio de Michoacán. En los últimos años se ha especializado en la historia de los intercambios culturales entre México y Filipinas, durante los siglos XVI al XVIII. Entre su producción científica se encuentran el libro coordinado con Thomas Calvo (2016), *México y Filipinas: culturas y memorias sobre el Pacífico*, bajo el sello de El Colegio de Michoacán y el Ateneo de Manila University; *El vino de cocos en la Nueva España: historia de una transculturación en el siglo XVII* (El Colegio de Michoacán, 2018) e *Historia mínima de Filipinas* (El Colegio de México, 2019).

*Tubero de Armería trepa la palma de coco para recolectar la tuba (savia de la flor de la palma).*



# Una identidad culinaria

Tonantzin Medina García\*

Tras la Conquista española comenzó a girar la rueda de los cambios en la organización política, económica y social de Colima, así como en el paisaje natural de sus valles. La introducción de nuevas especies y de nuevos sistemas constructivos provocó transformaciones ambientales que, por supuesto, trajeron consigo estrepitosos cambios culturales.

La cultura alimentaria de los europeos comenzó a fusionarse con la mesoamericana, y lo que antes sólo podía ser cocido (en agua o al vapor) o asado, a partir del siglo XVI empezó a hornearse o freírse. Además, se introdujeron ingredientes para la condimentación que se volvieron esenciales en esta mezcla culinaria, como la pimienta, la cebolla, el ajo y el comino.

Dentro de la cocina todo tiende a volverse rebuscado: a mayor complejidad cultural, mayor complejidad de sus productos culturales. Así, los platillos se van llenando de ingredientes hasta llegar a preparaciones tan barrocas como la sopa de pan o el ante

colimote, que si bien son platillos mestizos, representan la ostentación virreinal en toda su expresión.

La llegada de los europeos al territorio que hoy llamamos Colima también inaugura la siembra de trigo, la cual se torna esencial en las comidas de fiesta. Ejemplo de ello son las coronas de pan y los cetros para los enrosos, los panes de muerto, los collares de pan y la capirotada propia de la Cuaresma.

La fusión de la cría de ganado con el antiguo manejo del maíz nos regaló la comida que se volvió parte emblemática de una identidad culinaria, aquello que los colimotes llamamos “cena”, aunque se sirva en el desayuno. Los sopitos, tostadas y sopes de pata, lomo y costilla; las enchiladas dulces, servidas con nuestro lácteo más representativo, el queso añejo; y nuestro pozole blanco de cerdo, con mucho ajo y chile macho.

Estos somos los colimotes. Somos la raíz mesoamericana de nuestro rico tejuino y bate; somos un Colima virreinal mani-

\*Licenciada en Lingüística por la Universidad de Colima y Maestrante en Antropología por el Instituto de Investigaciones Antropológicas de la Universidad Autónoma de México. Diplomada en Análisis de la cultura por la Coordinación Nacional de Antropología del Instituto Nacional de Antropología e Historia (INAH) y profesora-investigadora Titular B de la misma institución con el proyecto Evaluación y propuesta metodológica para el estudio de las lenguas y la cultura indígena en Colima. Sus principales líneas de investigación son sociolingüística, etnolingüística, lingüística cognitiva, antropología cultural y cultura alimentaria. Es coordinadora en campo del proyecto *Colima. Una gran travesía gastronómica*, del grupo Colima Sabe, con el apoyo de la Universidad de Colima.

*Enchiladas dulces, platillo identitario de Colima, rellenas de carne picada y elaboradas con un mole que lleva piloncillo.*

fiesto en nuestra arquitectura y en los piñones del ante; somos la población afrodescendiente expresada en la danza de morenos de Suchitlán y en los grandes cañaverales de azúcar y sus trapiches; somos la población filipina que nos trajo la palma de cocos que viste nuestras avenidas y que nos refresca con su deliciosa tuba recién bajada por la mañana, acompañada de un bolillo afrancesado.

Nuestras calles y cultura también cuentan la historia de los que llegaron después, como los alemanes en el siglo XIX, junto con los franceses y otras pequeñas poblaciones como la libanesa, que probablemente le dio el toque de hierbabuena al menudo y a las albóndigas.

Hacer el recuento de 500 años de tradición culinaria en Colima es celebrar la pluriculturalidad de nuestras raíces, para reconocernos como la población en la que se fue asentando una identidad propia: la colimota, esa que en la piel y en el pensamiento lleva un poquito de todo.

La capirotada de leche es uno de los platillos de Cuaresma más representativos de Colima.





Cañaveral en la zona baja del valle de Colima.



1

RAÍCES Y HERENCIA



## Fértiles y claroscurios

La diversidad geográfica de Colima es consecuencia del encuentro de la Sierra Madre del Sur y del extremo oeste del Eje Neovolcánico. Hace millones de años, este accidente geográfico no sólo dio lugar a montañas de agua y fuego, sino también a laderas y planicies donde ha florecido la vida: los valles de Colima.

Geográficamente hablando, un valle se define como el terreno plano que se forma entre varias montañas, así como las laderas de éstas, pues los escurrimientos de agua de los cerros modelan la planicie y nutren la vida de sus habitantes.

Nuestra investigación por la región colimota nos llevó a identificar siete valles definidos y delimitados por su identidad gastronómica y cultural: Tecomán, Armería, Ixtlahuacán, Colima, Coquimatlán, Manzanillo y Cihuatlán. Antes de internarnos en sus características particulares, hablaremos de los rasgos que tienen en común.

### Poblamiento

El primero de los rasgos que comparten los valles es su patrón de poblamiento, el cual ha seguido desde la antigüedad la misma ló-

gica de otras culturas en regiones con un paisaje similar. Las zonas planas y cercanas a los cuerpos de agua se reservan para las labores del campo, pues el terreno plano implica un menor esfuerzo físico y un mejor aprovechamiento de los recursos y la energía. Los caseríos, en cambio, se establecen en las laderas inmediatas a la zona de trabajo, pues la altura permite vigilar mejor las parcelas. Finalmente, en la cima de los cerros suele verse un manchón de árboles grandes y frondosos, los cuales son protegidos por los pobladores para atraer las lluvias y evitar deslaves.

### Ríos y bordos

Los valles de Colima están atravesados por vertientes de manantiales, arroyos y ríos como el Armería, el Naranja y el Salado al este, o el Marabasco y sus tributarios al oeste. Sus aguas son aprovechadas en cultivos tan variados como la pitahaya, el limón, la palma de coco, el mango, el maíz o el arroz, sin embargo, no todos los sembradíos cuentan con acceso directo a las vertientes. Para solucionarlo, se recurre a un sistema de bordos o estanques artificiales donde se almacena el agua de los ríos, la cual se lleva a través de pequeños

canales y, en casos como el del cultivo de arroz en Coquimatlán, luego es reintegrada al cauce río abajo.

## Pesca

Los ríos en sí mismos han sido fuente de alimento para los colimotes. Ejemplo de ello son las tilapias que viven en los bordos; los muy apreciados chacales, cuyo consumo es uno de los más arraigados en la población colimota desde hace siglos; y los chigüilines, pescados de roca que viven en corrientes de agua dulce y que hoy están en peligro de desaparición debido a la contaminación por el uso intensivo de plaguicidas y herbicidas en la región.

## Agricultura intensiva

Puede resultar desconcertante mencionar que el uso de agroquímicos en la agricultura intensiva sea otro de los rasgos que comparten los valles de Colima. Sin embargo, como verán a lo largo de este libro, es un tema ineludible en un volumen de gastronomía y en tiempos de crisis ambiental, económica y de salud.

La práctica de la agricultura intensiva comenzó en el estado a mediados de la década de 1970. Si bien ha aumentado la productividad, ésta no ha beneficiado directamente a los pequeños productores, pues ante la dura competencia ha resultado más rentable a corto plazo alquilar sus terrenos a grandes empresas. Muchas de ellas hoy cuentan con certificaciones orgánicas que les permiten enviar sus mejores productos al extranjero. Pero la realidad, como veremos más adelante, es que se requiere un cambio integral a largo plazo.

## Migración

La transformación de las prácticas agrícolas también está relacionada con otro de los rasgos compartidos de los valles: la migración

a los Estados Unidos, un elemento que no había aparecido como un fenómeno recurrente en nuestras investigaciones en las costas o las montañas de Colima. Durante las entrevistas, encontramos que muchos adultos mayores de 40 años han pasado al menos 15 años de su vida viviendo y trabajando en los campos de Estados Unidos. Así que Colima no sólo exporta sus mejores productos, sino también a sus mejores trabajadores. Los paisanos suelen enviar parte de sus ganancias a sus familiares en Colima, quienes les ayudan a supervisar la construcción de su casa, en donde habitarán al volver de Estados Unidos.

Como suele ocurrir, los paisanos en Estados Unidos han llevado consigo algunas de las recetas más entrañables de la cocina colimota, y hoy comienzan a destacar entre la vasta oferta culinaria mexicana del otro lado de la frontera. De manera paralela, meriendas como las encaladillas o los sopos arreglados de Tecomán, viajan empacados hasta polos de población colimota en el país vecino, como Carolina del Norte o Los Ángeles.

## Ganadería

Estos valles, cuyo ecosistema original solía ser una selva baja caducifolia, han sido transformados varias veces para alimentar a las distintas poblaciones que los habitan, eso incluye al ganado.

La ganadería, introducida por los españoles tras la Conquista, es una de las principales actividades de los valles. Selvas de cayaco, cacaotales e incluso palmares se han convertido en potreros donde, por suerte, aún se practica el libre pastoreo. Sin embargo, la presión del mercado hace que cada vez sea más difícil que los pequeños ganaderos puedan competir con productores más

Jornalero de Alzada,  
migrante retornado • Ganado libre de pastoreo  
en los valles costeros • Potrero del valle de Tecomán.



robustos, así que sólo se dedican a la cría de becerros que terminan su crianza en campos de Sonora. La ganadería, que a través de la charrería se ha convertido en un símbolo identitario, está en un momento complicado de su existencia.

## Carne de monte

La cacería solía ser uno de los medios de subsistencia de la población regional. Con la industrialización y la deforestación, especies como el venado o el jabalí han dejado de formar parte de la cacería para consumo local.

La práctica de la cacería de especies menores ha persistido, aunque con sus asegunes. Los armadillos, por ejemplo, con los que los campesinos preparaban platillos de fiesta, han ido desapareciendo debido a los plaguicidas y a la urbanización, mientras que las güilotas, los tejones y las iguanas, que suelen convertirse en plagas en los sembradíos, son cazados no solo con fines alimentarios, sino también curativos, sobre todo en pueblos y rancherías donde los servicios de salud son deficientes o inexistentes.

Los rasgos anteriores adquieren en cada valle una expresión culinaria muy particular, manifiesta en sus productos, sus platillos, sus fiestas y tradiciones. Y si bien el panorama que mostramos aquí está lleno de claroscuros, hay una realidad innegable: los valles de Colima son los depositarios de una valiosísima herencia gastronómica que va más allá de los mesoamericanos, los europeos y los filipinos que han pasado por aquí. Las influencias libanesas, francesas, alemanas e incluso africanas están presentes en estas cocinas donde palpita la fertilidad de la tierra colimota.

El campesino Gerardo Ramos en un arrozal de Buenavista, Cuauhtémoc • Los fértiles valles agrícolas del municipio de Tecomán.





# El territorio transformado

Tonantzin Medina García

Como cuencos, los valles de Colima van acopiando la riqueza de todo el territorio; en ellos se plasma la diversidad de climas y productos de este pequeño estado, pero también son el espacio en el que impactan las dinámicas económicas y sociales que van transformado la cultura alimentaria de manera más acelerada. La primera gran transformación documentada en este territorio del occidente de México es el encuentro cultural con los conquistadores.

El geógrafo e investigador Carl O. Sauer, en su libro *Colima de la Nueva España en el siglo XVI*, cuenta: “Los hombres que recién habían arrasado con los estados aztecas, no perdieron tiempo para dirigirse al oeste”, pues “Colima era importante para la obtención de riquezas, principalmente oro y plata, y como una base de aprovisionamiento o para las expediciones hacia el norte desconocido y el largo viaje hacia las Indias del este” (Sauer, 1990, p. 3).

Como lo cuenta Sauer, de manera muy temprana se dieron los primeros intentos de los españoles de entrar en el territorio llamado “Coliman”, pero fueron rechazados. Poco tiempo después, establecerían la Villa de Colima gracias al apoyo del pueblo tarasco.

Muchos fueron los intereses de la Corona en el territorio colimense: primero la búsqueda del oro y la plata; después, el puerto, la producción de cacao con una gran introducción y demanda en Europa; posteriormente la sal, que, por su capacidad química para purificar los metales preciosos, volvió la minería más

productiva. Este uso de la sal trajo una gran demanda durante el siglo XVII para toda la Nueva España. En palabras llanas: venían por la riqueza conocida y se quedaron por la riqueza particular de estas tierras.

[...] y le envié á mandar que buscasse un asiento que fuese bueno, y en él se fundase una villa, y que le pusiese nombre Coliman, como la dicha provincia, y le envié nombramiento de alcaldes y regidores para ella, y le mandé que hiciese la visitación de los pueblos y gentes de aquellas provincias, y me la trajese con toda la más relación y secretos de la tierra que pudiese saber [...]. (Carta de Hernán Cortés al emperador Carlos V, 15 de octubre de 1524)

En estos valles, los españoles encontraron una gran cantidad de riquezas marítimas, como perlas, corales y conchas, así como la posibilidad de la extracción de sal a gran escala y enormes plantíos de cacao. Estos últimos se volvieron las nuevas minas para algunos españoles debido a la fascinación que tuvieron los habitantes del Viejo Mundo por el recién conocido chocolate y sus efectos estimulantes.

Se sabe que a la llegada de los españoles este territorio ya era tributario de sal y algodón, lo que nos da una idea de su paisaje biológico a principios del siglo XVI. Para 1554, el oidor Lorenzo Le-

*Ruinas del casco de la exhacienda El Chical, en Coquimatlán.*

brón de Quiñones hace un recorrido por 200 pueblos de la región, de los cuales 161 pertenecían a la jurisdicción de la Villa de Colima. De esta visita resultó un documento llamado *Relación Sumaria de la visita*, en el que se hace un recuento de los habitantes, de los títulos de las encomiendas así como de la producción de los campos y sus pagos a la corona.

En su relación, el licenciado Lebrón testifica, entre otras muchas cosas, la existencia de 25 huertas de cacao, de diferentes dimensiones, pertenecientes a los ranchos y encomiendas españolas; entre todas poseían aproximadamente 746 mil árboles de cacao. También en este documento se plasma la existencia de 15,880 cabezas de ganado, entre vacas y yeguas, distribuidos en los 200 pueblos (Lebrón de Quiñones, 2006).

Este dato de mediados del siglo XVI ya refleja la gran transformación del territorio en apenas 32 años de la fundación de la llamada Villa de Colima. El establecimiento de haciendas, la proliferación del ganado mayor y el trabajo en las huertas fue creciendo junto con las necesidades y las relaciones intercontinentales.

## La llegada de los esclavos

Es conocido el gran costo humano que el Virreinato tuvo en el territorio colimense. Con las encomiendas establecidas, su continuo crecimiento y los nuevos productos en comercialización, la mano de obra tenía una enorme demanda que implicaba largas jornadas de trabajo y condiciones de vida de alta vulnerabilidad.

La provincia de Colima y los valles y provincias a ella anexas que están debajo de la jurisdicción de aquella Villa solían ser tierra muy poblada de gente cuando los españoles conquistaron, y según la relación que pude haber, era en tanta suma y cantidad que de cada cien partes de gente ahora no hay la una. (Lebrón de Quiñones, 2006, p. 25)

Debido a ello, la población originaria fue muy diezmada y se hizo necesario traer esclavos de origen africano a este territorio. Para finales del siglo XVI ya se habían introducido con gran fuerza las haciendas azucareras; los testamentos de la época ya mencionan trapiches, cañaverales, esclavos y huertas de palma de coco (Romero, 2001) entre los bienes de los difuntos.

Los esclavos negros fueron los principales empleados de los trapiches en los que se producía la miel de caña, por lo que se les relaciona culinariamente con muchos de los productos gastronómicos que incluían este ingrediente. Gracias a los trabajos de la historiadora María Irma López sabemos que la población afrodescendiente fue muy numerosa en la Villa de Colima y que sin duda fue dejando su huella cultural como legado. Aunque hay ingredientes provenientes de África, como algunas variedades de plátano y la caña de azúcar, éstos no fueron traídos por ellos mismos sino por los conquistadores y a través de otros continentes, por lo que no se les relaciona con la población esclava colimense. Sin embargo, ellos tomaron los ingredientes que habitaban este territorio y les impregnaron su huella, expresando su historia y cultura en ellos.

## De la diversidad a la estandarización

A inicios del siglo XVI, el territorio que ahora ocupa Colima era habitado por una serie de pueblos distintos, que si bien compartían ciertas tradiciones agrícolas, pesqueras y alimentarias, también poseían particularidades propias de cada terreno en un paisaje tan diverso como Colima, con sus lagunas, ríos, bordos, cañadas, valles, mar y montañas. Cuenta Lebrón de Quiñones que a su paso observó que en 10 leguas de comarca se hablaban más de 33 lenguas ininteligibles entre sí, lo que implica cosmovisiones y formas de relacionarse con el entorno de maneras diferentes (Lebrón de Quiñones, 2006).

Toda esta diversidad de lenguas, creencias y técnicas se fue unificando con la llegada de los españoles. La estandarización de productos y formas de cultivo crearon un nuevo sistema econó-



Laguna de Amela, Tecomán.

mico a partir de la producción a gran escala. El territorio se hizo uno: la Villa de Colima, lo que propició una mayor relación entre las comunidades y que todos los productos se conocieran e inter-cambiaran en los nuevos centros urbanos.

El fraile franciscano Antonio de Ciudad Real describió los productos de los que se vivía en Colima en el último cuarto del siglo XVI, específicamente el plátano, el cacahuate, los chicozapotes y la gran producción de coco:

Un cuarto de legua de aquel pueblo está fundada una villa de españoles que también se llama Colima, en la cual moraban setenta vecinos, los cuales viven de muchos cacauatales que tienen y benefician<sup>1</sup>, y de muchas estancias de ganado mayor. Es aquella tierra muy calurosa, como toda la demás que nace en la costa del Mar del Sur como ella, y cría muchos mosquitos que persiguen a los que la habitan, y aun a los huéspedes, aunque vayan muy de paso; dase en aquélla mucho algodón, plátanos y chicozapotes; danse muchos cocos, que son un árbol muy hermoso y vistoso que se hace tan alto como la palma, a la cual se parece mucho. En comenzando a llevar fruta el coco, que es a los siete u ocho o nueve años, echa cada mes un racimo, y en cada racimo veinte y treinta y más cocos, aunque no todos se gozan porque se caen cuando pequeños, y vienen a quedar diez o doce poco más o menos; hácese éstos muy grandes y tienen una corteza de dos dedos de grueso, por de fuera verde y lisa, y por dentro lleno de hilachas; debajo de esta corteza tienen una cáscara delicada, pero muy dura y vedriosa, la cual es blanca cuando el coco no está bien maduro, pero si lo está, se pone negra, y della se hacen los cocos que llevan a España, que sirven de vasos para beber. Dentro desta

<sup>1</sup> En esta época, la palabra beneficio se refiere a trabajo. Decir “benefician” es lo mismo que decir “trabajan”.

cáscara, y pegada a ella, tienen casi un dedo de grueso de carne muy blanca y gustosa, de sabor de avellanas o almendras dulces; lo restante está lleno de agua muy delicada y suave, blanda y muy buena de beber, la cual se va consumiendo como se va madurando el coco. (de Ciudad Real, 1993, p. 143)

## El siglo XVII: la consolidación

Unos años más adelante, las fuentes registran la continuación del desarrollo económico de la Villa de Colima. Según el historiador Ramón López Lara (1973, p. 32), “el siglo XVII fue para la Nueva España el de su consolidación, prosperidad y bienestar social. Y grande parte tuvo en esta consolidación el factor económico”. Esta referencia se encuentra en la nota preliminar de una edición de 1973 que recoge un informe del siglo XVII sobre pueblos y beneficios del obispado de Michoacán.

Este documento es de gran relevancia, pues en él se reportan cientos de pueblos que pertenecían al obispado, las fuentes de ingreso que éstos tenían, así como la cantidad de diezmo que ofrecían en relación a sus bienes. También presenta un panorama general de la región desde el aspecto económico:

El cultivo de la caña de azúcar y el beneficio de la misma en los trapiches de Colima, Michoacán y Guerrero; la cosecha de cacao, cocos y otros productos propios de las zonas costeras daban a la vasta región del obispado un rendimiento económico bastante considerable para que la economía estuviera en alto nivel de prosperidad. (López Lara, 1973, p. 32)

Para el caso de Colima, el documento habla del herraje de 4,680 becerros al año (además del ganado adulto, ya herrado); la fabricación de al menos 1,500 botijas peruleras de vino de cocos al año, lo que equivaldría a unos 10,500 litros anuales, sin contar

los que se consumían en los mismos ranchos. También registra la cosecha de 128 cargas de cacao, que serían cerca de 22,400 kilos; y sólo se tiene registro de un rancho cerca de Ixtlahuacán que producía poco más de 4,000 kilos de maíz al año.

El documento registra dos zonas de extracción de sal, de las que no se especifica su ubicación exacta. De la primera, sólo dice que está a ocho leguas de la Villa de Colima, con una producción de 3,000 fanegas de sal al año. De la segunda, dice que están junto al mar y que producen entre 4,000 y 5,000 fanegas anuales; en promedio, según el documento, serían unos 37,500 kilos de sal al año.

En todo este desarrollo económico ocurrido durante los siglos XVII y XVIII en el occidente de México, fueron determinantes los viajes intercontinentales transpacíficos, aquello que hoy se ha denominado la “primera globalización”, es decir, el arribo del Galeón de Manila a los puertos de Navidad, Salagua y Acapulco. Con esta embarcación (que en realidad era una flota mercante con varias naos en tránsito) arribarían a Colima nuevas especies vegetales, mercancías y, lo más importante, personas de culturas asiáticas que al correr de la historia serían reconocidas como una de las raíces más importantes de la cultura colimense.

La historiadora Paulina Machuca, una de las investigadoras más prolíficas en este tema, ha podido evidenciar la gran herencia cultural que nos dejaron los llamados “indios chinos”. La tuba, el juego llamado charangay, el vino de cocos y las cocadas son algunos ejemplos del patrimonio heredado por estos marineros del sureste asiático que se asentaron en las costas de Colima, que se mezclaron con la población y que legaron su conocimiento.

## El agua que nutre los valles

En el siglo XVIII, específicamente en 1778, el capellán Juan Joseph Morales, en cumplimiento del mandato del virrey Antonio María de Bucareli y Ursúa, envía un documento llamado *Ixtlahuacán y sus pueblos*, en el que da cuenta de la geografía, plantas, anima-



Chacuaco del antiguo ingenio azucarero del siglo XIX.

les y comunidades pertenecientes a su curato. Cabe señalar que en ese tiempo Ixtlahuacán era cabecera del curato que territorialmente llegaba hasta el pueblo de Caxitlán, hoy Armería, hasta el cerro del Alcomún, hoy perteneciente al municipio de Coquimatlán, y por el sur hasta el mar, en tierras que hoy le pertenecen al municipio de Tecomán y al estado de Michoacán.

En este documento se habla de tres ríos importantes que cruzan el territorio. Joseph Morales señala que sobre ellos hay lagartos de mediano tamaño que llegan a poner en riesgo la población, pero también habla de la gran cantidad de productos extraídos de sus aguas. Del río Cautlani describe:

[...] Para provecho de los que habitan en sus contornos (el río) tiene pescados que llaman guabinas, aunque no muchos, algo aguanosos al comerlos, otros más cortos llamados chigüílines los que son mui sabrosos, y género de camarón muy grande llamado chacale de mediano sabor, tiene otros pescadillos mui espinosos que llaman chipas mui molestos al comerlos, todos estos peses en poca cantidad y solo cuando se enturbian las aguas y se da alguna abundancia de ellos. (Morales, 1978, p. 11)

Al hablar del río Coahuayana (Tlaquahuallana), primero describe su gran caudal y luego continúa: “[...] además de los referidos lagartos tiene robalo, roncador, pargo, ture que en España llaman Atun guabina, cabezuda, lisa, trucha, sardinas, viejas, peragallo que en España llaman Bonito, barpillas y chacales [...] solo en principio de aguas abunda” (Morales, 1978, p. 12).

Muchas de las variedades de *peses* aquí nombradas se han extinguido de estos caudales por la sobreexplotación, pero también por los agroquímicos que llegan hasta el agua de los ríos debido al deslave y las filtraciones. Sin embargo, otras tantas todavía se pescan y consumen, algunas de ellas, como en el caso de los chacales, con las técnicas ancestrales heredadas de los primeros pobladores de estas tierras.

Joseph Morales también habla de las lagunas pertenecientes a su curato. De la laguna de Alcuzahue (Alcusagüi) dice que en ella se pesca “chioco”, al que describe como “un pescadillo corto mui espinoso de mal gusto, de que comen solamente los indios por su necesidad” (Morales, 1978, p. 13). Tanto el consumo de este pescado, documentado actualmente como chococo, como el del chigüilín siguen vigentes en los pueblos de Ixtlahuacán y Coquimatlán, respectivamente, y son un referente de su cultura alimentaria. El chococo principalmente se elabora en tamales de salsa verde molcajetada, lo que nos recuerda su origen absolutamente mesoamericano, prácticamente sin modificaciones. Del chigüilín se hacen diversos platillos, como mole, tamales y chigüílines en salsas rústicas de jitomate.

Sobre los ingredientes de mar, Joseph Morales describe erizos, ostiones, caracoles (que también sirven para teñir de morado), huevos de tortuga que son consumidos por todas las clases de personas<sup>2</sup> y distintas variedades de cangrejos de los que, “en el primer aguacero los hay en gran abundancia y de muy buen gusto [y sabor]” (Morales, 1978, p. 14), a decir del capellán.

Con estas descripciones, no es de extrañarse que haya una gran variedad de platillos elaborados con jaiba y moyo. De este último destacan las albóndigas, propias de Cerro de Ortega, cuyos pobladores más antiguos recuerdan de su niñez la abundancia de estos cangrejos de gran tamaño con los que se cocinaban dichas albóndigas. Hoy, por lo escaso de los animales y su reducido tamaño, se tiene que completar la albóndiga con pescado.

## Huertas milenarias

La lista de árboles es muy amplia en el documento de Joseph Morales, pero me gustaría resaltar aquéllos que aún siguen vinculados con los usos culturales.

<sup>2</sup> No hay que olvidar que en este tiempo la sociedad se regía por un sistema estamental, es decir, basado en castas.



Pescador del río El Naranjo, en Las Conchas, valle de Tecomán.

En sus descripciones, el capellán menciona zapote prieto, zapote blanco, anona, tamarindo, guamúchil, huizilacate, guayabillo, aguacate, mamey, naranjo y palma de cocos, especies aún presentes en la región, muchas de las cuales incluso se convirtieron en cultivos a gran escala. También aparecen otros como la ciruela, los nances, la parota, el cuahuayote o bonete, árboles cuyos frutos son parte medular de la cultura alimentaria de temporal que, de manera general, sigue siendo de recolección. Con ellos se preparan platillos, como bonetes con huevo, tortitas de parota o salsa de ciruela, entre otros, que dan identidad a las comunidades.

El mojo es de una gran relevancia cultural en los pueblos rurales de Colima. Joseph Morales lo describe como “un palo maciso y nada durable, sus frutos son unas bolitas a manera de tejocotes, con el color de ceniza, esta fruta se come cocida entre los indios y sabe a pan de maíz cocido, es un poco amarga” (Morales, 1978, p. 23). Durante muchos años, los pueblos indígenas conservaron las técnicas de sus usos, y gracias a eso en los últimos tiempos se ha extendido su popularidad en la elaboración de café, tortitas en salsa, pan y galletas, pues se ha reconocido científicamente su gran valor alimenticio. En la antigüedad, los arrieros o quienes emprendían grandes caminatas entre los cerros elaboraban una masa de mojo y maíz que se comía en pequeños bocados durante el viaje. Esa masilla daba la suficiente energía para la travesía y tenía la ventaja de que no ocupaba mucho espacio ni era pesada.

En la colección de plantas descritas en el documento hay algunas ya desaparecidas y otras con gran vigencia como los jitomates, chaltomates y ojos de venado, descritos por el capellán como una “especie de verdura de calidad fría que usan en los guisados y salzas”, además de calabazas, jícama, plátano, camotes de palo y camotes de monte, “pitahallas” (pitayas, rojas cubiertas de espinas) y “pitaxallas” (pitahayas, de color rosa y verde, sin espinas [Morales, 1978, p. 31]).

En este documento de 1778 se registra también el uso del mezcal o agave para la extracción de vino y fibra, el consumo de al menos cuatro variedades de quelites (quelite, tesonquilit, chipi-

lquilil y tonal quilil) diferenciados de la verdolaga; el chile mirasol de cultivo y el chilpote como fruto silvestre de temporal; la sábila, la salvia, el estafiate y el ajengibre.

Resulta muy relevante que entre las plantas de cultivo se mencionen el algodón, que se sembraba en septiembre y se cosechaba en marzo o abril, el maíz, el frijol, la mostaza, la calabaza y la sandía.

Este recorrido nos muestra que desde el siglo XVI en los valles de Colima comenzó una gran transformación que fue respondiendo a la consolidación del territorio y al desarrollo poblacional de cada una de sus comunidades. Por fortuna, la resistencia cultural ha permitido la conservación de ingredientes y técnicas que con el tiempo se han asentado como parte de la identidad cultural de cada comunidad.

Los chigüilneros de Coquimatlán, la extracción de sal en Cuyutlán, la sopa de pan de los pueblos más cercanos a la Villa de Colima, los tamales de chococo de Ixtlahuacán, las fiestas charrotaurinas de Villa de Álvarez, entre otros ejemplos de la cultura gastronómica viva, son un legado y un testimonio del impacto que han dejado los distintos pueblos que han transformado la riqueza natural de estos valles.

Diversidad de especies comestibles de gran arraigo en la región del valle de Colima.





# La ambivalencia ambiental

Juan Carlos Tejada González\*

Nuestra investigación por los valles de Colima nos reveló una dualidad inherente a la región: por un lado, el importante desarrollo económico que proveen los valles; por el otro, la lucha por la subsistencia de ingredientes, recetas, recursos naturales y comunidades ante el incesante crecimiento agrícola, urbano y minero.

Las tierras de los valles de Colima, como mencionan Almendros y González (2009), deben su fertilidad a las continuas emisiones de cenizas del Volcán de Fuego. A éstas se añade otra característica importante en la región: la presencia de ríos y arroyos que cruzan de norte a sur este territorio, provocando la concentración de sedimentos aluviales que son propicios para el cultivo. Dichos autores también destacan que la variación de 400 a 1700 msnm en la zona provoca diferentes climas y vegetaciones en su superficie: desde los bosques de encinos en la parte norte hasta las selvas bajas caducifolias y los matorrales subtropicales en las mesetas y cañadas. Esto permite la disponibilidad

de una buena cantidad de recursos y productos provenientes de una gran diversidad de ecosistemas.

Actualmente los valles de Colima mantienen su diversidad de ecosistemas, aunque los recursos y productos que en ellos se generan se han visto limitados por el desarrollo intensivo de actividades agrícolas y económicas de los tiempos modernos. El crecimiento urbano y la expansión de áreas agrícolas, a la par del desarrollo de actividades mineras, han dado paso a una presión incesante a los recursos naturales aprovechables en los valles de Colima, principalmente a la relacionada con la disponibilidad de los recursos hídricos.

## Situación actual y sus efectos

De acuerdo con el estudio *La biodiversidad en Colima* (CONABIO, 2016), el 90% de la población colimota se asienta sobre lla-

\*Ingeniero Civil por la Universidad de Colima, maestro y doctor en Ciencias Ambientales por la Universidad Autónoma de San Luis Potosí. Profesor-investigador de tiempo completo, titular A en la Facultad de Ingeniería Civil de la Universidad de Colima. Perteneció al Sistema Nacional de Investigadores y es coordinador del Comité Técnico de Medio Ambiente y Sustentabilidad del Colegio de Ingenieros Civiles de México (CICM), co-coordinador de la Sección de Agricultura, Forestal y Pesca de la Asociación Internacional para la Evaluación de Impactos (IAIA), y miembro de la Asociación Internacional de Recursos Hídricos (IWRA). Se especializa en instrumentos de evaluación ambiental, particularmente en los estudios de impacto ambiental y evaluación ambiental estratégica.

nuras y valles que cubren un 38% del territorio del estado. En nuestro recorrido por estas regiones, nos encontramos con que la alta productividad agrícola, en la mayor parte de su superficie, convive con el desarrollo urbano, sobre todo en Colima, Tecomán, Armería e Ixtlahuacán, y con otras actividades económicas como la minería, especialmente en Alzada.

Si tenemos en cuenta que la principal actividad de los valles es la agrícola, no es raro que los principales efectos en el ambiente estén relacionados con ella. Los estudios de Rodríguez-Aguilar, Ceballos-Magaña, Virgen-Campos y Muñiz-Valencia (2021)—realizados en muestras de agua de los ríos y arroyos que cruzan los valles (Marabasco, Armería y Coahuayana)— reportan presencia de plaguicidas a base de compuestos organoclorados tales como triclosán, un derivado del fenol, sustancia empleada como agente antibacteriano y con características insolubles en agua, lo que provoca la inhibición de la fotosíntesis de las algas de ríos; epóxido de heptacloro, un compuesto formado a partir de la degradación del heptacloro, mismo que se utiliza como plaguicida y que provoca daños en el hígado y en el sistema nervioso al ingerirse, y que ha sido catalogado por la Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos como posible carcinógeno en seres humanos (ASTDR 2022a); clorofenil metanona, que según datos de RISCTOX, puede provocar defectos genéticos y es muy tóxico para organismos acuáticos, con efectos nocivos duraderos; y clorofenil pirrolidina, un compuesto organoclorado del que no se conocen con certeza sus efectos en el ambiente y en la salud humana, lo cual no es un buen indicio.

En un estudio más amplio, Rodríguez-Aguilar, Martínez-Rivera, Muñiz-Valencia, Mercado-Silva, Iñiguez-Dávalos y Peregrina-Lucano (2022) demostraron que en la cuenca del río Ayuquila-Armería, que cruza exactamente por la zona central del Valle de Colima, hay una presencia significativa de malatión, un plaguicida que interfiere con el funcionamiento normal del sistema nervioso (ASTDR 2022b), y de glifosato,

un herbicida muy utilizado que se relaciona con efectos respiratorios (ASTDR 2022c).

Una posible explicación a lo anterior es la alta tasa de exportación de productos agrícolas cultivados en los valles de Colima. Para cumplir con la fuerte demanda de frutos como limón, pitahaya, papaya, pepino, plátano, entre otros, los productores locales, ante la falta de alternativas accesibles y sustentables, deben recurrir a la agricultura intensiva, también llamada convencional, cuyos monocultivos requieren el uso de plaguicidas y herbicidas. Cuando éstos exceden su ámbito de acción, como revelan los estudios antes mencionados, ponen en riesgo no sólo la misma actividad agrícola, sino también la vida de muchas especies.

Además de la presión por el desarrollo agrícola, pudimos constatar que el crecimiento urbano también compite por espacio en los valles de Colima, teniendo un incremento significativo en la zona conurbada Colima-Villa de Álvarez, como polo de desarrollo en la zona alta del valle para comunidades satélite en los alrededores, y una futura conurbación de nivel metropolitano que involucra las cabeceras municipales de Comala, Cuauhtémoc y Coquimatlán; mientras que para la zona sur, la conurbación involucra directamente a las cabeceras de Armería, Tecomán e Ixtlahuacán, siendo los valles de Manzanillo los más aislados en el estado, a causa de su configuración geográfica.

En nuestro recorrido observamos que la presión urbana hace que el consumo de recursos naturales en los valles se incremente exponencialmente, provocando la pérdida o disminución significativa de ingredientes o alimentos que tradicionalmente se



Planta secadora de arroz en Buenavista, Cuauhtémoc.

encontraban en la región, como el caso de los chigüilines (pez endémico en Colima) en los ríos de Coquimatlán.

Otro caso interesante es el producido por las altas tasas de inmigración de Centroamérica o de estados como Chiapas y Oaxaca para atender las épocas de cosechas en los valles. Estas poblaciones ejercen presiones importantes a servicios municipales tales como vivienda, dotación de agua, drenaje, salud y educación, principalmente en municipios como Tecomán, Ixtlahuacán, Armería, Coquimatlán o Cuauhtémoc.

Por último, observamos que las actividades mineras también dejan su huella en zonas como Alzada, en la planta peletizadora en Cuauhtémoc, y en Pueblo Juárez, Coquimatlán, con la extracción de hierro. Estas actividades generan polvos que tienen efectos visibles en el ambiente, principalmente en la atmósfera, los suelos y en la salud de las personas. Su mayor impacto es en la productividad agrícola, ya que los polvos dispersos en los campos inhiben la fotosíntesis.

## Retos y posibles alternativas de mejora

Los valles de Colima son parte fundamental del desarrollo en el estado. Así como lo vimos en los tomos dedicados a las cocinas de las costas y las montañas, la gran riqueza culinaria de la región está sustentada en los recursos naturales de los valles, bastión de la cocina colimota. Sin embargo, para que las principales actividades de la región —agricultura, desarrollo urbano y minería— tengan un futuro sostenible, los retos son enormes.

Es necesario replantear la manera de realizar nuestras actividades económicas, no para eliminarlas, sino para lograr su evolución. No podemos seguir pensando en realizar dichas actividades de la misma forma en como se han desarrollado históricamente, si es que aspiramos a tener resultados diferentes. En nuestros viajes de investigación encontramos ejemplos importantes que atisban este cambio: la granja Vikinga Tropical rumbo a Tecuanillo, las inversiones sustentables de SiCar Farms en Tecomán, o la protección y

recuperación de los chigüilines en Coquimatlán son sólo una muestra de ello.

Los retos mayores vienen con las actividades menos flexibles: todavía no se ha encontrado una minería sustentable y las políticas actuales de desarrollo urbano en Colima no han mitigado la expansión urbana. Hace falta más investigación e innovación en el estado de Colima, pero con una orientación a la resolución de nuestras principales problemáticas. Es necesario invertir en estudios más profundos de nuestras fortalezas y debilidades, tanto para sistematizar las buenas prácticas como para identificar oportunidades de mejora.

En todas las regiones visitadas hasta ahora por el proyecto gastronómico de Colima Sabe (las costas, las montañas y los valles), la gente que habita en ellas tiene un cúmulo de conocimiento que no ha sido documentado, el cual puede servir para la mitigación de nuestros problemas ambientales actuales. Ellos y ellas son los guardianes de los ingredientes y de nuestros más preciados recursos naturales. Un gran reto y posible alternativa de mejora es aprender a escucharlos.

Colmenas aledañas a los campos de limón de SiCar Farms, en el valle de Armería • La investigadora Elvira Silva en las colmenas de SiCar Farms, valle de Armería • Campos de pitahaya de SiCar Farms en el valle de Tecomán.





## Visión y voluntad

La influencia de la empresa Colimán ha sido determinante en la agricultura de los valles de Colima, pues ha cambiado no una, sino dos veces la forma de producir fruta. La primera transformación se remonta a la década de 1960, cuando el joven emprendedor Jorge Aguilar, oriundo de Tecomán, implementó altos estándares de calidad para convertirse en el mejor productor y distribuidor de México, así como en un importante exportador. La segunda fue hace una década, cuando don Jorge decidió convertir el 80% de su producción de banano a cultivo orgánico certificado. En ambas ocasiones, los productores vecinos, a su ritmo, pero con certeza, han seguido el ejemplo de Colimán.

Influir en el sistema agrícola de toda una región, específicamente el valle de Tecomán, no es poca cosa. Hay que tener recursos para nutrir la investigación y la innovación, pero sobre todo la tenacidad y la apertura de cambiar una cultura de trabajo.

### Cambiar de paradigma

Don Jorge Aguilar, a sus escasos 19 años, partió al norte de México a probar suerte como distribuidor de fruta. Vio que en Hermosillo, Sonora, había las condiciones para lograrlo y se estableció allá. Carismático y trabajador, encontró la manera de iniciar su propio negocio, pero eso implicó crear sinergia con distintos productores para lograr un producto que cumpliera con los estándares que entonces exigía la industria.

*Producción de plátano orgánico de la empresa Colimán.*

Años después, ya con la experiencia vivida en el norte, don Jorge volvió a Tecomán y sembró en los productores la conciencia de que la venta de sus cosechas dependía de la calidad. Con esfuerzo y tenacidad, consiguió que los productores colimenses y de otras regiones lograran un producto estandarizado y apto para la comercialización local y la exportación.

La producción de banano en Colima creció tanto que pudo competir con estados como Tabasco. Sin embargo, hace unos quince años comenzó a cambiar la situación del mercado y, por ende, la del campo. En la industria mexicana no sólo había malas prácticas, sino también una competencia desleal. Pero don Jorge vio la luz al final del túnel cuando surgió una oportunidad comercial, sólo que ésta requería implementar la siembra orgánica de banano, algo que hace diez años no estaba en el horizonte de los productores mexicanos.

Visionario, don Jorge Aguilar no dudó en aceptar el reto. Con su equipo de investigación e innovación, y la labor de los agricultores logró, en un lapso de entre dos y cuatro años, transformar casi toda su producción al cultivo orgánico certificado. Esto le abrió el camino a un mercado con parámetros muy distintos a los que modelaron el campo donde él se había forjado como empresario hace treinta años. El mundo estaba cambiando, y don Jorge cambiaría con él.

Hoy, productores de Europa, Canadá, Japón, China y, por supuesto, Estados Unidos, acuden con regularidad a sus campos

para cerciorarse de que las cosas son como se cuentan en el papel. Y a diferencia de los grandes acaparadores mayoristas que operan masivamente en México, los importadores extranjeros han estado dispuestos a pagar el precio de un producto orgánico porque sus consumidores tienen mayor conciencia sobre los efectos tóxicos de los agroquímicos.

## Comercio justo

Don Jorge Aguilar no se conformó con obtener la certificación orgánica, sino que también logró conseguir la de Fair Trade (comercio justo), una organización internacional que busca mejorar las condiciones de vida de los trabajadores del campo. Lejos de ser un programa social como los que conocemos en Latinoamérica —que en lugar de enfocarse en generar desarrollo subsidian la pobreza a cambio de votos—, Fair Trade involucra a todos los participantes de la cadena productiva para generar un excedente que beneficia directamente a los agricultores, sin intermediarios políticos.

Muestra de lo anterior es el acuerdo que Colimán tiene con la tienda de supermercados orgánicos Whole Foods. Un ejemplo para fines ilustrativos: comprar el banano orgánico cuesta 10 dólares, pero cuando tiene la certificación de Fair Trade, se paga en 12 dólares. Esos dos dólares extras van, íntegros, a la caja de ahorro de los agricultores que maneja la organización Fair Trade, quien administra e implementa las mejoras en las comunidades de acuerdo con estudios serios sobre las necesidades colectivas de desarrollo y calidad de vida.

## ¿Quién tiene el poder del cambio?

La historia de Colimán es el mejor ejemplo de cómo los criterios de comercialización y distribución modifican las prácticas agrícolas en beneficio de la salud. Pero no pensemos que los únicos que tienen esa posibilidad son los clientes mayoristas. Cuando empresas productoras y distribuidoras como Colimán logran acuerdos

comerciales más sustentables y equitativos, pueden ofrecer mejores pagos, prestaciones de ley y beneficios sociales, los cuales se traducen en una mayor productividad y estabilidad. Por más extraño que suene, estas condiciones de trabajo no existen en el campo mexicano, salvo contadas excepciones.

La posibilidad de ofrecer mejores condiciones de trabajo hace a una empresa más atractiva a los ojos de los trabajadores. Por lo tanto, si los clientes mayoristas no ofrecen mejores acuerdos comerciales, las empresas productoras y distribuidoras se negarán a venderles, porque si no hay trabajadores, no hay productos que vender. En este panorama, que es relativamente nuevo en la región colimota, los productores y sus trabajadores están recuperando poco a poco un poder que habían perdido desde la entrada del Tratado de Libre Comercio con América del Norte.

Los cultivos ecológicos, orgánicos o sustentables son una tendencia en todo el mundo. Además de una innegable ventaja comercial, tienen un enorme impacto en la vida de trabajadores y consumidores, así como en la conservación de los suelos y la salud de los ecosistemas. Buena parte de los herbicidas que se han utilizado por décadas en el cultivo convencional de frutas y hortalizas han contribuido a la extinción de especies, la contaminación de cuerpos de agua y la generación de enfermedades como cáncer en los trabajadores e incluso en los consumidores. El cambio no es sencillo, pero sus efectos a largo plazo, como lo ha demostrado Colimán, son positivos para la Tierra.

Huertas de plátano y trabajador de la empresa Colimán en el valle de Tecomán.





# Vikinga Tropical: movimiento y regeneración

Uno de los proyectos más interesantes que están cambiando la perspectiva de la crianza de animales en los valles de Colima es Vikinga Tropical. Liderado por la veterinaria Warenka Smutny, con el apoyo de su esposo, un ingeniero ambiental, este emprendimiento responde a tres preguntas cruciales en este momento de crisis ambiental: qué podemos hacer para vivir que sea éticamente responsable, que ayude al medioambiente y que nos dé una vida con sentido.

Warenka nació en la Ciudad de México y vino a vivir a Colima a los 15 años. Su abuelo paterno era un granjero de República Checa que migró a México huyendo de la Segunda Guerra Mundial; sin apoyo ni dinero pero buscando la subsistencia, terminó produciendo manzanas y champiñones. Warenka no lo conoció, pero siempre se sintió muy cercana a esa vocación. Su abuelo materno era médico y a ella le llamaba la atención ser neurocirujana pero, como buena amante de la naturaleza y de los deportes al aire libre, se resistía a pasar su vida encerrada en un quirófano.

Estudiar veterinaria le permitió conjuntar su pasión por mejorar la salud y estar en contacto con la naturaleza. Sin embargo, cuando comenzó a ir a las granjas y vio las terribles condiciones en las que vivían los animales, el impacto fue tan grande que dejó de comer carne por un tiempo, pero el deporte le pedía complementar su dieta con proteína animal. Entonces, con el apoyo

de su esposo, idearon una manera de producir carne en condiciones de respeto y sustentabilidad.

Comenzaron criando gallinas para vender pollo y huevo, pero el esquema no resultaba rentable y no daba para contratar trabajadores. Entonces aplicaron la economía a escala, sumaron especies como el cerdo y la res, los pedidos se hicieron más interesantes, pudieron contratar a más personas e invertir en infraestructura y afortunadamente el negocio ha comenzado a funcionar.

## Moverse con la naturaleza

Warenka tiene una filosofía simple y poderosa que aplica en todos los ámbitos de su vida: “Imita a la naturaleza; siempre que tengas duda, ella tiene la forma perfecta, ella nos guía”. Criar a los animales de su granja en libre pastoreo rotacional es una imitación de la naturaleza.

“Las mallas que tenemos —explica Warenka— son el equivalente a los depredadores, éstos limitan el área de acción de las presas. Al estar concentradas, su excremento fertiliza esa porción de terreno. Pero los depredadores no se quedan en el mismo lugar, se desplazan por factores como una plaga, el clima o algún peligro. Este movimiento hace que las presas también se trasladen y que su excremento fertilice otros suelos. En la naturaleza, además,

*Warenka Smutny en los campos de Vikinga Tropical.*

las especies se mueven juntas, porque la vida de varios animales está asociada”. Uno de los emblemas del rancho de Vikinga Tropical es el corral móvil de las gallinas, cuya presencia ayuda también a controlar ciclos de parásitos de las vacas.

El negocio de Vikinga Tropical no está en la carne. No buscan producir animales, sino enriquecer el suelo, crear un ecosistema donde los animales quieran vivir y que vivan bien.

“La venta de carne monetiza el negocio, pero todo nuestro esfuerzo está en regenerar el suelo para que éste tenga suficientes nutrientes como para alimentar animales tan sanos que no necesiten antibióticos ni hormonas de crecimiento, que se desarrollen adecuadamente y a su tiempo. Vamos al ritmo de la naturaleza, porque las cosas buenas se tardan más”, afirma Warenka.

## El barco de la regeneración

En el valle de Tecomán, el 80% de los cultivos son de agricultura convencional, es decir, con uso intensivo de agroquímicos. De hecho, en algunas zonas se ven a las avionetas rociando herbicidas sobre campos enormes de monocultivos. En este contexto, el proyecto de Warenka es casi una anomalía a ojos de sus vecinos. Ella, en cambio, considera que es una lástima que los demás no se den cuenta del daño que provoca el uso de plaguicidas y herbicidas, pero sabe que cada quien despierta a su tiempo y, sobre todo, es mejor guiar con el ejemplo que con críticas. Su proyecto está funcionando y seguirá trabajando así: “Si alguien quiere subirse al barco de la regeneración y crear un lugar mejor, consciente y en sincronía con la naturaleza, bienvenido”.

Warenka Smutny tiene los pies bien plantados en la Tierra, pero también las manos y la inteligencia. Su perspectiva a futuro del campo de Colima no es positiva ni idealista. “Al ritmo que va la agricultura intensiva, a Colima le quedan unos 50 años, y eso porque esta tierra es muy generosa y noble. Los suelos van a endurecerse, pero la gente no cambia hasta que tiene ‘la bota en el cuello’”, advierte.

La regeneración está lejos de ser una vía generalizada de producción, pero Smutny sabe que están surgiendo otros proyectos en Colima que también producen hortalizas orgánicas en sincronía con la naturaleza y no en monocultivo. “Con excelentes ingredientes sumados a la creatividad se pueden hacer grandes cosas”, concluye Warenka.

El corral móvil de Vikinga Tropical contribuye al mejoramiento de los suelos • Equipo de trabajo en la empacadora de Vikinga Tropical • Ganadería regenerativa de Vikinga Tropical.





## El compromiso de crecer en comunidad

En julio de 2022, productores agrícolas de las zonas de Tecmán y Armería reportaron la muerte de más de tres millones de abejas por causas desconocidas. Las investigaciones realizadas por organismos independientes condujeron a un mismo causal: la aplicación irresponsable por vía aérea de un agroquímico llamado Fipronil. Los efectos tóxicos de este insecticida no sólo afectarían a cuerpos de agua y a apicultores de manera inmediata, sino también a cientos de hectáreas de huertas de limón, coco, piña y papaya, ya que esta molécula persiste en plantas y animales.

La Universidad de Colima y numerosas empresas del estado, entre ellas SiCar Farms, realizaron foros de concientización y contribuyeron en el establecimiento de acciones de control, sin embargo, el problema del uso indiscriminado de plaguicidas requiere mayores acciones para su erradicación.

Este episodio es en gran parte consecuencia del complejo panorama productivo de los valles de Colima, donde predomina la agricultura convencional. El término “convencional” se refiere a una forma de producción intensiva que se importó de Estados Unidos y se arraigó en la región a finales de la década de 1970. Para producir masiva y rentablemente frutas y hortalizas, se re-

curre a prácticas de monocultivo y manejo agronómico a base de agroquímicos —herbicidas, plaguicidas y fertilizantes, muchos de ellos hoy prohibidos en Europa— cuya toxicidad es de efecto acumulativo y extensivo a la salud integral del ecosistema. La valoración de la toxicidad en suelo y agua se extiende a sus efectos nocivos en especies de insectos y animales circundantes, al igual que en jornaleros agrícolas y consumidores donde el daño puede ser leve, con manifestación de malestares pasajeros (como alergias), hasta de larga evolución (desarrollo de cáncer, mutaciones genéticas e incluso la muerte).

Es consecuente preguntarse cómo es posible que esto ocurra en el siglo XXI. La respuesta es compleja y pluriconceptual, pues es la suma de factores multidireccionales y multicausales. Entre ellos destaca la insuficiente legislación y vigilancia ambiental, así como la falta de programas participativos en materia de recursos naturales, entre otras problemáticas estructurales existentes como la corrupción en los organismos de aplicación de las leyes ambientales y la aprobación del uso de moléculas sin suficiente respaldo de toxicidad, la falta de educación ambiental, la ineficiente aplicación de buenas prácticas agrícolas (BPA) en el

*Instalaciones de SiCar Farms en el valle de Tecmán.*

uso de plaguicidas y la ineficiente implementación de planes de manejo integrado de plagas (MIP).

## Visión ante el desafío

Al inicio de este capítulo planteamos los retos ambientales que enfrentan los valles de Colima. Hoy los productores no sólo tienen el desafío de eliminar las prácticas agrícolas nocivas sin echar abajo su propio negocio, sino que también se enfrentan a la titánica tarea de compensar y revertir décadas de daños ambientales. No todas las empresas tienen esta posibilidad inmediata, pero las que sí, lo están haciendo con increíble resiliencia y visión de comunidad, responsabilidad y sentido de cooperación, como el grupo Gudiño Ochoa.

Grupo Gudiño Ochoa (GO) es una empresa 100 por ciento tecomense. Fundada hace 42 años por Luis Gudiño y sus hijos Sigifredo y Luis Gudiño Toscano, operaba entonces a través de Citrojuco, una planta donde aún transforman los frutos regionales, específicamente el limón, en jugos, aceites esenciales y cáscara de limón. Diez años después desarrollaron el área de empaques, y Carmen Ochoa, esposa de Sigifredo, se quedó al frente del área de empaque de frescos. Las iniciales de don Sigifredo y doña Carmen dieron nombre a esta división del grupo: SiCar Farms.

Hoy la tercera generación de GO dirige las empresas con una visión de sustentabilidad y calidad que los ha hecho acreedores a más de ocho certificaciones nacionales e internacionales, entre ellas Fair Trade y SQF, de manejo seguro de alimentos. La labor del grupo se completa con un área de investigación profesional, estable y confiable, así como otras iniciativas que impactan directamente en la calidad de vida de animales, plantas y personas.

## Limones: con visión agroecológica

Dentro de SiCar Farms, la división de sus ranchos es el brazo productor, con plantaciones de limón persa, limón mexicano, piña

miel, pitahaya y coco, repartidas en las distintas zonas productoras. En Colima, sus huertas de limón mexicano y persa están en los valles de Tecomán y Coquimatlán; fuera de Colima, en Apatzingán, Michoacán, y en Martínez de la Torre, Veracruz.

Para funcionar de manera sustentable, SiCar Farms tiene un área de agroecología en su planta de Tecomán, la cual cuenta con distintas divisiones: biorrepelentes, biofertilizantes, control biológico, viveros y apicultura. En el área de biorrepelentes crean fórmulas naturales como AracniMax, MD Citri y Frago-Mix-H, hechas con aceites esenciales de ajo, cebolla, chile, etcétera, para proteger el cultivo contra plagas. En el área de Viveros crían sus propias plantas para cuidarlas desde el inicio de manera respetuosa y protegerlas de enfermedades como el HLB. Descubierta en China en 1943, la *Diaphorina citri* fue bautizada como “dragón amarillo”, que al traducirse a caracteres occidentales podría leerse como Huanglongbing, o por su acrónimo HLB. Esta enfermedad deforma los brotes y cambia la coloración de frutos y hojas, además de que afecta la calidad de la fruta y termina por matar al árbol. El transmisor de esta enfermedad es un insecto llamado psílido asiático.

Cuando el HLB llegó a Colima, el temor y el desconocimiento llevaron a muchos productores a derribar miles de huertas de limón. Las investigaciones posteriores fueron revelando que no era necesario tumbiar árboles, sino aprender a convivir con la enfermedad desarrollando las plantas con biofertilizantes y aumentando la densidad de 200 a 400 árboles por hectárea. Hoy el HLB es parte del día a día de las huertas de limón de todo el mundo, y para controlarla, SiCar Farms ha introducido a un insecto llamado crisopa, (*Chrysoperla carnea*). En el área de control biológico se

Instalaciones de manejo orgánico de SiCar Farms en los valles de Armería y Tecomán.



desarrollan los huevecillos de crisopa, luego los liberan en campo, donde evolucionan a larvas que por su naturaleza carnívora se comen al psílido, evitando que se reproduzca y cause la enfermedad de HLB en las huertas.

En el área de biofertilizantes desarrollan nutrientes para los cultivos y viveros utilizando residuos orgánicos bajo el principio de economía y aprovechamiento circular, para su conversión en bioinsumos como lixiviados, compostas y vermicompostas. Las compostas se alimentan con los propios desechos de Citrojugo y de otras industrias, como bagazo de caña, de malta y sobras de banano, las cuales se compran para darle más circulación a estos desechos. Para generar el estiércol que se va a la composta, cuentan con su propio ganado, el cual se alimenta con los mismos desechos de Citrojugo, como cáscara y polvillo de cáscara de limón, pitahaya o piña rechazadas. De esta manera cierran el círculo de la producción sustentable.

## ¿Y las abejas?

Documentos del siglo XVII hablan de la asociación de tres productos en las haciendas colimotas: el coco, el cacao y la miel. Hoy el cacao ha sido sustituido por el limón y el mango, pero no la asociación de cultivos. Esto ha sido determinante para el área de investigación e inocuidad de SiCar Farms.

El principal interés de SiCar Farms no ha sido desarrollar la producción de miel, sino la polinización. Para ello, a inicios de 2022 convocaron a la profesora y experta apicultora con enfoque sustentable Elvira Silva Jiménez, de la Universidad de Colima. La intención de esta sinergia es evaluar el efecto de las abejas melíferas en el limón mexicano. Estos estudios han ayudado a identificar tres abejas nativas en la región, entre ellas dos que no tienen aguijón: la *Melipona colimana*, que vive en zonas altas pues se alimenta de pinos y encinos, y la alazana que, a decir de la maestra, “la abeja misma huele a coco”. La tercera es *Frieseomelitta nigra*. Estas tres especies se traba-

jan mucho en Yucatán, pero su estudio en Colima es reciente y está encabezado por Elvira.

La abeja europea (*Apis mellifera*) es la más numerosa en la región. Debido a que forma colmenas mucho más grandes, también es la más importante para la polinización de los cultivos en los valles de Colima, ya que su área de recolecta de polen y néctar (pecoreo) es mayor: pueden alejarse entre 1.5 y 3 kilómetros de su colmena. La ventaja de tener las colmenas asociadas a las huertas es que las abejas tienen que volar menos para encontrar alimento (500 a 800 metros), por lo tanto hacen más viajes, colectan más miel y, por supuesto, polinizan más plantas. Los primeros resultados de los estudios de SiCar Farms y de la Universidad de Colima han revelado que los árboles de limón polinizados por abejas dan frutos de mejor calidad.

## Crece en comunidad

Tras la muerte masiva de las abejas por uso de Fipronil, SiCar Farms y la Universidad de Colima hicieron foros para concientizar a todos los productores de la región al respecto. Esta iniciativa de participación no es aislada, sino que forma parte de las acciones de ecologización que la empresa realiza con las comunidades para alcanzar colectivamente los objetivos ambientales. De esta manera, SiCar Farms contribuye a la educación e implementación de prácticas sostenibles al mostrar las consecuencias graves del uso de agroquímicos e incentivar la conver-

Colmenas en las huertas de cítricos de SiCar Farms, en el valle de Armería • Flor de barcino en las inmediaciones de las huertas de Armería • La doctora Elvira Silva Jiménez, de la Universidad de Colima, lidera la investigación apícola en colaboración con SiCar Farms.



sión agroecológica progresiva de los cultivos, compartiendo los avances en soluciones y promoviendo la unión en el círculo virtuoso de la sustentabilidad.

Otro de los pilares de sustentabilidad del grupo GO es mejorar la situación del jornalero, que en los campos mexicanos es muy vulnerable y desigual. A diferencia de otras empresas, los más de 1,500 trabajadores de SiCar están afiliados al seguro social y participan de los beneficios de la certificación Fair Trade. Entre los proyectos incluidos en esta certificación están la mejora de viviendas para los jornaleros tanto de forma estructural como a través de la adquisición de electrodomésticos y la entrega de equipo de cómputo para los hijos de empleados con el objetivo de mejorar sus condiciones de estudio. La empresa no sólo acoge a jornaleros colimotes, sino a temporeros que llegan de lugares como Chiapas y Guerrero, donde las condiciones de vida son precarias y la explotación laboral llega a ser ilegal. Además, brinda un apoyo semestral de diez becas de 10,000 pesos para estudiantes de la Universidad de Colima de las carreras de agronomía, comercio exterior, contabilidad y finanzas, médico veterinario y enfermería.

## Trabajar con el entorno

Estos valores centrales afianzan la responsabilidad y compromiso de Grupo GO como una compañía íntegra, confiable y estable cuya influencia corporativa va más allá de contratar trabajadores. Las personas que entrevistamos para la realización de este libro son muestra de que esta empresa tecomense desarrolla el talento local. Muchos de los practicantes que reciben apoyo mientras estudian se quedan a trabajar en la empresa por años. Miguel Ángel Alfaro, de 32 años, ingeniero agrónomo de la Universidad de Colima e iguanero de Tecomán, comenzó como practicante a los 19 años y ahora está al frente del desarrollo de los campos de pitahaya de SiCar Farms, además de ser jefe de la calidad e inocuidad de la compañía, con increíbles resultados de rendimiento y calidad de exportación.

En donde la empresa está presente —léase Tecomán, Armería, Coquimatlán, Tepames y la nueva plantación en la laguna de Alcuzahue—, busca contratar a gente local y brindarle, además de los derechos correspondientes, ventajas como el transporte que los lleva a las plantaciones, participación en distintas actividades de integración y de convivencia, patrocinios a proyectos comunitarios, entre otras.

Propiciar que valles como Tecomán y Coquimatlán ofrezcan opciones para formarse y desarrollarse es una manera de evitar el desplazamiento de la población y de incentivar un arraigo genuino, que es el que lleva a establecer compromisos sustentables reales (como los que lleva a cabo el grupo GO) cuyas acciones se extienden al aprovechamiento de los recursos naturales para el uso de energías limpias a través de la instalación de paneles solares, la sustitución del fuel óleo por gas natural como fuente de energía y el ahorro de electricidad obtenido por las mejoras en sus procesos de producción.

La calidad de un producto está profundamente ligada al bienestar de los seres vivos con los que convive. Y esto no es algo romántico, gratuito ni mágico, sino que es consecuencia de la generación de fuentes de trabajo, de la investigación, del desarrollo, de la innovación y del compromiso integral de empresas como grupo Gudiño Ochoa en conjunto y al servicio de su entorno.

Vivero de limón en el valle de Tecomán •  
Campos de cítricos al pie de la laguna de Cuyutlán, valle de Armería.





Campos de limón  
en el valle de Armería.

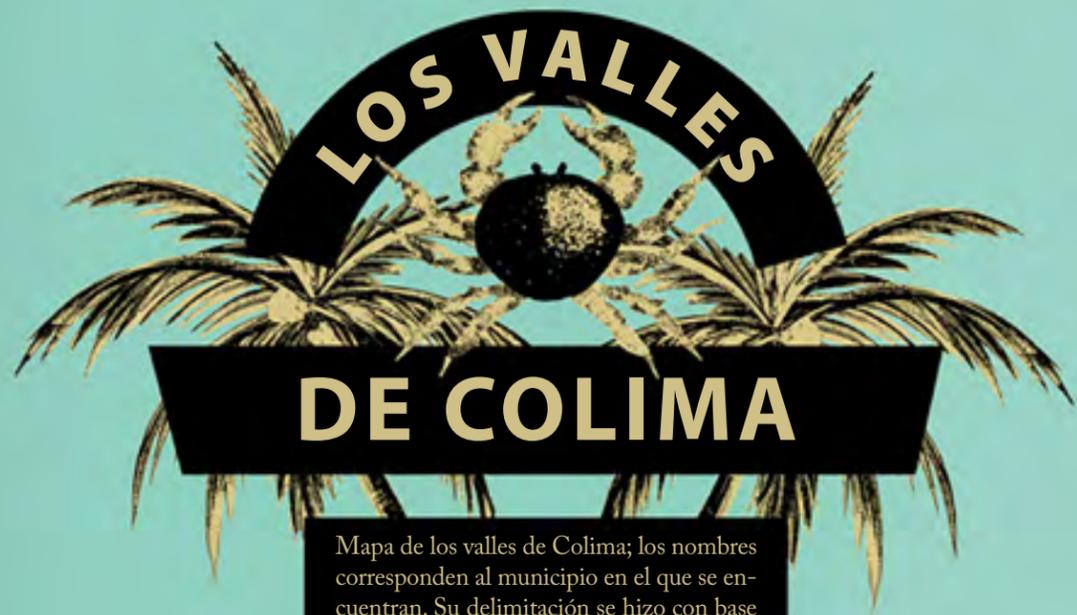


BIENVENIDOS

2

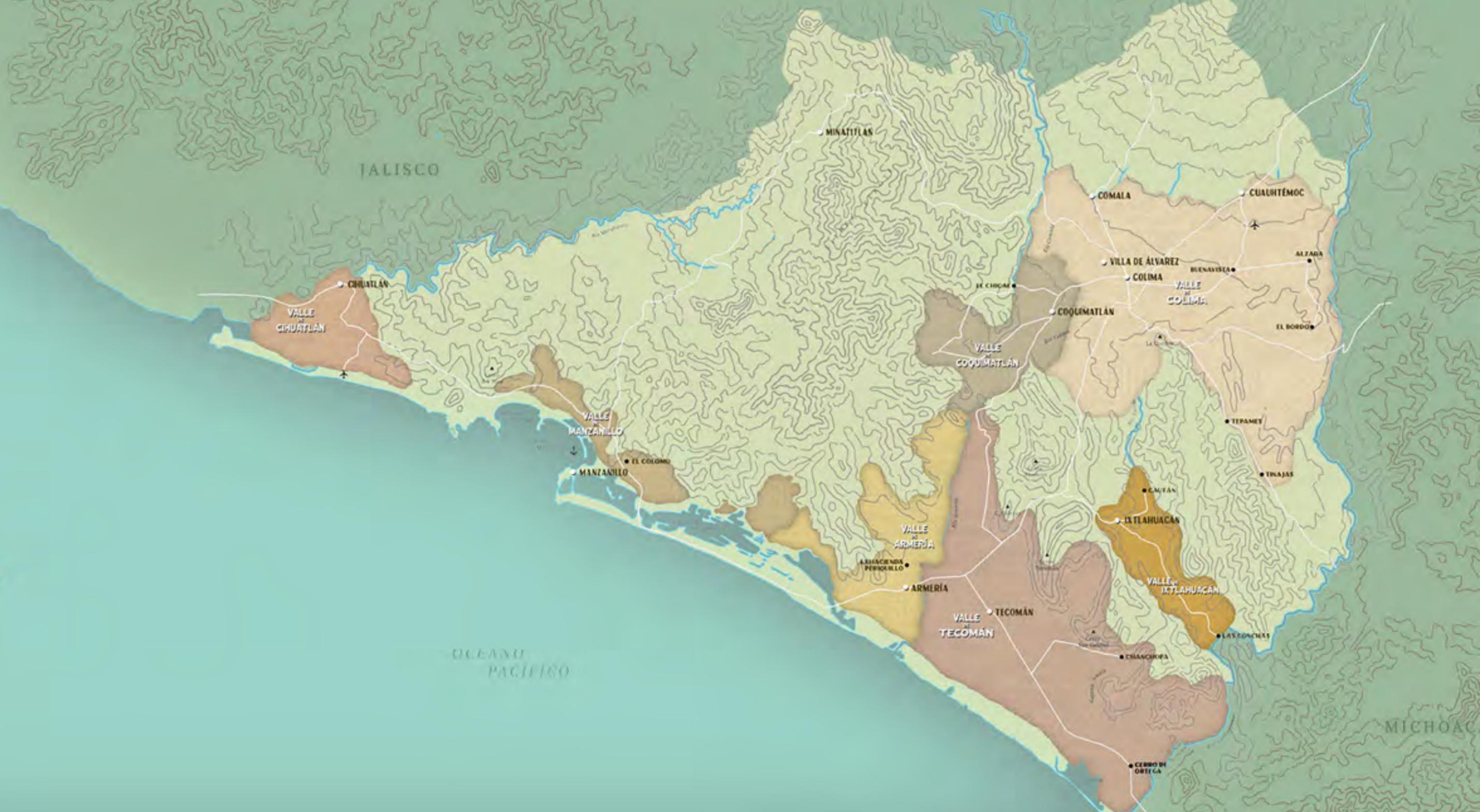
NOS GUSTA

SER DE AQUÍ



# LOS VALLES DE COLIMA

Mapa de los valles de Colima; los nombres corresponden al municipio en el que se encuentran. Su delimitación se hizo con base en los rasgos de su cultura gastronómica.





## Valle de Tecomán

**A**bierto al mar como un cuerno de la abundancia, Tecomán es el segundo valle más extenso de Colima y muy probablemente el más fértil. El río El Naranjo-Coahuayana, hacia el este, lo separa de Michoacán; al oeste, el río Armería funge como frontera del valle vecino; hacia el norte, una serie de cerros (de sur a norte: Cabeza de Toro, San Gabriel, San Miguel y Alcomún) marcan la división con el valle de Ixtlahuacán.

Tecomán es un valle costero cuyo antiguo paisaje de selva baja caducifolia era, en tiempos mesoamericanos, una mezcla de árboles, como palma de coyul, caoba, moralete, granadillo e incluso palo fierro, y sembradíos de cacao, algodón y maíz en las zonas más altas. Este panorama fue cambiando paulatinamente después de la Conquista, con las primeras encomiendas. El cambio se aceleró cuando el Virreinato expropió las tierras asignadas a los indígenas para transformarlas en campos de cultivo para las haciendas, y los indios fueron destinados a la mano de obra. Sin embargo, la transformación radical y acelerada se dio en el siglo XX, con la llegada de la agricultura industrial. Entre 1930 y 2020, Tecomán pasó de ser un poblado rural de 7,000 almas a convertirse en un centro urbano de casi 150,000 habitantes, de los cuales el 30% proviene de otros estados.

Transitar hoy por los caminos de Tecomán es una sorpresa continua, pues prácticamente no hay una sola hectárea sin cultivar: abundan los sembradíos de papaya, tamarindo y piña, pero sobre todo de palmas de coco, limón y plátano hasta donde alcanza la vista. Estos sembradíos se alternan con naves industriales y fábricas donde miles de trabajadores empaacan y transforman estas frutas para ser distribuidas en todo el país y más allá.

El ritmo productivo ha marcado la cultura alimentaria de este valle. Para descubrirla, hay que circular al alba sobre la carretera que comunica Tecomán con el poblado de Cerro de Ortega. Uno tras otro, los puestos ofrecen desayunos a los trabajadores, unos temporeros de Chiapas o Guerrero, otros tecomenses llegados desde Jalisco y Michoacán en la década de 1930. Aquí lo que manda es el poder democratizador del taco, ya sea de huevo, de asada, de costilla en salsa verde, de carnitas el día de raya o de cualquier guiso entre semana que dé energía para trabajar hasta pasado el mediodía.

El taco no sólo es el rey de los campos, también manda en la cabecera municipal, Tecomán, conocida popular y amablemente por sus pobladores como “Tacomán”. En esta naciente ciudad, la integración de culturas y la creatividad en la cocina han dado lugar a preparaciones como los tacos “entamalados”, nacidos hace

*Cultivos de limón, papaya, palma de coco y piña, entre otros, en el valle de Tecomán.*

20 años. Se cuenta que una cocinera les mandaba de almuerzo a sus hijos tres tacos de carne con salsa verde envueltos en un aluminio. Para la hora del recreo, el vapor había transformado los tacos en tres gloriosos tamales.

Algo similar ocurrió en el mercado central de Tecomán. Doña Carmelita “arreglaba” sus sopos rellenándolos de frijoles y requesón, luego les añadió pozole y bastó que un par de “hambrientos” lo notara para pedirle dos de lo mismo. Hoy los “sopes arreglados” son toda una institución tecomense.

Además del trabajo y del antojo, en Tecomán manda el calor: agreste en secas, soporífero en las lluvias, pero siempre demoledor. Por eso las aguas de fruta y los raspados tienen un lugar especial entre los tecomenses. Basta darse una vuelta por los raspados de El Wayán, de don Jorge Alberto García, o las aguas frescas del Guazari, quienes aprovechan los frutos de temporada como guanábana, tamarindo, carambolo, piña, mango y maracuyá para refrescar a los acalorados.

Al sureste del valle se encuentra Cerro de Ortega, cuya oferta culinaria es el ejemplo perfecto del encuentro entre la costa y el valle. Para muestra, las albóndigas de moyo aderezadas con hierbabuena, o el uso extendido de las salsas de bote para condimentar pescados y mariscos. Otro ejemplo son las empanadas que prepara la bordadora, panadera y agricultora doña Juana (Francisca Valdovinos), oriunda de Chanchopa pero originaria de Aquila, Michoacán. La masa está hecha de harina de trigo e infusión de canela; el relleno más popular es el de coco con piloncillo, aunque también hace de arroz con leche, de piña o de camote que recolecta en las huertas del pueblo.

Otros puntos de gran importancia gastronómica en este valle son las lagunas de Amela y Alcuahue, que recogen el agua de los arroyos que bajan desde la serranía y que la redistribuyen en los distintos ejidos. En estas lagunas, los pobladores, muchos de ellos agricultores y pequeños ganaderos, pescan la tilapia con la

que completan su dieta. Sin embargo, estas cuencas también les permiten cazar de vez en cuando animales silvestres como caimanes, iguanas, venados o conejos, los cuales preparan asados, en adobos, caldos e incluso birrias para consumo familiar. Existe la leyenda urbana de que los “tacos de adobada” que se venden en la Feria de Tecomán son, en realidad, de chuleta de caimán.

Laguna de Amela, en el valle de Tecomán • Taquería Taco-Man, en Tecomán • Trabajadores de la planta de Citrojuugo.





## Valle de Armería

**A**vuelo de pájaro, este valle formaría parte de la gran extensión del valle de Tecomán; sin embargo, cultural y gastronómicamente hablando, el de Armería es un territorio con su propia identidad.

El principal factor que separa a los valles de Armería y Tecomán es, evidentemente, el río Armería, que hasta la construcción del puente ferroviario a fines del siglo XIX constituyó una auténtica frontera entre ambas demarcaciones. El tránsito de un lado a otro se hacía en pangas que transportaban por igual mercancías y personas. Sólo durante la temporada de secas podía atravesarse a pie en algunos tramos. Esta separación, aún después de la construcción de las carreteras y sus puentes, sigue definiendo la identidad culinaria de Armería.

Este valle costero está delimitado al este por el río Armería, al norte por el cerro Escalatlán, al noreste por el cerro Armería, al oeste por la laguna de Cuyutlán y al sur por la línea costera del Pacífico, donde se encuentran esteros tan importantes como Palo Verde.

Al igual que los demás valles de Colima, el de Armería es un paisaje transformado. De ser una selva baja con árboles de granadillo, guamúchil, mezquite, palma de coyul y primavera, pasó a ser una zona de milpas en tiempos mesoamericanos y, tras la

Conquista, un auténtico vergel con huertas de limón, mango, palma de coco, papaya y tamarindo, además de cultivos de temporal como tomate, maíz forrajero y otras legumbres.

Durante la época virreinal, la vida en esta planicie estuvo bajo el dominio de tres haciendas: Armería, Cuyutlán y San Andrés Periquillo o Paso del Río, las cuales en algún momento incluso pertenecieron a una sola familia, los Romero de Terreros. En el siglo XIX, las tres haciendas fueron vendidas por separado a distintos propietarios quienes, a pesar de la reforma agraria iniciada en 1915, y gracias a misteriosos privilegios, continuaron explotándolas bajo el mismo régimen colonialista hasta pasada la década de 1960, cuando finalmente quedaron consolidados los 10 ejidos de Armería.

Este recuento permite comprender por qué la cultura culinaria de Armería es tan distinta a la de los demás valles. Es verdad que en las casas patronales había platillos similares a los de otras haciendas de Colima, con preparaciones más bien barrocas en las que el uso de distintas carnes, especias y sobre todo azúcar eran un lujo cotidiano. Pero en las calpanerías, donde habitaban los peones, que luego se convirtieron en las rancherías actuales, la alimentación estaba basada en frijol, maíz, calabazas y sólo una

*El río Armería divide los valles de Tecomán y Armería.*

vez por semana en proteína animal (res o cerdo) y algunas legumbres. En ese contexto encontramos una de las recetas más interesantes de este libro: la col con chorizo, generosamente transmitida por don Miguel Domínguez, de 84 años, quien vivió durante su infancia en la Hacienda Periquillo. Gracias a él pudimos enhebrar los primeros hilos de una historia gastronómica aún por escribir.

Lo que está a la vista, de forma notable, es la presencia de empresas como SiCar Farms que, conscientes de estos antecedentes sociales e históricos, hoy desarrollan cultivos de limón y de coco en el valle de Armería con una visión de responsabilidad social y sustentabilidad, haciendo alianzas con instituciones como la Universidad de Colima para sembrar conciencia ambiental y empleando parámetros holísticos de conservación que incluyen a las abejas, el respeto a los cuerpos de agua y al desarrollo de las comunidades.

Algo similar ocurre con la Cooperativa de Salineros de Cuyutlán que, luego de siglos de trabajar para otros, actualmente está recuperando la gestión de las salinas y diversificando su comercialización a través de alianzas con distribuidores y exportadores extranjeros que, a diferencia de los nacionales, sí reconocen la calidad del producto y se lo pagan a un precio justo.

Sin duda, estamos ante un momento clave para la historia culinaria del valle de Armería.

La asociación de cultivos  
en el valle de Armería es una práctica vigente •  
Cosecha de sal de la Cooperativa de Salineros de  
Cuyutlán, valle de Armería.





## Valle de Ixtlahuacán

La trascendencia cultural de este valle es inversamente proporcional a su tamaño. Si bien mide la tercera parte de sus vecinos Colima o Tecomán, sus raíces gastronómicas son ancestrales, profundas, expresivas y llenas de vida.

La fertilidad histórica de estas tierras se debe a su principal afluente, el río Salado, que atraviesa el valle de norte a sur serpenteando entre los cerros y regando los sembradíos que se han mantenido activos desde tiempos mesoamericanos. Sus pobladores se reconocen como una comunidad de arraigo indígena, y esto ha sido determinante para configurar su identidad y mantener la vitalidad de muchas tradiciones.

El escudo del valle habla con elocuencia de este arraigo indígena. En la base, la máscara de los chayacates, las colas de tejón y las hojas de vástago o plátano, símbolos del sincretismo indígena y europeo que se expresa en la representación del Día de Reyes cada 6 de enero. Al centro, sobre una urdimbre, las tres hojas de acapán, de la cual se extraen los ixtles con los que se tejen las hamacas desde tiempos inmemoriales; a los costados, los venados que se cazaban y que constituían su alimento, y el río Salado como fuente de vida.

Todo el valle está lleno de vestigios arqueológicos, como basamentos piramidales en los alrededores de la cabecera municipal, algunas cuevas y entierros en los cerros de San Gabriel

e incluso un área de tumbas de tiro en Chamila. Aunque estos sitios aún no han sido explorados debidamente, están documentados e identificados por la propia comunidad. Otro hecho cultural importante es que Ixtlahuacán tuvo hasta hace poco tiempo su propia explotación salinera que, si bien era de menor escala en comparación con la de Cuyutlán, constituyó una fuente de intercambio comercial y un principio de autonomía con respecto a otras regiones.

Don Manuel Mariscal, la memoria viva de este valle, se ha encargado de recopilar en varias publicaciones más de veinte fiestas religiosas, con sus respectivos ritos, procesiones y platillos. Algunos ejemplos, de los que hablaremos con más detalle en el capítulo “Culturas vivas”, son los collares hechos de plátano para el enroso y los panes ceremoniales que se entregan a los mayordomos encargados de organizar las fiestas patronales. También están las albóndigas de carne con arroz, el pozole y las aguas frescas para los peregrinos en días calurosos, los quesos y jocoques que se llevan como ofrenda en las procesiones, los maíces criollos que se nixtamalizan y se transforman en sopitos y tortillas en las cocinas comunales, la capirotada que se come en Viernes Santo, entre muchos otros platillos.

En las comidas cotidianas todavía encontramos varios tamales que datan de tiempos prehispánicos, como el mezcaltamal, que se

*Vista del valle de Ixtlahuacán, atravesado por el río Salado.*

endulzaba con miel de agave y se tapaba con pencas para la cocción, así como el tamal de ceniza rojo, que se tiñe con palo Brasil. Ambos se envuelven con hoja de milpa, rasgo importante de la región occidental. También están vivas la preparación de pinole, bate y tejuino.

La población que se encuentra más al norte es Las Trancas, famosa por su balneario. Le sigue Caután (antes Ecautlán) hacia el sur, una ranchería tranquila y pequeña en donde todavía se pescan chacales de buen tamaño, ya que el río Salado ha sufrido menos alteraciones ambientales que otros afluentes. Al igual que en las comunidades más alejadas de la cabecera municipal, como Agua de la Virgen, San Gabriel o Las Conchas, en Caután aún se siembran maíces criollos para el consumo familiar y comunitario: rojo para tamales y atoles; negro para tortillas y tamales, y blanco para pozole y tortillas.

Ixtlahuacán de los Reyes, la cabecera del valle, es una comunidad grande y ordenada, quizás la menos rural de todas las poblaciones. Aquí ocurre algo similar a otros centros urbanizados de Colima: las tortillas que se consumen a diario llegan en moto desde la tortillería, donde se usa harina industrial, mientras que el maíz criollo está reservado para las fiestas religiosas.

En este valle, la producción del melón fue tan importante que incluso se inició la tradición de la Feria del Melón en la década de 1980; sin embargo, esta producción fue desplazada por la siembra de la papaya que, junto con la caña de azúcar y la ganadería se convirtieron en las principales actividades. En Las Conchas y Agua de la Virgen destaca la producción de cacahuates; su calidad, sabor y frescura son incomparables, de ahí que exista una pequeña industria local y familiar liderada por mujeres que elaboran dulces, ponches, botanas y otros productos.

Cultivo de cacahuates en Las Conchas y Agua de la Virgen • La papaya ha desplazado al legendario cultivo de melón en Ixtlahuacán • Jardín principal de Ixtlahuacán de los Reyes, cabecera municipal.





## Valle de Coquimatlán

Este valle, desde un punto de vista geológico, es una meseta rodeada de macizos montañosos. Nace al suroeste del valle de Colima y se extiende en dirección a la costa a lo largo del río Armería y del río Comala, cuyos caudales atraviesan los fértiles campos de Coquimatlán y se ramifican en distintos arroyos que a su paso riegan arrozales, huertas, milpas y potreros. Ambos ríos se cruzan en el extremo sur del valle, en un estrecho donde se encuentran el cerro San Diego, la presa Gregorio Torres, en Coastecomatán, y el cerro Madrid, que forma parte de las laderas del gran cerro Alcomún. Este paso de río es la unión con el valle de Tecomán.

La cabecera municipal de Coquimatlán es predominantemente ganadera. Basta con recorrer sus calles para descubrir un sinfín de carnicerías y queserías, locales que venden alimento para ganado, así como talleres de sombreros, botas y sillas de montar. Pero la vocación ganadera no siempre fue la dominante, ya que desde tiempos prehispánicos, y hasta mediados del siglo XX, sus habitantes eran conocidos por ser pescadores de chigüilines.

Según testimonios orales, durante la crecida de los ríos, los chigüilines eran tan abundantes que, para conservarlos y poder consumirlos el resto del año, se salaban y se ponían a secar al sol en las calles sobre tapeixtles (camas de secado hechas con peta-

tes). La afición por este pescado les valió a sus habitantes el mote de “chigüilineros”.

Sin embargo, la contaminación de los ríos en los últimos 40 años ha provocado una drástica disminución del tamaño y la población de chigüilines, pero aún quedan varios platillos como testimonio de su importancia cultural. Entre ellos encontramos el tamal de chigüilín en adobo, el chigüilín en salsa roja y el mole de chigüilín ahumado.

En las poblaciones más rurales de este valle aún es posible encontrar milpas donde se cultivan maíces criollos. En El Chical, por ejemplo, encontramos maíz negro (elotero de Sinaloa) que se utiliza para tortillas y tamales; maíz blanco (tabloncillo) que se emplea para pozole, y maíz tuxpeño o vandeño que se usa para tortillas, tamales y atole. El resto de los maíces que se siembran son variedades modificadas que se aprovechan como forraje para el ganado.

El cultivo de arroz en el valle de Coquimatlán es una herencia colonial que se ha fortalecido a lo largo del tiempo; tan es así que la secadora y empacadora de arroz de Coquimatlán concentra la producción de casi todo el estado. Además de las preparaciones tradicionales, como el arroz con leche y la morisqueta, hay otras relacionadas indirectamente con este cereal, como las güilo-

*Campos de arroz del valle de Coquimatlán.*

tas. Estas aves silvestres son aficionadas a comer la espiga madura del arroz y, para evitarlo, los agricultores las cazan y las cocinan en salsas y adobos.

Coquimatlán es un valle famoso por sus balnearios y manantiales. Entre los más conocidos están Los Amiales, Peñitas, La Esperanza, Piedra Cohetada y Piedra Acampanada. En algunos de ellos hay pequeñas enramadas donde los pobladores ofrecen antojitos, pero sobre todo pescado de río y chacaes a la diablo, fritos o al mojo de ajo, siempre acompañados de arroz y una ensalada de col.



Puente colgante en El Chical, valle de Coquimatlán • El valle de Coquimatlán es famoso por sus balnearios y manantiales • Talabartería, oficio vivo de este valle ganadero • Chigüilines, peces de arroyo identitarios de Coquimatlán.

# Valle de Colima

Éste es el más extenso de los valles gastronómicos de la región colimota. Además de la capital del estado, abarca el municipio de Villa de Álvarez, la zona sur del municipio de Cuauhtémoc, se extiende hasta el río El Naranjo, que marca la frontera con Jalisco, y hacia el suroeste colinda con el municipio de Coquimatlán.

Hay dos factores que definen la gastronomía de este gran valle. El primero es su diversidad de ingredientes, ya que se trata de un amplio territorio cuyas alturas van de los 300 hasta los 1000 msnm. El segundo es la combinación de usos territoriales, que van desde industriales hasta agroganaderos, comerciales y habitacionales. Ambos, desde la fundación de la ciudad hace 500 años, han marcado las necesidades alimentarias de sus habitantes.

En la ciudad de Colima encontramos tianguis y mercados que ofrecen productos de todo el estado: frutas y verduras de recolección llegadas de Zacualpan o Suchitlán, o las que vienen desde los campos de Tecomán y Armería. Por la mañana, en los puestos humean las ollas llenas de tamales caseros, y en las cocinas económicas nunca faltan los chilaquiles colimotes, con su tortilla rebozada de huevo, o las tortas de guisado en el bolillo de mancuerna, bien crujiente y de miga generosa.

Las queserías y carnicerías de los mercados y sus alrededores son fundamentales, pues ofrecen lácteos frescos, manteca de cerdo y la proteína con la que se preparan platillos tan importantes como la chanfaina, la pepena, el tatemado o el menudo colimense, que dan cuenta del arraigo ganadero de la capital.

La oferta restaurantera es diversa y sigue el paso de otras cocinas urbanas del país: cortes de carne estilo argentino, sopas y especialidades asiáticas, sushi y pizza al por mayor, cafés de todas las calidades, cocinas económicas para desayunar, torterías para comer —son famosas las de lomo de la lonchería La Polar—, marisquerías de todos los estilos y, por supuesto, las innumerables taquerías donde la estrella son los de asada (carne de res).

Esta oferta se repite tímida pero decididamente en Villa de Álvarez que, si bien hoy forma parte de la zona conurbada de la capital, fue hasta hace 40 años “el granero de Colima”, pues las pocas calles en torno al jardín de la Villa estaban rodeadas por milpas que se perdían en el horizonte. De sus potreros salían no sólo lácteos exquisitos, sino también charros y escaramuzas que hasta hoy siguen nutriendo las cabalgatas de las fiestas patronales.

Las cenadurías de Villa de Álvarez se han ganado a pulso su buena fama, pues aquí el maíz se transforma en cena: sopitos

*Vista de los volcanes Nevado y de Fuego desde el valle de Colima.*

y sopas gordas bañados con salsa de tomate y coronados de carne deshebrada, repollo y ese queso añejo tan característico de Colima; pozole seco acompañado de tostadas... Todo más o menos frito con manteca de cerdo, tal como indica la costumbre que los cocineros originarios aprendieron de los “indios chinos” tras la Conquista. También son célebres las paletas de frutas de la Villa que, ubicadas en pleno jardín central, además de ser un muestrario del vergel que representan los valles de Colima, también son motivo de orgullo.

La gastronomía de la región de Cuauhtémoc, Alzada y hasta Tepames está marcada por la tradición agroganadera. En la zona de Buenavista, los campos de arroz siguen pintando el paisaje con ese color verde encendido desde hace cuatro siglos, y aquí

siembran la variedad milagro filipino con tan buenos resultados que la cooperativa no sólo ha creado su propia secadora y empacadora de arroz, sino que también está buscando posicionarlo como un producto de la identidad colimota.

En Tepames, donde la ganadería ha dado buena vida y fortuna a sus habitantes, la pequeña fábrica de lácteos que doña Chelito Ocón le heredó a su hija —Alma Rocío— es ejemplo de lo que se puede lograr con ganado de libre pastoreo y amor por el oficio. De hecho, los lácteos que han hecho famoso al municipio de Cuauhtémoc se producen con la leche de los poteros de Tepames.

Al sur de este valle, en el poblado de Piscila, se cultivan dos productos que forman parte de la identidad culinaria del es-



Reinas de belleza municipales disfrutaron de las famosas paletas de la Villa.

tado. El primero es la jamaica Colima que, si bien es originaria de Asia, ha encontrado en estas tierras la más alta expresión de sabor, concentración de color y nivel de acidez. El segundo es el cacahuate, que iguala en calidad y sabor al producido en el valle vecino de Ixtlahuacán.

Este inmenso valle reúne prácticamente todas las influencias y las industrias que conforman la tradición culinaria

de Colima. Aquí las huertas de cacao mesoamericanas cedieron su lugar a las palmas, tamarindos y mangos traídos de Asia, y los campos de maíz fueron rebasados por los de caña. Con todos estos frutos surgió una industria azucarera que a su vez dio lugar a dulces como el turrón de coco y otras delicias que pueden encontrarse en la tradicional Dulcería Los Reyes, y que dan orgullo e identidad a la región.



Dulcería Los Reyes.



Mercado Francisco Villa • Primavera, árbol emblemático de la ciudad de Colima • Tosta de lomo de La Polar • Bolillo tradicional de Colima • Tostadas del parque de La Piedra Lisa.



## Valle de Manzanillo

Manzanillo es el epicentro de este valle costero, el más pequeño de Colima debido a que su planicie es muy estrecha. Al norte limita con el Cerro del Toro y el Centinela, al este con el Vaso II de la Laguna de Cuyutlán, y al sur con la costa y el Vaso I de la laguna.

Desde la Conquista, hasta la fecha, toda la actividad culinaria del estrecho valle de Manzanillo depende de la actividad portuaria, la cual ha transformado por completo el paisaje. Del estero y la selva baja caducifolia que caracterizaban a esta zona no quedan más que pequeños manchones en el Cerro del Toro, y más allá de Chandiablo o de Jalipa, muchos de los cuales están en vía de desaparecer debido al acelerado y poco planificado crecimiento del puerto.

La zona sur del valle es conocida por todo el mundo como “Colomos”, aunque su nombre oficial es El Colomo. A fines del siglo XIX, en esta planicie se encontraba la Hacienda El Colomo, que se extendía hasta San Buenaventura y la zona costera de Campos, donde se producían hortalizas y frutas de temporada como las ciruelas. Esta producción fue próspera e incluso Campos era célebre por sus tamales de ciruela; sin embargo, la construcción de la termoeléctrica en las inmediaciones causó un daño

ambiental irreparable que acabó con las huertas y los demás sembradíos del ejido.

La ladera en donde hoy está Colomos solía ser una selva de cayaco o palma de coyul. Y como toda selva de coyul, albergaba tecuanes (jaguales) y millones de mosquitos que hacían complicada la vida de patronos y peones, que más tarde como ejidatarios siguieron explotando el coquito o coyul, los frutos de temporada y el ganado. El ciclón de 1959 derribó las palmas y, pasada la catástrofe, el terreno fue más apto para criar ganado y sembrar plátano y palma de coco.

Muchos de los actuales pobladores de Colomos llegaron a inicios del siglo XX de la sierra de Jalisco, por lo que su cultura y su cocina celebran la preparación y el consumo de lácteos, la de carnitas —y sus infaltables calmantes los fines de semana—, así como de los guisos y de las birrias cuyo adobo incluye el uso de ajengibre.

Otra de las herencias jaliscienses presentes en Colomos es el bolillo estilo francés. Este llegó de la mano de don Jesús Enrique Torres, don Chuy, quien aprendió el oficio de un panadero en su pueblo natal, Tamazula, Jalisco.

*Vista de la zona sur del valle costero de Manzanillo y los campos de El Colomo.*

Vista de la zona norte del valle de Manzanillo, el puerto, el estero y la bahía • Venta motorizada de bolillo en las calles de Manzanillo • Birria de res, como la preparan en El Colomo • Mangos petacones de las huertas manzanillenses.





## Valle de Cihuatlán

El río Marabasco es la frontera natural entre Jalisco y Colima, y atraviesa justo por el centro las fértiles tierras del valle de Cihuatlán, cuya historia culinaria está ligada por igual a la costa colimota que a la sierra jalisciense.

La riqueza de este valle está plasmada en los registros tributarios del imperio mexica, cuyo dominio llegó hasta aquí. Cihuatlán le entregaba 800 conchas marinas cada seis meses, 160 cargas de cacao y 8,000 cargas de mantas grandes de algodón. Estos cultivos se encontraban donde hoy vemos campos de plátano y huertas de coco. Por hacer un cálculo contemporáneo: ocupaban más de la mitad del territorio del actual municipio.

En su descripción del valle de Cihuatlán, el alférez del conquistador Nuño de Guzmán señala que “la comarca es muy gentil, y de mucha fertilidad de maizales, fresales, melones y algodonaes y hay mucha caza de puercos (jabalines), venados, conejos y otras salvajinas”. Probablemente, aquellos fresales y melones fuesen más bien chaltomates y chilacayotes. No hay duda en cuanto a la cacería de animales de monte, así como de los algodonaes y los maizales, pues estas actividades productivas fueron la base económica del valle hasta fines del siglo XIX, con un breve resurgimiento de la industria algodona a inicios del siglo XX.

Tras la Conquista, el valle de Cihuatlán fue repartido en encomiendas que luego se transformaron en haciendas, donde también se explotaban el cayaco y la palma criolla, esta última para cestería, palapas y otros productos.

El administrador de la hacienda de Tequesquitlán, el japonés Yosokichi Kosonoy, invitó a inicios del siglo XX al ingeniero agrónomo Tsuneyiro Ashida a Cihuatlán. Este último vio el potencial del valle, adquirió uno de los potreros de La Vena (de Ixtapa) e inició ahí el cultivo industrial del mango y de la palma de coco, con tan buenos resultados que pronto aumentó la superficie sembrada y montó una fábrica de coco rallado.

La familia Ashida inauguró una nueva era en el valle, pues no sólo impulsó la construcción del puente sobre el río Marabasco, uniendo así los territorios de Colima y Jalisco, sino que también sentó las bases para que otros agricultores mejoraran el cultivo de palma alternándolo con frutales como el plátano, el limón, el tamarindo y la cría de ganado vacuno.

La ganadería se ha convertido en otra de las fuentes de alimento y riqueza del valle de Cihuatlán, pero esta calidad no sería nada sin el conocimiento de los productores, muchos de los cuales llegaron desde localidades como Autlán de la Grana, en Jalisco, a

*El río Marabasco, que divide Jalisco y Colima, riega las huertas del valle de Cihuatlán.*

mediados del siglo XX. Los sabores y técnicas de la cocina de la sierra jalisciense están presentes en la gastronomía actual del valle de Cihuatlán, no sólo a través de quesos y jocoques de increíble calidad, sino también en la preparación de birrias. Para muestra, La Birria de las Doce y La Birria del Chivo, pertenecientes a dos hermanos que aprendieron la receta de su padre, don José Chaires González, y quienes las han perfeccionado y diversificado con el paso del tiempo, cada uno en su local.

Esta forma de preparar la carne —marinada en un adobo y luego horneada por más de ocho horas en una olla de barro sellada con masa— tiene una larga tradición en la región occidental de México, donde seguramente se preparaba con jabalí, venado, conejo y esas otras “salvajinas” de las que hablaba el alférez en su descripción del valle de Cihuatlán.

Piedra pintada, vestigio arqueológico en Cihuatlán • Ganado alimentado con plátanos • Don Federico Tsuneyiro Ashida y su familia • Horno de La Birria del Chivo.





Vegetación riparia en los manantiales del valle de Coquimatlán.



3

CULTURAS

VIVAS



# El alimento como ofrenda

Tonantzin Medina García

En México existen muchos mitos sobre la creación de los alimentos y sus técnicas: el del maíz, el de las palomitas, el del fuego... Y esto no es gratuito, ya que una de las mayores herencias mesoamericanas es el fuerte vínculo entre las ritualidades y la comida. Durante el Virreinato, muchos de esos mitos prevalecieron en la memoria de los pueblos o se actualizaron con las divinidades del cristianismo. Ejemplo de ello es el siguiente relato popular de Colima sobre la creación y sabor del armadillo.

Los antepasados vivían con mucha pobreza, así que un día mientras miraban cómo los de las haciendas sí tenían carnes para comer, le oraron a la Virgen diciendo: “Virgencita, ¿por qué para nosotros no hay carne, pero los otros tienen sus cerdos, sus gallinas y sus reses?” La Virgen escuchó la plegaria, tomó una tortilla, la puso en su mano y de la carne de los hacendados le puso un poquito de res, un poquito de cerdo y un poquito de pollo; luego le sopló y se formó el armadillo, y lo dejó correr al monte. Por eso, el armadillo es el taco que la Virgen hizo para los pobres, que en algunas ocasiones sabe a res, otras a pollo y otras a cerdo. Sólo hay que salir a cazarlo al monte.

En los valles de Colima, las fiestas más importantes están relacionadas con la religiosidad, y en estas celebraciones, como me dijo un señor, “toda la comida es sagrada, porque gracias a Dios hay para comer y compartir”.

En un país culturalmente diverso, los rituales de la religiosidad popular integran a distintos grupos sociales, pues las creencias aprendidas en casa, al compartirse colectivamente, se convierten en símbolos que dan sentido de unión a los participantes.

Cuando observamos con atención las fiestas de los valles de Colima encontramos elementos prehispánicos que han sobrevivido adaptándose y mezclándose con creencias y prácticas católicas. Muestra de ello es la organización local de las ceremonias populares, un elemento básico de la vida económica y política de la comunidad. En todas estas celebraciones, como explicaremos a continuación, la comida es un símbolo de unión, gratitud e identidad.

## Valle de Colima

Apenas comienzan los aires de octubre y se escucha a la gente decir “¡Ya huele a feria!”, y es que a finales de ese mes se lleva a cabo la fiesta de Todos los Santos, mejor conocida como la Feria de Colima. En el baúl de los recuerdos de los colimenses están los olores a nueces tostadas, perones y confiterías de los puestos de la feria que, aunque se ha desarraigado del aspecto religioso, siguen siendo parte fundamental de la cultura local.

*Los panes antropomorfos son parte de las ofrendas del Día de Muertos en los valles de Colima.*

En la Feria de Colima confluyen la producción agrícola y ganadera de los 10 municipios del estado, así como artistas locales y nacionales; sin embargo, lo más relevante de la fiesta es su carácter de escaparate para la escena culinaria. Fondas, restaurantes, dulceros y emprendedores muestran sus productos entre las novedades y las golosinas que vienen de otros lugares.

La feria tiene sus propias ritualidades alimentarias. Por ejemplo, aunque Colima es un estado que produce caña en abundancia, los colimenses esperan hasta que llega esta celebración para consumir caña en trozos y jugo de caña, o comer las tortas de El Peregrino, que llega a tener una larga fila de hasta 30 personas. Una tradición de la gente mayor es llegar a la feria, comprar un cuarto de nueces de cáscara de papel o nueces garapiñadas hechas al momento y comerlas durante el recorrido entre las exposiciones feriales.

Las fiestas charrotaurinas de Villa de Álvarez, juradas a San Felipe de Jesús, son la oportunidad que todo mundo espera para utilizar sus mejores botas y su sombrero, pues durante toda la celebración hay desfiles a caballo o cabalgatas que parten de la catedral de Colima hasta La Petatera, una plaza de toros monumental de arquitectura efímera.

Además de ser una artesanía a gran escala, La Petatera es una ofrenda a San Felipe de Jesús, a quien se le dedica el montaje de la plaza para que proteja de los temblores y desastres naturales a su pueblo. Durante la pandemia de covid-19, por ejemplo, aunque no hubo feria ni fiestas, sí se levantó La Petatera para que el santo no extrañara la ofrenda ni retirara su protección.

## La huella mesoamericana

Las prácticas culturales de un pueblo están cimentadas en una cosmovisión que se construye dinámicamente a través del tiempo. Por eso, en muchas fiestas de los valles de Colima, aunque sean de índole católica, se puede reconocer la herencia indígena. Siguiendo la premisa del antropólogo Manuel Gamio, esta huella habría

perdurado porque ambos credos, católico y pagano presentaban, desde el punto de vista del indígena, analogías que hacían propia la fusión religiosa.

Hay dos fiestas de inicio de año en las que se pueden percibir las marcas de la herencia mesoamericana y que representan dos de las manifestaciones más vivas de la ritualidad de Colima.

La primera se celebra el primer martes después del 6 de enero: se trata del recibimiento de la imagen peregrina del Señor de la Expiración en el santuario del Rancho de Villa, su hogar. La fiesta comienza un día antes en la cabecera municipal de Coquimatlán con un recorrido nocturno realizado por algunas calles de la localidad, una suerte de despedida después de haber pasado seis meses visitando esa y otras comunidades.

Cada vez que el Señor de la Expiración llega a una casa, en ésta ofrecen comida a quienes vienen a rezarle. Al cerrar el ciclo semestral —que concluye el primer martes de junio—, los feligreses organizan una peregrinación desde Coquimatlán hasta el Rancho de Villa; ambas comunidades y otros grupos voluntarios acompañan la peregrinación con danzas como la apache, la guerrera o la de Conquista.

La otra celebración con gran arraigo indígena es la fiesta de los chayacates, que se lleva a cabo cada año en el pueblo de Ixtlahuacán. La víspera del 6 de enero, Día de Reyes, cuatro personajes enmascarados, los viejos, buscan incansablemente al Niño Dios.

En esta celebración confluyen de manera muy orgánica los núcleos de la ritualidad indígena con los elementos católicos. Por un lado, el desarrollo de la fiesta se da a través de pasajes bíblicos como la anunciación, el nacimiento del niño y la visita de los Reyes Magos, acompañados de personajes como los pastores, María y José. Por otro, la celebración coincide con la fiesta del décimo séptimo mes (titil) del calendario mexica, en la cual, según datos de Johanna Broda (2004), se encuentran elementos que simbolizan el maíz viejo y el barbecho, rasgos que empatan con los de los chayacates.



Fiesta de los chayacates que se celebra cada 6 de enero en el pueblo de Ixtlahuacán.

Según la tradición oral, los chayacates personifican a los abuelos y durante la representación realizan una serie de tareas relacionadas con el ciclo agrícola, como medir el terreno, afilar las coas, sembrar, cosechar y repartir lo recolectado arrojando coixtles —que simbolizan enormes granos de maíz— a todos los asistentes. Los chayacates terminan muriendo, lo que también podría equivaler a una metáfora del cierre del ciclo de la planta.

## San Miguel Arcángel

Otro par de fiestas significativas en el aspecto gastronómico son las dedicadas a San Miguel Arcángel. La primera se realiza en Tamala, valle de Ixtlahuacán, y la otra en Tepames, valle de Colima.

La fiesta de Tamala es muy relevante por la gran cantidad de elementos comestibles implicados en el ritual de la entrega-recepción de la mayordomía, es decir, el encargado de organizar los festejos. Quien entrega el cargo debe hacerlo junto con un par de panes en forma de hombre y mujer, metáfora de la pareja que se hará cargo de todas las actividades necesarias para la fiesta; un pan en forma de toro que compromete al mayordomo receptor a aportar una res entera para hacer la comida de la fiesta; y por último, una charola de panes en forma de corona o rosquilla. Todos los mayordomos entrantes y salientes se colocan una de estas roscas en la cabeza como señal del valor que ahora tienen para la fiesta y la comunidad. A su vez, los receptores dan una caja de plátanos con la que también se hacen collares para todos los mayordomos.

Las coronas de pan también están presentes en la mayoría de las fiestas de Ixtlahuacán; con ellas se dignifica a los chayacates frente a la iglesia para que puedan entrar, y también se corona a los diferentes encargados de la organización de los festejos. Por ejemplo, en Semana Santa, después del viacrucis, una familia entrega plátanos y conserva (camote enmielado) para todo el pueblo; este compromiso se adquiere un año antes mediante la

recepción de una pequeña olla de conserva y la coronación por parte de quien entrega el cargo.

En la comunidad de Tepames, el día más importante de la fiesta de San Miguel los habitantes hacen una pequeña peregrinación desde la entrada del pueblo hasta la iglesia principal. Todos van cargando una milpa, o planta de maíz con mazorca, y cantando el himno al santo. Al ser una celebración de agradecimiento por el temporal, los agricultores más favorecidos donan sus mejores plantas para que los participantes las ofrenden a San Miguel. Cuando no ha llovido, la imagen del santo es llevada a través de los sembradíos para que conceda la lluvia.

A decir de los encargados de las diferentes fiestas, todos estos compromisos, aunque implican mucho gasto y trabajo, se hacen por devoción, para dar gracias, compartir los dones con los demás y para que las tradiciones no se pierdan. Sin la creencia de que estos actos están vinculados con las acciones divinas, las celebraciones perderían todo sentido.

Todas estas fiestas en torno a la religiosidad popular implican compartir con la comunidad lo que se tiene. Cuando llega el cierre de temporal de la pesca de chacales, por ejemplo, la cooperativa de pescadores de Coquimatlán hace una peregrinación y una misa que concluye con una gran comida de chacales en honor al Señor de la Expiración, su mayor protector durante la pesca. Las enormes ollas se llenan de caldo de chacales para compartir con familiares, autoridades y amigos. Para ello, cada pescador tiene la obligación de dar una aportación económica y dos kilos de chacales.

Así como los panes, los plátanos y las conservas se entregan para honrar a las personas más importantes de la celebración (los muertos y los mayordomos), dar de comer a la comunidad es un acto de fe y de gratitud hacia los diferentes santos. Los alimentos en las fiestas religiosas son más que comida: son metáfora y símbolo, una ofrenda para pedir el favor divino y para agradecer los dones recibidos.



Los chayacates reciben las coronas o rosquillas de pan.



# De la tierra a la cocina

Tonantzin Medina García

La comida es una expresión que va acompañada de otros elementos culturales. Los instrumentos y técnicas de pesca, la construcción de cocinas, comales y ollas, así como el manejo de tinturas, fibras, barro, fuego, maderas, entre otros materiales utilizados en la cocina, forman parte de la cultura alimentaria de los pueblos.

La cultura, como la define el antropólogo Robert Redfield (1944), es una estructura dinámica compuesta de cinco elementos interrelacionados entre sí. Un territorio o área cultural (1) tiene ciertas características ecológicas (2) que definen los sistemas de organización (3) y los modos de producción (4). Estos cuatro elementos en interacción con la lengua sostienen una red de significaciones que constituyen la cosmovisión (5) de un grupo humano. Este concepto de cultura nos permite comprender la importancia que tiene el entorno ecológico en los sistemas alimentarios, en la medicina tradicional y en las tecnologías que dan identidad a un pueblo.

Como habrán notado en capítulos anteriores, el paisaje de cada uno de los valles de la región colimota ha definido qué, cuándo, dónde y cómo se aprovechan especies y materiales que son significativos en el universo de la cocina, lo cual ha dado lugar a

técnicas, objetos, oficios y, por supuesto, platillos que hoy conforman la tradición culinaria de Colima.

## Fibras

La primera especie que salta a la vista es la palma en sus distintas variedades; sus troncos, pero sobre todo sus hojas, son de enorme valor para la elaboración de cocinas, techos y chinias (capa impermeable). Los árboles de sauce, por su parte, son indispensables para la elaboración de enramadas en las riberas de los ríos, pues protegen del sol mientras se pesca o cocina.

El valle de Ixtlahuacán tiene una gran tradición en el manejo de fibras. Hasta nuestros días perduran técnicas para la extracción de sicua de acapán, una malvácea silvestre de cuya corteza se extrae una fibra de gran calidad, resistencia y suavidad. Hoy se usa para tejer hamacas, pero en la antigüedad se utilizaba para la elaboración de objetos de todo tipo, como mecapales, costalillos, redes de carga y pesca. Sus pobladores todavía recuerdan el trabajo con la fibra de mezcal (o agave) para la elaboración de cuerdas pero, debido a la escasez de la planta, dejó de transmitirse el conocimiento.

*Los materiales y utensilios de las cocinas forman parte de la cultura alimentaria.*

El otate delgado y una gran variedad de bejucos eran utilizados para elaborar zarzos, tapeixtles y acachales, instrumentos muy importantes en la cultura alimentaria colimota.

El zarzo es una plataforma de almacenaje que pende del techo y es sostenida con delgadas cuerdas. Con este instrumento se mantenía la comida fuera del alcance de gatos, ratas y animales rastroeros. Estuvo tan presente en las cocinas que cuando alguien estaba muy flaco o decaído se le llegaba a decir “¿te levantaron el zarzo?”.

El tapeixtle es toda una institución constructiva en el occidente de México. Pariente del petate pero un poco más rígido, se aprovecha como cama, tapete, techo, plataforma de secado y filtración en las salinas, entre muchos otros usos.

El término acachal proviene del náhuatl “acachalli”, palabra formada por la unión de las partículas acatl, “caña” y chacalli, lo que podría traducirse como “objeto de cañas para chacales”, es decir, langostinos de río. El acachal, entonces, es una especie de cono de pesca de fabricación manual hecho con materiales provenientes del propio entorno: otate delgado para la estructura general (cortado durante la luna “sazona” para que no se pudra con el agua) y bejuco para los aros y los amarres.

En todos los valles existía una tradición de fabricación de sombreros que ha desaparecido. Algunos árboles como el avillo, cuya utilización sigue vigente en el plano de la medicina tradicional, era bien aprovechado en la antigüedad. La savia lechosa del árbol o las semillas en polvo eran utilizadas como material de pesca por su alto grado de toxicidad: eran agregadas en pequeñas presas para que el pescado muriera al comerlas y luego fuera atrapado con facilidad.

Parece que a los colimotes nos gusta barrer, pues hay una gran producción de escobas con fibras naturales. Las hay rígidas, hechas de varitas de palma, que se usan para barrer basuras sobre superficies rugosas como cementos y adoquines. Hay otras muy grandes hechas de güímar (planta del género de las *Malvastrum*) que se llaman escobas de mijo; son ideales para barrer jardines y

pisos de tierra. Las más suaves están hechas con las hojas de una variedad de palma muy resistente, y son especiales para superficies lisas como pisos cerámicos e interiores; hay quienes incluso mojan las puntas para que después de barrer el piso parezca “un poco trapeado”. En algunos jardines donde hay palmeras, por las mañanas, se puede ver a los jardineros barriendo la hojarasca con las grandes hojas de la palma de coco, llamadas palapas.

## Troncos

En Colima hay muchos árboles maderables que se usan para encender los fogones, pero de entre todos resaltan el encino blanco y el palo Brasil. De este último, el capellán Joseph Morales registró en 1778 algunos de sus diversos usos dentro de la cocina (Morales, 1978). Actualmente en el valle de Cihuatlán lo consideran como una de las maderas que mejor sabor dan a la barbacoa de horno, mientras que en el valle de Ixtlahuacán sus cenizas son las favoritas para agregar a la mezcla de nixtamal con el que se prepara el tamal de ceniza. En los demás valles de Colima hemos registrado su uso medicinal para favorecer a los riñones, al páncreas y al hígado. Y no hay que olvidar su uso como tintura para resaltar el color de comidas como los tamales de ceniza rojos.

Las maderas altamente maleables, como la del árbol de colorín, eran utilizadas para el modelaje de máscaras tradicionales e instrumentos de cocina como cucharas o bandejas, pero también para la elaboración de asientos llamados equipales y chimotales.

## Piedras

El oficio de trabajar la piedra para la elaboración de molcajetes y metates se ha perdido; sin embargo, las investigaciones arqueológicas han dado cuenta de la gran tradición de estos valles en cuanto al trabajo con la cerámica y la lítica. Esta producción fue tan importante que muchos de los metates que actualmente se conservan en



Hamaca de acapán, fibra de gran calidad, resistencia y suavidad.

los valles, como instrumento de cocina, son piezas heredadas de generación en generación, con más de 150 años en nuestras cocinas.

Aunque la elaboración de instrumentos de barro sigue vigente, en los últimos años se ha modificado mucho. Los comales prácticamente se dejaron de elaborar en los centros urbanos, pero aún quedan familias de tradición alfarera que producen vajillas y ollas de decoraciones sencillas y a pedido del cliente. De manera casi industrial se sigue produciendo ladrillo de barro en zonas semipobladas. Es de resaltar que una de las prácticas de mayor profundidad histórica, en cuanto al manejo del barro, aún se conserva. Se trata de la técnica constructiva llamada bajareque o pajarete, que es la aplicación de pasto y lodo sobre los entramados de otate. Con esta técnica se elaboran cocinas, muros, hornos, etcétera. Es muy utilizada en comunidades rurales o semiurbanizadas para la construcción de cocinas de traspatio.

## Cueros

El pueblo de Colima tiene una importante tradición ganadera, por lo que el trabajo de talabartería, aunque discreto, aún está presente en los recovecos de los municipios. La tradición charra requiere maestría en la elaboración y reparación de los distintos elementos de la montura, como riendas, enriatados, tientos, cuartas, estribos, látigos, etcétera.

La elaboración de huaraches de piel es una tradición muy arraigada en Colima que se ha modificado un poco por la introducción de materiales más económicos que dan una mayor movilidad al calzado. Sin embargo, los llamados huaraches colimotes, de araña o de suela de llanta, siguen conservando sus talleres, sus compradores regulares y sus varias calles del centro de la capital dedicadas a su venta.

Pescador utiliza el acachal para pescar chacales en el río Armería • El uso del barro en la cocina colimota sigue vigente, pero la producción local de ollas es escasa.





## Ganado, sal y maíz

En la cocina de los valles de Colima hay cinco guisos con mucho arraigo: la chanfaina, la pepena, el tatemado, la birria y el menudo. Todos ellos, junto con el consumo de pajarete o palomazo (leche bronca recién ordeñada, mezclada con chocolate o café, azúcar y alcohol de caña) en los corrales, dan cuenta del proceso de mestizaje multicultural que caracteriza a la cocina de los valles, pero, sobre todo, ponen de manifiesto el rol preponderante que la ganadería tiene en la cultura culinaria, entrelazada con tradiciones mesoamericanas y ciclos agrícolas.

Durante nuestros recorridos de investigación nos encontramos en la carretera con grandes recuas de ganado guiadas por sus vaqueros, algunos en moto, otros a pie o a caballo. Esta visión nos hizo viajar exactamente 400 años al pasado, a ese momento en que el oidor Lebrón de Quiñones registró la actividad ganadera de la naciente Villa de Colima. La cantidad de reses y yeguas que los españoles poseían en sus estancias era apabullante en comparación con la población humana; la suma ascendía a más de 40,000 cabezas de ganado —y eso que Lebrón sólo pudo censar a la tercera parte— (Lebrón de Quiñones, 2006).

Imaginemos a miles de reses y yeguas pastando prácticamente libres por los campos. Los de don Juan Fernández se mezclaban con los de Vela de Grijalba y los de Mejía de la Torre, por mencionar algunos estancieros. Los vaqueros y caporales distinguían a los animales bajo su responsabilidad por los símbolos hechos con hie-

rrero con los que cada dueño los marcaba. De tanto en tanto había que separar a las recuas para llevarlas a los corrales, entonces los vaqueros hacían gala de su pericia lazando y correteando reses, novillos y potrillos, práctica que daría lugar al jaripeo. Los caporales, por su parte, llevaban las cuentas y regenteaban los campos mientras la misteriosa figura del vaquero sólo se ubicaba en alguna ladera y llevaba el registro de todo lo que acontecía.

Había tantas reses y yeguas que inevitablemente una o varias se escapaban al monte, cuando no terminaban en las milpas y causaban destrozos. Los indios entonces presentaban sus quejas y aquello era cuento de nunca acabar. Con el paso de los siglos y la reconfiguración de la posesión de tierra nacieron los linderos y los potreros que hoy salpican el paisaje de los valles de Colima. Junto con ellos, en este largo proceso de cuatro siglos, también se enlazaron fiestas y platillos ligados a la práctica ganadera.

### Del herradero a La Petatera

Las fiestas charrotaurinas de los valles de Colima son la confluencia de varias tradiciones que fueron entretrejiéndose de manera orgánica a lo largo de cuatrocientos años. La primera de ellas proviene de un mandato de la autoridad virreinal. Durante los primeros días del año, cada patrón debía reunir en su estancia a todos sus animales para capturar a los que iban a destinarse a

*La Petatera y los antiguos filtros de las salineras de Cuyutlán comparten la técnica constructiva del tapeixtle.*

la engorda, separar a los que fungirían como sementales y marcar con el fierro a los becerros. Este momento, conocido desde entonces como el herradero, comenzaba por la mañana con el recibimiento de los animales y terminaba cerca de las tres de la tarde. Entonces el encuentro se convertía en una auténtica fiesta en la que los mozos jineteaban y hacían suertes, las muchachas curiosas venían de las rancharías cercanas a mirarlos y los patrones convidaban a los asistentes tremendas ollas de birria de res, tuxca (vino mezcal llegado desde Tuxcacuesco) y ponches (frutas de temporada maceradas en aguardiente).

Al encuentro ganadero fueron sumándose elementos como la música, el baile, la venta de productos, los jaripeos y las corridas de toros. Como las fiestas también prolongaban su duración, se hizo necesaria la construcción de un espacio que además de servir como “escenario” del rito ganadero, proveyera asiento y sombra a los asistentes. Fue entonces cuando se integraron los corrales contruidos con horcones de madera, lazos, cuñas, así como techumbres y tapetes tejidos con distintas fibras.

La célebre Petatera de Villa de Álvarez, donde hoy se celebran las fiestas charrotaurinas durante el mes de febrero, es la sobreviviente más destacada de aquella tradición constructiva. Esta conservación se debe a dos factores: el primero es la dedicación de su construcción a San Felipe de Jesús, como ofrenda para proteger a los pobladores de los temblores; el otro, a decir de don Petronilo Vázquez Vuelvas, memoria viva de estas fiestas, es que los habitantes de la villa se han resistido a la construcción de una plaza de acero y cemento. En cualquier caso, esta artesanía monumental, portátil y efímera, hoy ligada a las fiestas charrotaurinas, tiene su origen en la tradición constructiva mesoamericana, vinculada a su vez a los ciclos agrícolas de Colima.

## Al ritmo del entorno

Los tabladeros que hoy construyen La Petatera en Villa de Álvarez son herederos de un oficio constructivo milenario compartido

en toda la región del occidente de México. Lo que caracteriza a esta enorme edificación es el uso de petates y tapeixtles, estos últimos son una suerte de plataforma hecha de palma o carrizo tejido, sostenida por horcones de madera. El tapeixtle también formaba parte de las estructuras que desde tiempos inmemoriales utilizaban los salineros de la región para secar la sal; a su vez, fungía como suelo de los silos donde se guardaba el maíz.

El uso del tapeixtle no es fruto del azar, sino una práctica cultural perfectamente adecuada a las necesidades regionales y temporales. En el caso específico de La Petatera de Villa de Álvarez, los mismos jornaleros que trabajaban en las milpas del valle, al final de la cosecha del maíz se organizaban para construir la plaza que se utilizaba durante las fiestas del herradero. Este contexto era un espacio de convivencia entre las distintas comunidades, pues la construcción requería la cooperación de todos aquéllos que podían aportar madera de los cerros. Tras la construcción, seguían varios días dedicados completamente al festejo, a la holganza y al encuentro intercomunitario, una suerte de pausa en el ciclo de labranzas. Al terminar la celebración, desarmaban la petatera, dejaban sus casas en los valles y se dirigían hacia la costa para participar en la zafra de la sal.

Durante los cuatro meses que vivían en las inmediaciones de las lagunas (de marzo a junio, aproximadamente), los jornaleros moraban en casas temporales contruidas con otras técnicas ancestrales como el bajareque, hecho con zacate, otates y lodo. Y es probable que sus camas fueran tapeixtles. La llegada de la primera lluvia era la señal para volver al valle a comenzar con la siembra de maíz. El ciclo continuaba con la cosecha y el llamado a la construcción de La Petatera.

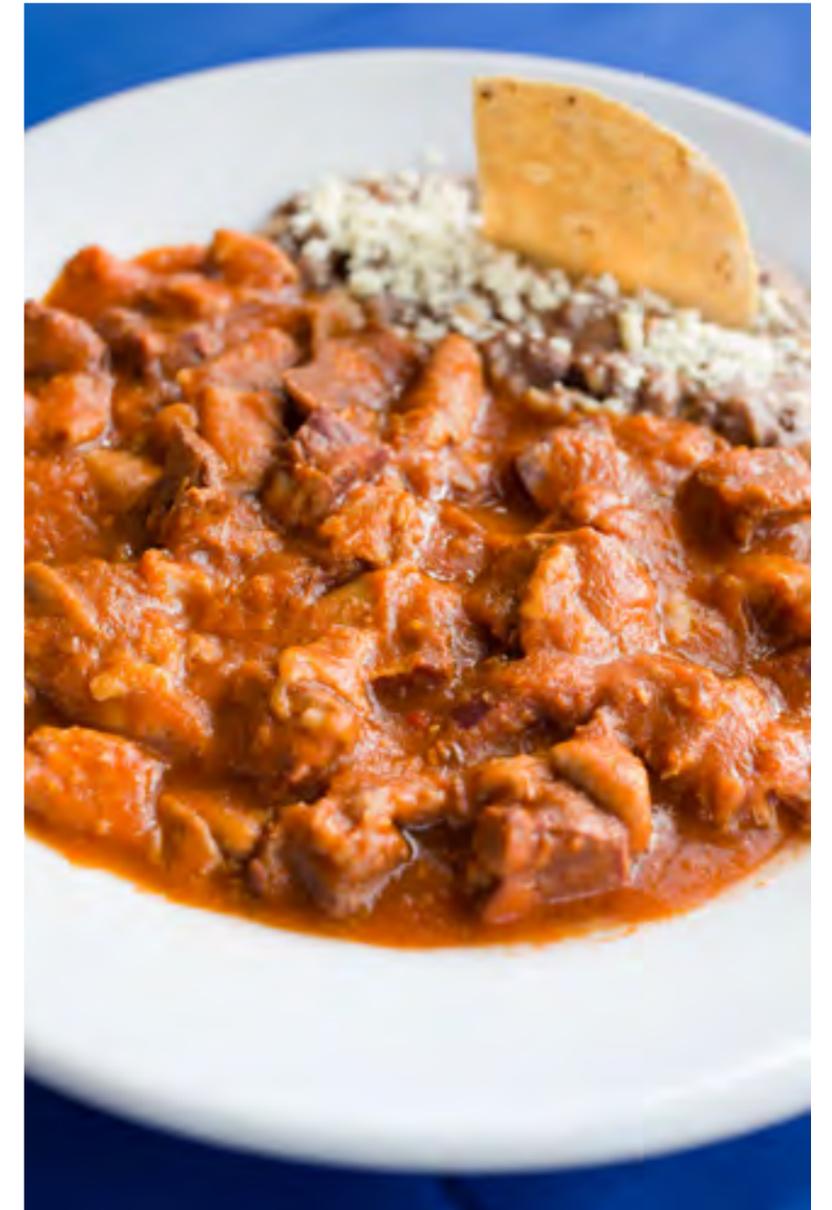
## Cocina de labor y fiesta

Antes de la Era Industrial, el entorno natural marcaba los ciclos económicos y no al revés. Hasta hace cien años, las sociedades colimotas vivían apegadas al ritmo del clima y de la naturaleza,

y esta forma de vivir también se reflejaba en las comidas que se consumían en cada temporada. Durante las fiestas charrotaurinas, por ejemplo, se daban birria, ponche, tuxca y agua de naranja agria, que estaba en su mejor momento. Mientras los jornaleros vivían en Cuyutlán, el principal alimento eran frijoles y maíz en sus distintas preparaciones.

En octubre, cuando era temporada de pizzas y el jornalero requería mucha fortaleza física, el platillo propio era el caldo de res. En las inmediaciones del campo se asentaba sobre tres piedras un enorme caldero —que en tiempos modernos se cambió por el bidón alcoholero de 20 litros—. Diariamente, al pizcador se le daba un plato de caldo con recaudo de col, elote, zanahoria, chayote y papa, y se aderezaba con cebolla y jitomate para enriquecerlo.

Las reses que se usaban para aquellos caldos se aprovechaban enteras. Es así como surgieron tres de los guisos que mencionamos al inicio, arraigados hoy a la cocina tradicional de los valles. En la chanfaina, guiso de origen español adaptado a la realidad novohispana, las vísceras se aderezaron con chiles, laurel y jitomate. Lo mismo ocurrió con la pepena, nombre náhuatl que quiere decir “elegir o recoger”, y que refiere al conjunto de vísceras que el carnicero recoge para vender por kilo a un precio muy accesible. Por último, en el menudo colimense confluyen no sólo la influencia española, sino también la filipina con el marinado en limón y la africana con el añadido de yerbabuena y semilla de azafrán.



Pepena de El Charco de la Higuera, en Colima, Colima.

Cuerno de toro en donde se bebe mezcal y guayabillas como botana • Espectadores bajo el tablado de La Petatera • *La cabalgata*, escultura ubicada en el jardín central de Villa de Álvarez.





# Rostros de los valles

Carlos Ramírez Vuelvas\*

Para demostrar que a veces somos desbordados, los colimenses encendemos la plenitud de los paisajes, muy a nuestro modo, un tanto desparpajados, seductores. En la verde alegría del campo se asoma la sonrisa de los niños de Cuauhtémoc. En la intensidad del mar se atisba la energía de las muchachas de Cerro de Ortega, y en el temple de las abuelas de Ixtlahuacán se refleja la presencia protectora de los montes. En el andar de las campesinas de Tecomán, en los saltos de los jóvenes futbolistas de Cihuatlán, en el hombre que corta un coco con un machete recién afilado en Manzanillo, en la mujer de sonrisa sorprendida por la cámara de un fotógrafo en Caután y en las chiquillas que con un sorbo de agua de naranja agria refrescan la sed de mayo en Colima, ahí palpita el fulgor de la vida

en los valles. En la granjera de Tecuanillo que levanta dos gallinas robustas, en la apicultora de Armería orgullosa del oro de miel de su panal, y también en el señor de bicicleta antigua recorriendo un puente de Coquimatlán, mientras abajo el río humedece el vientre de las piedras gordas en los días de secas, y al fondo un celeste infinito parece cobijar esta tierra de prodigios y maravillas que nos reúnen en la mesa para probar un chilayo humeante con un vaso de tuba cargado de cacahuates tronadores de Las Conchas, una tostada de costilla de cerdo en Villa de Álvarez y un agua de Jamaica de Piscila. Los valles de Colima se encienden con los rostros de los colimenses, con sus historias sabrosas, listas para compartirse.

\*Licenciado en letras y periodismo por la Universidad de Colima, maestro en letras mexicanas por la Universidad Nacional Autónoma de México y doctor en letras hispanoamericanas por la Universidad Complutense de Madrid. Actualmente se desempeña como Coordinador General de Extensión de la Universidad de Colima.

Composición de fotografías: Rostros de los valles de Colima.







4

NO SOMOS NADA

SIN

ELLOS





# Ingredientes del reino vegetal

Carlos Leopardi Verde\*

El occidente de México puede ser considerado, en muchos sentidos, la cuna de la cocina mexicana, pues es una de las zonas más importantes en las que se diversificó el maíz y se domesticaron el frijol y las calabazas. Esta región cuenta con algunas de las áreas agrícolas más productivas del país y, según estudios recientes, también reúne la flora más distintiva.

Las distintas áreas biogeográficas del occidente mexicano son regiones relativamente grandes en donde confluyen ecosistemas de biota única. Las tres áreas de Colima corresponden al Pacífico mexicano: Costa del Pacífico, Sierra Madre del Sur y Faja Volcánica Transmexicana. Esto explica por qué, a pesar de su tamaño (equivalente al 0.3% del territorio del país), Colima es uno de los estados más diversos de la república. Tan sólo en plantas

vasculares tenemos más de 4,000 especies. Para brindar una escala, la flora de Canadá tiene alrededor de 6,000 especies, mientras que México cuenta con alrededor de veinticuatro mil.

En Colima, el área biogeográfica de la Costa del Pacífico, que incluye la mayor parte de las selvas secas, es la más importante. Precisamente, en medio de este entorno rico y único se encuentran los valles de Colima, cuya fertilidad ha impulsado el desarrollo de civilizaciones prósperas, como sugiere el amplio registro arqueológico.

Los antiguos pobladores aprendieron a reconocer y a aprovechar los abundantes recursos vegetales de temporada que hay en la zona, como la cereza de campo, los bonetes, la pitaya, la pisecua, las ciruelas, los tacuachines, los camotes de cerro,

\*Responsable de la investigación, recolección, estudio y clasificación de los ingredientes que aparecen en este capítulo así como de la redacción de los textos. Carlos Leopardi Verde es profesor e investigador de tiempo completo de la Universidad de Colima, adscrito a la Facultad de Ciencias Biológicas y Agropecuarias. Es biólogo por la Universidad de Oriente (Venezuela) y es doctor en Ciencias Biológicas (opción Recursos Naturales) por el Centro de Investigación Científica de Yucatán A.C. Actualmente es miembro del Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores (SNI) y del Cuerpo Académico “Biotecnología y Sustentabilidad” de la Universidad de Colima. Ha enfocado su línea de investigación a la sistemática y evolución de plantas vasculares neotropicales. Actualmente su investigación está centrada en la flora de Colima.

*María Eugenia Ávalos Vizcaíno, de Buenavista, Cuauhtémoc, en su campo de arroz.*

etcétera. Los recursos disponibles durante la temporada de lluvias —el 90% de la precipitación ocurre de junio a octubre— no son los mismos que en la temporada de secas —el 10% restante cae entre noviembre y mayo en forma de lluvias irregulares o dispersas—. A su vez, estas tierras han sustentado por milenios actividades agrícolas, primero prehispánicas —cuya base fueron variedades locales de maíces y frijoles que aún podemos encontrar— y en los últimos siglos, prácticas y cultivos inmigrantes como el coco, la caña de azúcar y el limón, que se asentaron y

dejaron huella en la cultura de la misma manera en que lo hicieron sus portadores españoles, filipinos y africanos.

Las cocinas de los valles de Colima, vistas desde la perspectiva del reino vegetal, son la mezcla de ingredientes puramente americanos como el palo Brasil, asiáticos como el plátano, indios como el pepino, africanos como el tamarindo y europeos como una de las variedades de orégano popularmente utilizadas en el estado. A continuación se presentan las especies más representativas.

### Arroz milagro filipino

El arroz, u *Oryza sativa*, al igual que otros cereales como el trigo y el maíz, pertenece a la familia de las gramíneas. Este cultivo fue domesticado en Asia hace más de 10,000 años; dadas sus propiedades nutritivas, hoy forma parte indispensable de la dieta de alrededor del 20% de la población mundial. Según el Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera (SIAP), México produjo más de 250,000 toneladas de arroz en 2021, sembradas en aproximadamente 3,400 hectáreas. Esta cantidad, sin embargo, no es suficiente para satisfacer la demanda, por lo que también se importa de otras latitudes.

Aunque en México se han introducido diversas variedades de arroz desde hace 500 años, en los valles de Colima hoy se cultiva la llamada milagro filipino (o IR8), diseñada por científicos del International Rice Research Institute en la década de 1960 y liberada al mundo en 1966. Si bien la variedad llegó al territorio mexicano en 1967, no contamos con la fecha precisa de ingreso a Colima, pero sabemos que es ampliamente cultivado en comunidades que tienen abundante agua, como Buenavista o Coquimatlán. Debido a sus requerimientos de agua, este recurso sólo es cultivado durante la temporada de lluvias.

A pesar de su reciente introducción al estado, el arroz milagro filipino ha sido catalogado como uno de los mejores de México debido a su consistencia, propiedades organolépticas y elevada proporción de granos enteros.

Otras variedades de arroz introducidas en la época virreinal y cultivadas desde entonces en los valles de Colima se han integrado de manera notable a la dieta colimota, basta echar una mirada a los menús de cualquier cocina económica, en donde el arroz es el principal acompañante de guisos como el tatemado de cerdo o el pollo con mole.



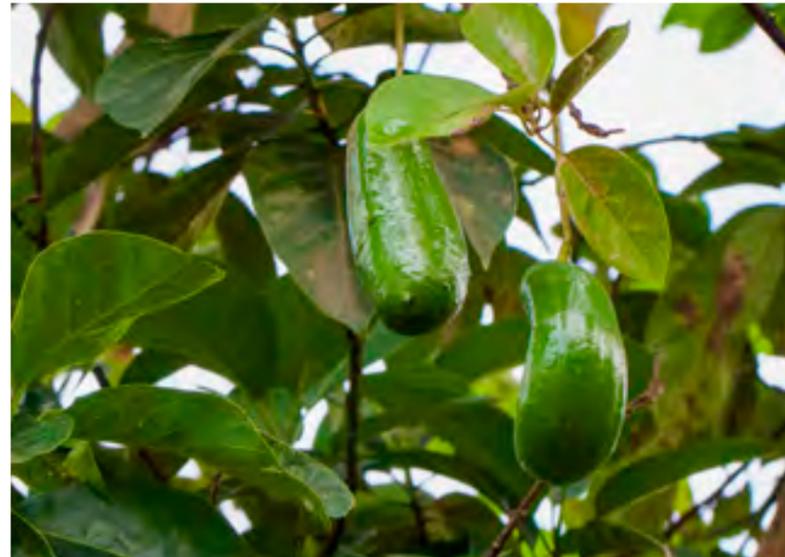
## Agave lechuguilla

Agave es un género de plantas muy diverso y ampliamente distribuido en México. Botánicamente se ubica en la familia *Asparagaceae*, la misma de los espárragos. Los Agaves tienen una amplia variedad de usos, desde la obtención de fibras (ixtle) hasta la preparación de bebidas frescas, fermentadas o destiladas (aguamiel, pulque, tequilas, mezcal). En Colima, aunque no es un estado preponderante en la producción de tequila o mezcal, sí es popular el uso de la variedad *Agave maximiliana* en la preparación de bebidas refrescantes como el tepache de mezcal o la lechuguilla. Sus comercializadores señalan que el cultivo de estos agaves, así como su transformación en lechuguilla, se encuentra principalmente en Jalisco. Esta bebida suele venderse en tienditas y semáforos de la zona conurbada de Colima, Villa de Álvarez y otras regiones del estado.



## Aguacate colimote

En el mundo científico el aguacate es conocido como *Persea americana* y pertenece a la familia *Lauraceae*, la misma del laurel. La característica más notoria del aguacate colimote —identificado en una huerta de traspatio en Tecomán— es el fruto alargado de más de 20 centímetros de largo y casi 10 de ancho, con forma de pera y apariencia asimétrica debido a que el punto de inserción del pedúnculo (punto de unión entre el fruto y la planta) se encuentra a un lado, no hacia el centro. Durante la temporada de lluvias o hacia el final de éstas, puede encontrarse en los tianguis o con vendedores ambulantes. Su sabor, a diferencia del aguacate Hass, tiende a ser menos pronunciado y no tan amantequillado; es el preferido de los locales porque, al dejarlo madurar en el árbol, no sólo lo cortan cuando les place, sino que también mejora su calidad nutricional.



## Capire

Árbol de aproximadamente 18 metros de alto, con flores blancas y frutos amarillos comestibles; se encuentra desde Sinaloa hasta Panamá. Casi toda su distribución se centra en la vertiente del Pacífico. Sus frutos, a pesar de ser “chiclosos”, tienen un sabor dulce y abundante pulpa. Botánicamente, este árbol recibe el nombre de *Sideroxylon capiri* y pertenece a la familia *Sapotaceae*, en la que también se encuentran el zapote, chicozapote y mamey. Esta especie se comercializa en mercados del occidente de México, aunque en los valles de Colima sólo lo encontramos en el municipio de Ixtlahuacán como un árbol de traspatio que ofrece una sombra fresca y agradable. El fruto de esta especie está disponible a finales de la temporada de secas.



## Cacahuete

Su nombre científico es *Arachis hypogaea* y pertenece a la familia *Fabaceae* de las leguminosas. Esta planta tiene origen híbrido; se piensa que se originó en algún lugar de los Andes peruanos hace más de 7,800 años. Los progenitores de esta especie fueron *Arachis ipaensis* y *Arachis duranensis*, uno de los Andes y otro de la Amazonía, y posiblemente fue gracias a las actividades humanas que apareció este híbrido. Aunque los *Arachis* tienen una larga historia de cultivo, sólo esta especie ha sido totalmente domesticada y llegó a México a partir de actividades comerciales que los diferentes grupos mesoamericanos mantenían con etnias sudamericanas.

En México, fue bautizado como cacahuete, que en náhuatl significa “cacao de la tierra”. Los españoles lo encontraron por primera vez en un mercado de la Gran Tenochtitlán, lo llevaron a Europa y de ahí a África y a otras regiones del mundo, zonas tropicales y subtropicales donde hoy es ampliamente cultivado.

En Colima, los cacahuates que se producen en Ixtlahuacán son famosos por su sabor y otras propiedades organolépticas y



nutrimentales. En la localidad de Las Conchas son aprovechados tanto para venta directa (tostados) como para elaborar una diversidad de productos como dulces, mazapanes, aguas y ponches. En Colima, el fruto está disponible hacia finales de la temporada de

## Chaltomate

También es conocido como tomatillo o tomate silvestre. Su nombre científico es *Solanum lycopersicum* var. *cerasiforme*; es de la familia *Solanaceae*, al igual que jitomate, el tomate verde y la papa. El chaltomate es una especie silvestre que se dispersa por la actividad de las aves, por lo que es difícil saber su lugar de origen, aunque tiene una distribución amplia en América, desde Perú (zona andina) hasta México. Es una especie muy adaptable que puede fructificar durante todo el año, por lo que se encuentra cultivada en huertas de traspatio, como maleza en medio de cultivos de papaya o limón, en un lote baldío o a las orillas de un río. Es fácil de reconocer por su aroma y sus frutos pequeños y rojos, parecidos a los del jitomate.

En Colima es muy codiciado por las cocineras locales, pues al utilizarlo detona sabores distintos y sabrosos en cada preparación, especialmente en las salsas. Cuando están maduros, los arrieros y campesinos los recolectan en sus caminatas diarias. Son un acompañamiento en la gastronomía de las zonas rurales de los valles.

lluvias e inicio de la temporada de secas. Indudablemente, el consumo preferido de los colimotes es como botana, ya sea al natural, tostados o fritos con sal y chile.



## Camote

Su nombre científico es *Ipomoea batatas*. Pertenece a la familia botánica de las *Convolvulaceae*. Es nativa del continente americano (desde el sur de Estados Unidos hasta Uruguay), pero como cultivo se encuentra disperso en las regiones tropicales de todo el mundo.

Se caracteriza por ser una hierba rastrera o bejuco voluble, sus flores tienden a ser de color lila (aunque es variable) y su fruto es seco, tipo cápsula. Hay fuentes que refieren usos medicinales para esta especie. Sin embargo, en Colima y otras regiones de México es apreciada por sus raíces, que se engruesan y forman el tubérculo conocido como “camote”. Es una planta que se da muy bien en el valle de Tecomán.

Investigadores de la Universidad de Colima, basados en un modelo similar al de la permacultura, están indagando la forma de utilizar esta planta como un control para malezas.

Este cultivo puede darse durante todo el año, quizá por eso siempre lo vemos en los tianguis y mercados. Entre las meriendas preferidas de las personas de edad están las calabazas y los camotes enmielados. Ambos se consumen con un vaso de leche fresca.

## Camote de cerro

Este es un tubérculo de temporada muy apreciado en Colima. Su nombre científico es *Dioscorea remotiflora* y pertenece a la familia *Dioscoreaceae*. Es pariente de otros tubérculos muy populares domesticados en África, Asia y América, como el ñame. La planta es una enredadera dioica, lo que significa que hay una con flores femeninas y otra con flores masculinas. En general, las flores son blanco-verdoso, muy pequeñas, y el fruto es seco tipo cápsula.

Esta planta es perenne (vive por varios años) y por ello durante la temporada de lluvias crece, fructifica y almacena alimentos en sus raíces (tubérculo o camote) para soportar la



temporada de secas y volver a brotar al año siguiente. Esta es la razón por la cual solamente hay camotes de cerro durante la temporada de lluvias.

Vale la pena mencionar que “camote de cerro” es un nombre que se usa para muchas especies de *Dioscorea* en el país. La que se encuentra en Colima es una planta endémica de Méxi-

## Caña de azúcar

La caña de azúcar, *Saccharum officinarum*, pertenece a la familia botánica *Poaceae* (la misma del arroz y el maíz). Su origen se debe a una serie de hibridaciones naturales, posiblemente, en Nueva Guinea. Su cultivo, especialmente en Asia, se remonta a más de 2,200 años, y poco a poco se ha dispersado por áreas tropicales de todo el mundo. Al continente americano llegó alrededor del año 1493, en el segundo viaje de Colón. Primero se estableció en la isla hoy conocida como República Dominicana y de ahí se dispersó al Caribe.

En 1522, Hernán Cortés trajo de Cuba a México plantas de caña. Su presencia en el occidente de México está registrada desde inicios de 1600; en lugares como la Hacienda Aguacatitla se cultivaba y beneficiaba junto con la palma de coco.

Los productos derivados de la caña de azúcar han sido de gran importancia en la tradición culinaria de los valles de Colima. El uso de la panocha, o piloncillo, y del azúcar se restringía a las cocinas de los patrones hacendados, cuyas cocineras, desde el siglo XVI, sumaron estos productos a platillos como los turrones de coco, las enchiladas dulces, el ante, la sopa de pan y las frutas enmieladas. Su consumo popular era en forma de jugo o en pedacitos que aún se venden en la Feria de Todos los Santos y otras festividades. Según los datos del Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera (SIAP), en 2021 la caña de

co que se distribuye desde Sonora hasta Oaxaca, principalmente en selvas secas del Pacífico. Para consumirlo, hay que lavarlo muy bien, cocerlo con agua y sal y pelarlo. Se come calentito en la comida o en la merienda. En las calles de la ciudad de Colima se vende en bolsitas, cocido al natural o con chile y limón para comerlo como botana.



azúcar fue el segundo cultivo en importancia en cuanto a superficie sembrada (15,900 hectáreas) en Colima, sólo después del limón, y el tercero en cuanto al valor de su producción. Este cul-

## Chan

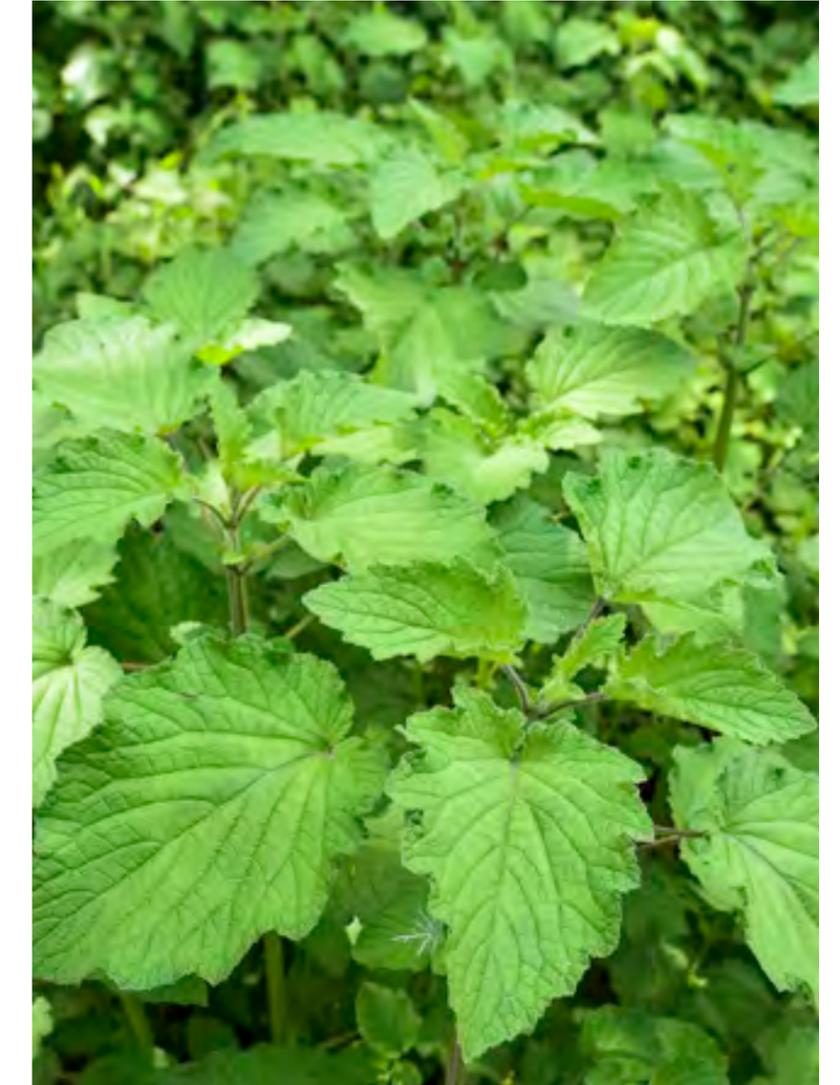
Hierba de aroma muy agradable de la familia *Lamiaceae* (la misma familia de la menta, la hierbabuena, el orégano y el romero). Su nombre científico es *Hyptis suaveolens*. Aunque es una especie de amplia distribución, se encuentra tanto en la vertiente del Pacífico como en el Golfo de México (no está en el Altiplano). En Centroamérica se extiende hasta llegar a Panamá.

En Colima es apreciada por sus semillas —que se recolectan de manera silvestre— con las cuales se prepara una bebida de origen prehispánico llamada bate. Aunque algunos suelen confundir el chan con la chía, la diferencia entre ambas está en que la chía es una semilla redondeada y más pequeña, de aproximadamente dos milímetros, de aspecto grisáceo con algunas manchas negras; y el chan es una semilla más grande, negra o café, de entre cinco y seis milímetros, ovalada y plana. Este recurso está disponible a finales de la temporada de lluvias e inicio de la temporada de secas.



Chan o chía de Colima.

tivo suele tener su pico de cosecha durante la primera mitad de la temporada de secas.



# Chiles

La cocina colimota no podría concebirse sin los chiles (*Capsicum* spp.), los tomates verdes (*Physalis* spp.) y los jitomates (*Solanum lycopersicum*); todos pertenecen a la familia *Solanaceae*.

Los chiles son un ingrediente tan natural para los mexicanos desde hace miles de años que incluso son parte de nuestras raíces, identidad y cotidianidad. De hecho, fueron las primeras plantas domesticadas en América, y en México aparecen junto con los restos del maíz y la calabaza en algunos de los yacimientos arqueológicos más antiguos, lo que habla del manejo y consumo de esta planta por parte de las sociedades prehispánicas desde hace más de 6,500 años. La palabra chile es un nombre común que proviene de un término náhuatl que puede traducirse como “vegetales picantes, brillosos o lisos”.

Desde el punto de vista biológico hay cuatro especies de chiles que se cultivan y de las cuales han surgido casi todas las variedades: *Capsicum annuum* (hay al menos dos variedades y más de 100 morfotipos), *Capsicum chinense* (el chile habanero), *Capsicum frutescens* (paradito de Oaxaca) y *Capsicum pubescens* (chile manzano o perón). De todos éstos, *Capsicum annuum* es el más mexicano.

El chile cascabel o bola (*Capsicum pubescens*) es uno de los chiles secos más utilizados. En fresco, este chile corresponde al chile bola, según los usos y denominaciones colimotas, aunque en Oaxaca se le llama manzano, con diferentes grados de domesticación (Pérez Martínez, 2018) y en otras regiones se le conoce como perón. De tamaño mediano (más de dos centímetros de diámetro), se domesticó en la región andina, por lo que puede cultivarse a mayor altitud que las otras especies. Presumiblemente llegó a México por la actividad de los españoles y, como otros ingredientes de la cocina tradicional, se naturalizó.

Actualmente es un componente de algunos platillos icónicos de la cocina de los valles de Colima, como las enchiladas dulces, la birria y la cuachala, algo que no es de extrañar dada su tendencia a tener un sabor a nuez luego de haber sido rehidratado y asado. Una característica muy distintiva de este chile es que no se deforma al secarse, y al agitarlo (ya seco) tiene el sonido como de un cascabel.

El chile habanero (*Capsicum chinense*) no es un componente esencial de los platillos colimotes tradicionales, dado que incrementa el picor. En la cocina urbana de los restaurantes de ciudades como Colima o Tecomán se usa en salsas, fresco o asado. Este chile se domesticó en la cuenca amazónica, en donde incluso existen variedades dulces que sí son una parte importante de los condimentos de las recetas tradicionales.

Los demás chiles que se utilizan en Colima (serrano, jalapeño largo, bolita, guajillo, pasilla rojo, pasilla verde, chile de árbol, entre otros) corresponden a la especie *Capsicum annuum*, que es por mucho la más cultivada en el mundo y que fue domesticada en México. Esta especie tiene dos variedades, *Capsicum annuum* var. *glabriusculum* y *Capsicum annuum* var. *annuum*. La primera corresponde a todas las formas silvestres que dieron origen a los cultivares que conocemos y que se encuentran hoy agrupados en la segunda variedad.

El chile bolita o piquín, chilpote y el alargado son todas plantas herbáceas anuales que suelen crecer en climas cálidos y estacionalmente secos como el de Colima. Están asociadas a ambientes perturbados por el hombre, por lo que no es de extrañar que estén en cultivos, jardines o al lado de caminos, que es donde las hemos encontrado. Estas se distinguen de las variedades domesticadas en que sus frutos rojos y brillantes, de

pequeño tamaño (usualmente menos de 1.5 centímetros de diámetro) están expuestos sobre las hojas, por lo que es frecuente que los pájaros las consuman y dispersen.

Los frutos de estas plantas suelen ser muy picantes y, por lo mismo, tienden a utilizarse en salsas y picos de gallo; algunos valientes los consumen frescos y a mordidas. Estos chiles son más abundantes a finales de la temporada de lluvias y más o menos hasta mediados de la temporada de secas, aunque pueden encontrarse durante todo el año en jardines y en huertas de traspatio.

Para distinguir las variedades silvestres de las domesticadas hay que observar el fruto. Si es como un chile jalapeño en miniatura (menos de 1.5 centímetros de largo), entonces es el chile alar-

gado. Si es globular (como una canica) es el bolita (piquín) o chilpote; estos dos son silvestres y la diferencia entre ellos es que los que son un poco más grandes son llamados chilpotes.

Todos los demás chiles que se utilizan en Colima son domesticados y una de las características que los distinguen es que ocultan sus frutos entre las hojas para que no sean consumidos por las aves. Colima no tiene una gran producción de chiles, por lo que en su mayoría son importados del centro del país o de estados vecinos como Jalisco; aunque recientemente se ha incrementado la producción de algunos como el jalapeño y el serrano.

A continuación presentamos, por orden alfabético, las variedades que más se utilizan en Colima.

## Chile de árbol o pico de pájaro

Éste es un chile seco, alargado, delgado y de color rojo intenso; el preferido en Colima es muy delgado y tiene pedúnculo, éste normalmente viene de Jalisco y se le conoce como Yahualica, lugar donde su cultivo ha tomado popularidad nacional; aunque también se utiliza uno más largo que procede del centro de la república. Este chile es clave en la cocina colimota, pues es parte de la salsa que se utiliza para acompañar al pozole. Normalmente es utilizado para dar picor y algo de color a los platillos. Éste es un chile que siempre suele estar en las casas de los colimotes.

En la mayoría de las salsas picantes líquidas de acompañamiento para las barbacoas, birrias o pozole se utiliza para dar picor a decisión propia del comensal. Hay que tener mucho cuidado ya que actualmente la piratería china ha importado chiles de árbol que pican agresivamente; incluso en los grandes mercados de abastos se pueden encontrar catalogados con etiquetas numéricas. La manera de identificarlo es que no trae el palito que sujeta el chile (pedúnculo), y la mejor forma de verificarlo es probándolo, ya que picará sin sabor.



## Chile jalapeño

Es un chile que se utiliza inmaduro (verde), es muy tradicional en la cocina mexicana, en la que puede ocuparse para dar un toque de sabor y picor a las comidas; también se utiliza fresco para ensaladas como el pico de gallo, o asados al carbón o a la plancha para consumirse solos. En Colima es el chile más producido, aunque mucha de la producción se vende fuera. Este chile al ser secado y ahumado se transforma en el chipotle, que en Colima casi no es utilizado, aunque no por eso deja de ser popular. En general, se utiliza en pico de gallo para los ceviches, siempre fresco sin cocerlo.



## Chile guajillo

Es quizá el chile seco más popular de la cocina colimota, ya que es la base de prácticamente todos los adobos. Este chile se utiliza para dar color y sabor. Tiende a ser cilíndrico y relativamente grande, suele tener un tono rojizo cuando se produce a partir del chile mirasol maduro (su forma fresca). Sin embargo, en Colima sólo se utiliza la forma seca (guajillo). Si hay un chile que nunca falta en una casa colimota, es éste.



## Chile pasilla, pasilla rojo y verde

Los tres son variedades de chile poblano, sólo que en Colima les llaman “pasillas”. Se trata de un chile grande, cónico, alargado, puntiagudo y de piel brillante. Cuando está fresco y no ha madurado se le dice pasilla verde; cuando está fresco y maduro se le llama pasilla rojo; si está seco se le dice simplemente pasilla. La forma más común de uso en los valles de Colima es fresco e inmaduro (pasilla verde), popularmente conocido fuera de Colima como chile poblano. Es parte esencial de algunas recetas muy colimotas, como el chilayo o el menguiche. Al secarse de más se arruga, y por ello se le atribuye el nombre de chile arrugado en Cihuatlán, el cual es utilizado en la receta de La Birria de las Doce.



## Chile serrano

Éste es uno de los más populares en Colima, pues es la base del ceviche colimote, también se usa para el menudo, los frijoles con queso fresco, para preparar salsas e incluso los amantes del picante se lo comen a mordidas. Procede del centro del país, aunque hay una pequeña producción en Colima. Se puede distinguir del jalapeño porque este último suele ser más grueso, y el serrano es más picante.



## Frijol

Hablar de frijoles (*Phaseolus* spp.) es mencionar un cultivo tan mexicano como el maíz, las calabazas o los chiles. Los frijoles fueron domesticados en México hace más de 4,000 años en algún lugar entre el sur de Jalisco y Oaxaca. Con el paso del tiempo ocurrieron hechos relevantes: primero, al igual que el maíz, se exportó a Sudamérica a través de las rutas comerciales prehispánicas, por eso hay un acervo andino muy rico en variedades de frijoles, entre ellos el frijol mayo que actualmente es consumido en Colima. El segundo hecho es que los frijoles se convirtieron en un componente esencial de la milpa y dotaron a los antiguos habitantes de Mesoamérica de una dieta completa, pues al combinar el maíz y el frijol se obtienen los 20 aminoácidos esenciales.

En Colima, el frijol preferido fue y sigue siendo el bayo berrendo, que era el que se daba en la milpa. Tan importantes son para los colimotes que no pueden faltar como un complemento en forma de “frijoles puercos”. En las zonas urbanas de

los valles de Colima, casi todo el frijol que se consume es importado de otros estados; en las comunidades sólo encontramos muestras de frijol texano (una variedad de *Phaseolus vulgaris*) y de *Vigna unguiculata*, que es una leguminosa de origen africano que se consume ampliamente en el mundo, pero sin usos conocidos en la comunidad en donde fue recolectada. Aunque hay frijoles durante todo el año, gracias a que se traen de otros lugares, la mayor producción de este grano suele darse en sistemas de temporal, por lo que hacia finales de la temporada de lluvias e inicio de la de secas es cuando hay mayor abundancia.

Como un dato curioso: en otras partes del país es común el consumo del frijol lima o frijol ancho o blanco (*Phaseolus lunatus*). En los valles de Colima, aunque es raro su uso, es una especie muy común; basta observar detenidamente para reconocer sus vainas en forma de hoz en lotes baldíos de la ciudad o en las vallas perimetrales de los ranchos.



Frijol texano.



Frijol bayo.

*Vigna unguiculata*.

## Guanábana

La *Annona muricata* o guanábana, de la familia *Annonaceae*, es una especie originada en el trópico americano, en donde se encuentra ampliamente distribuida. Su origen exacto aún es incierto: algunas publicaciones señalan que surgió en las Antillas y otras en Centroamérica. En México se encuentra en prácticamente todas las regiones de tierra caliente en donde es viable su cultivo. Su fruto suele tener dos picos de producción, uno a inicios de la temporada de secas y otro al final. En Colima es una especie muy apreciada, al punto que es posible encontrar árboles de guanábana en jardineras y banquetas de la zona metropolitana de Colima y Villa de Álvarez, así como en la mayoría de los jardines y huertos de traspatio en las casas de zonas rurales, y no sólo en huertos dedicados a su producción. Por algo Colima está entre los tres primeros estados productores de México.

Su fruto puede llegar a medir más de 30 centímetros de largo, más de 30 centímetros de diámetro y pesar más de seis kilos. Su pulpa es blanca, fibrosa y jugosa, las semillas son negras y la cáscara verde está cubierta de “espinas”.

La fruta de la guanábana es en realidad una infrutescencia que se origina cuando los múltiples pistilos que conforman la flor se fusionan durante el desarrollo posterior a la fertilización, por eso cada una de las “espinas” de la piel de la guanábana corresponde a los restos de cada uno de los pistilos originales y no a una espina verdadera.

Aunque no reportamos usos de la guanábana más allá de la producción de pulpa, la literatura médica indica que es útil para tratar diversos padecimientos (desde artritis hasta parásitos intestinales).

La forma en que los colimotes disfrutan más comerla es en su mejor punto de madurez, cuando la pulpa se deshace y suelta un dulce jugo (podría decirse que es como una miel embriagante), y también se consume en aguas frescas, paletas y nieves.



## Guayabita de venado

A esta especie también se le conoce como “guayaba cimarrona” en otras áreas de la República mexicana. Su nombre científico es *Psidium guineense* y, como en el caso de la guayabilla, pertenece a la familia *Myrtaceae*. Normalmente crece en lugares soleados y perturbados, desde México (en las selvas secas de la vertiente del Pacífico, de Sinaloa a Chiapas) hasta Argentina. Es fácil distinguirla de una guayaba, porque si bien su fruto es amarillo al madurar, tiene un sabor más ácido, la planta es del tamaño de un arbusto y las hojas tienden a tener ápices redondeados, no agudos como los de una hoja de guayaba, aunque ofrecen un aroma muy similar. Dada su acidez, este fruto suele utilizarse en la preparación de bebidas, aunque también se consume fresco. Suele estar disponible a finales de la temporada de lluvias e inicios de la temporada de secas.



## Guayabilla

Esta especie, *Psidium sartorianum*, también conocida como arrayán, pertenece a la familia *Myrtaceae*, que es la misma de la guayaba, la guayabita de venado, la guayaba extranjera y el clavo de olor. La guayabilla crece de forma natural tanto en la vertiente del Golfo de México (desde Veracruz hasta Chiapas, incluyendo la península de Yucatán) como en la del Pacífico (desde Sonora hasta Chiapas). Su distribución se extiende a Centroamérica hasta Costa Rica y Sudamérica (Brasil, Colombia, Ecuador, Venezuela). Sus flores son blancas, con muchos estambres y tienen una fragancia agradable y dulce. Sus frutos son globosos, carnosos (tipo baya) y de hasta 2.5 centímetros de diámetro. Su pulpa es de color amarillo y su sabor es similar al de una guayaba pero ligeramente más herbáceo, y se consumen frescos o preparados de varias formas, incluyendo dulces, ponches y mermeladas. Indudablemente,



durante su mejor temporada los colimotes lo disfrutaban como botana con chile, sal de Colima y limón, y tampoco puede faltar como agua fresca.

Esta fruta está disponible en la naturaleza y en mercados locales a finales de la temporada de lluvias y parte de la temporada

## Jamaica

*Hibiscus sabdariffa* es una planta perteneciente a la familia *Malvaceae*, que actualmente se encuentra en regiones tropicales de todo el mundo. Su origen se localiza en África, y fue domesticada en Sudán hace unos 6,000 años. En muchos lugares esta especie tiene un significado especial, ya sea por su fibra como por sus flores y lo que se puede hacer con ellas, desde bebidas hasta comidas. En algunos países de Centroamérica, al igual que en México, la infusión elaborada a partir del cáliz rojo de la flor se utiliza para elaborar bebidas e incluso licores. En Senegal, sus hojas son un ingrediente clave en la preparación del platillo nacional. La Jamaica se introdujo a América en el siglo XVII, al mismo tiempo que en la India.

Aunque Colima no es el principal productor a nivel nacional (pues ese lugar lo ocupa Guerrero), la que se produce aquí tiene un sabor fuerte y color intenso, por lo que se ha catalogado como una de las de mejor calidad; es conocida en los mercados nacionales como Jamaica Colima. En el estado, la Jamaica se cosecha a principios de la temporada de secas (entre noviembre y enero); aunque siempre hay disponible, porque también se importa de otros estados del país. En los valles de Colima destacan como productores Piscila, Buenavista y Coquimatlán. Su uso culinario en Colima está relacionado principalmente con las aguas frescas.

de secas (de septiembre a febrero). Las hojas tienen una fragancia dulce y son utilizadas para aromatizar aguas frescas.





## Limón

La especie *Citrus*, de la familia *Rutaceae*, tiene su origen en el sureste asiático, en las faldas surorientales de los Himalayas hace más de siete millones de años. No podemos decir que las especies que vemos en Colima sean tan antiguas, pues casi todas las que consumimos son híbridos creados por el hombre durante el proceso de domesticación de los *Citrus*.

La cita más antigua que menciona *Citrus* se remonta a registros de más de 4,000 años en la literatura China. De hecho, el primer miembro de este grupo se introdujo en Europa hace más de 2,200 años (aproximadamente en el 310 a. C.) y las primeras semillas de *Citrus* (naranjas, limas, etcétera) fueron traídas a América por Cristóbal Colón, en su segundo viaje, alrededor de 1493 y llegaron al actual Puerto Rico. Colón trajo estas plantas porque los cítricos son útiles para combatir el escorbuto durante los largos viajes en barco.

En 1518 se establecieron los primeros árboles de naranja y limón en la Ciudad de México, y de ahí se fue dispersando por las distintas provincias de la Nueva España. Este proceso es interesante, porque el limón mexicano (*Citrus aurantifolia*) es realmente un inmigrante que se naturalizó; del sureste asiático se introdujo a Europa durante las Cruzadas. Los españoles lo trajeron y dispersaron por América, lo que culminó en un proceso de adopción mutua que se consumó al reconocerse como limón mexicano.

En un primer momento, el limón fue una planta que se “asilvestró” debido a que los españoles tiraban las semillas y éstas germinaban y crecían hasta convertirse en árboles, especialmente a las

afueras de las misiones franciscanas, y así fue hasta 1912, cuando se fundó la primera huerta comercial de limón en México. En Colima, esto ocurrió hacia 1920, y su cultivo creció lenta pero decididamente hasta convertirse en un símbolo, ya que por muchos años Colima fue el principal productor de esta fruta a nivel nacional. Actualmente ese lugar es ocupado por Michoacán, seguido por Veracruz, Oaxaca y Colima.

El limón sigue siendo el principal cultivo en el estado, tanto en superficie sembrada como en valor económico de la cosecha y, al igual que la sal de Cuyutlán, es un ingrediente que acompaña a infinidad de platillos tradicionales, desde las botanas (como los pepinos con chile y limón) hasta los que se preparan con pescados y mariscos, y ni hablar de los tacos... ¿Se los imaginan sin una buena salsa y su limón? Es el mejor acompañamiento de la cocina colimota; también se elaboran aguas frescas, raspados, tejuinos, paletas y nieves.

En Colima, dada la importancia de este cultivo, los investigadores del Instituto Nacional de Investigaciones Forestales, Agrícolas y Pecuarias (INIFAP) generaron una variedad llamada colimex, que es la actual dominante en las huertas del estado. Si bien conserva las mismas características organolépticas en el fruto (acidez, dulzura, consistencia, color, aceites, etcétera), sus plantas son más resistentes, genéticamente más homogéneas y mucho más productivas. Es importante mencionar que en Colima también hay plantaciones de limón persa (*Citrus latifolia*), que es más grande, menos ácido que el limón mexicano o el limón colimex y

*Campos de limón de la variedad colimex, dominante en el valle de Armería.*

carece de semillas. El limón persa se usa muy poco en el mercado local, por lo que se produce principalmente para exportación; por ello sus plantaciones representan menos del 1% de la superficie sembrada de *Citrus* en Colima. Si bien el limón siempre está en los anaqueles de las tiendas y lo puedes conseguir en los mercados y tianguis, el momento de mayor producción se encuentra desde finales de la temporada de secas hasta finales de la temporada de lluvias.

Finalmente, como dato cultural: el limón mexicano es una lima ácida; además es un híbrido natural cuyos padres son la cidra (*Citrus medica*), una planta con frutos muy grandes y cáscara (o albedo) muy gruesa que normalmente se utiliza para hacer dulces y conservas en donde se cultiva, y *Citrus micrantha*, una planta silvestre de la India que da un fruto pequeño y que se utiliza en algunos platillos de aquel país. El limón persa (*Citrus latifolia*), al igual que el Colima, fue producto de una cruce natural entre el limón (*Citrus limon*) y el limón mexicano (*Citrus aurantifolia*).

Planta empacadora de limón Colima, de SiCar Farms • El limón Colima es ligeramente más pequeño, perfumado y ácido que el limón Persa.





## Maíces de los valles

El maíz (o *Zea mays*) es un cereal extraordinario que pertenece a la familia *Poaceae*, la misma del arroz, la caña de azúcar, el trigo y la avena. Es actualmente un alimento básico para el 6% de la población mundial; considerando que ya somos más de ocho billones de personas, realmente son muchas las vidas que dependen del maíz.

Este alimento básico ha permitido el desarrollo de las culturas americanas desde hace más de 6,000 años. Tanto ha influido en la cultura que puede rastrearse a través de infinidad de palabras y derivados; basta con revisar el *Gran Diccionario Náhuatl* para comprobarlo. Si pensamos en el grano como tal, que es el verdadero fruto del maíz (en botánica le diríamos *cariopsis*), los antiguos mexicas lo llamaban “tlaolli”, mientras que los colimotas lo nombraron “layule”.

En Mesoamérica llegó a representar una deidad mayor: para los mexicas, según Enrique Vela, la principal deidad relacionada con esta planta era Centéotl, hijo del dios solar Piltzintecutli y de Xochiquétzal, diosa de la tierra húmeda y fértil. Esta asociación es una referencia clara a que en el México antiguo, al igual que en muchas partes de Colima, el maíz es un cultivo de temporal que requiere de las lluvias y del sol para desarrollarse adecuadamente. Así que, aunque haya maíz todo el año —gracias a la fracción de la cosecha que se seca y almacena, así como al maíz que se importa—, el mayor volumen de este cereal se encuentra disponible al final de la temporada de lluvias e inicio de secas, que es cuando se cosecha la milpa, tiempo en el que se puede encontrar elote fresco con más facilidad.

Para comprender el grado de intimidad que tiene el maíz con nuestras raíces debemos remontarnos a más de 8,000 años de historia, que fue cuando inició su proceso de domesticación a par-

tir de algunos de sus parientes silvestres, los teocintles y los híbridos naturales que se formaron. No es fácil esclarecer el origen de una planta que ha sido manipulada de tantas formas por el hombre (tan sólo en México hay más de 60 razas), pero se ha postulado que el maíz tiene un origen multicéntrico. Eso quiere decir que su proceso de domesticación inició en varios lugares de manera independiente, más o menos al mismo tiempo, y que fue un proceso bastante complejo. Se ha postulado que en el occidente de México, primordialmente en la zona de Colima, Jalisco, Nayarit y Michoacán, se encuentra uno de los cuatro centros de diversificación del maíz. Hay hipótesis más audaces que, si bien no niegan el origen multicéntrico, sugieren que en alguna parte del occidente de México se encuentra el origen de este maravilloso cereal.

El maíz, como cultivo, se dispersó por América mucho antes que la llegada de los españoles; de hecho, se ha postulado que dadas las diferencias genéticas que existen entre los maíces mexicanos y los sudamericanos, esa dispersión generada gracias a las rutas comerciales prehispánicas ocurrió mucho antes de que el proceso de domesticación se completara, pues algunos de los registros más antiguos en la cuenca amazónica tienen más de 6,500 años de antigüedad, y otros de Panamá tienen más de 7,000 años. El maíz, por lo mismo, moldeó y se dejó moldear por las culturas americanas. No en vano, la mayor parte de las recetas en Colima tienen mucho que ver con el maíz, el cual se consume cocido, como elote, molido en forma de toqueras, como gorditas, sopes, sopitos, tamales y un largo etcétera.

Aunque el maíz es un cultivo noble, parte de la diversidad de razas que hay en México y, por supuesto, en Colima, se debe a la selección constante de atributos de interés —sabor, color, for-

*Variedades criollas de maíz de la región colimota.*

ma, textura—, relacionados con el contenido y tipos de almidones. Al mismo tiempo, también hay una selección asociada a lo que se puede dar en cada localidad. No es lo mismo cultivar en los suelos ácidos de las laderas del Volcán de Fuego que en los suelos calcáreos de Ixtlahuacán, ni en el habitual calor de Tecomán, diferente del agradable clima frío de Manantlán. Por eso, dentro de las distintas razas y variedades de maíz hay unas que son de ciclos muy rápidos, otras de ciclos largos, unas son de frío y otras de calor.

En el caso particular de Colima, hay autores que reportan al menos siete variedades. Sin embargo, conforme a registros históricos y a estimaciones de la distribución potencial de las variedades en función de sus condiciones de crecimiento, la Comi-

### Maíz rojo

Recolectado en las inmediaciones de Caután, Ixtlahuacán, podría corresponder a la raza “elotes occidentales”; se utiliza para tortillas.



sión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (CONABIO) indica que podría haber hasta 13 razas de maíz de al menos cinco de los siete grupos reconocidos para México. Estas razas se pueden dividir en subtipos regionales, por ello en el Banco de Germoplasma Comunitario de Maíces Criollos de Tuxpan, Jalisco, se reportan 21 variedades diferentes en Colima. El Banco de Semillas del Ejido de Ayotitlán (Sierra de Manantlán, Jalisco) indica que en la región montañosa de Colima se cultivan seis variedades diferentes.

En los valles de Colima hay múltiples huertas de maíz, muchas de ellas de índole comercial. En nuestra investigación encontramos el cultivo de las siguientes variedades de maíces criollos:

### Maíz negro

En Ixtlahuacán y en El Chical, Coquimatlán, encontramos este maíz de la raza “elotero de Sinaloa”; se utiliza para tortillas y tamales.



### Maíz blanco

Encontrado en El Chical, Coquimatlán; por el tamaño y forma de los granos, posiblemente se trate de maíz de la raza “tabloncillo”; es utilizado para el pozole.



### Maíz tuxpeño

En Alzada, Colima, y en El Chical, Coquimatlán, encontramos este maíz, llamado así por la comunidad; corresponde a una raza muy parecida que denominan “vandeño” y se utiliza para tortillas, tamales y atole.



## Maracuyá o pasiflora

*Passiflora edulis* es una especie de la familia *Passifloraceae* nativa de Centro y Sudamérica. Otras especies de esta familia son la grana-da china (*Passiflora ligularis*), nativa de México, Centroamérica y el norte de Sudamérica, y el maracuyá silvestre (*Passiflora foetida*), una planta introducida que algunas veces se encuentra como maleza ru-deral en México. Se dice que el primer encuentro de los españo-les con los frutos del maracuyá fue en Perú, cuando los recibieron como obsequio por parte de una de las etnias de la región; las cró-nicas relatan que, al ver sus flores, los españoles las relacionaron con los elementos de la pasión de Cristo, de ahí que también la nom-braran *fruta de la pasión*. Esta especie se cultiva en regiones tropi-cales y subtropicales de todo el mundo. En general es apreciada por su fruto, aunque algunas personas la cultivan con propósitos orna-mentales, pues sus flores son hermosas.

En Colima, aunque no hay grandes cultivos de esta fruta, es posible conseguirla, así como la pulpa o las aguas frescas ya prepa-radas. Suele estar disponible durante todo el año, aunque su pico de producción es hacia finales de la temporada de lluvias. Como nota cultural, hay una especie de *Passiflora* que recuerda nues-tro estado: *Passiflora colimensis*, aunque no tiene usos conocidos y también se ha recolectado en Jalisco, Michoacán y Guerrero.

Se consume como agua fresca, a la cual las cocineras le atribuyen usos medicinales para los pulmones, y también como fruta fresca. En la repostería colimense es un ingrediente con gran presencia.



## Melón

*Cucumis melo* es parte de la familia *Cucurbitaceae*. Esta especie tie-ne una larga historia con la humanidad, pues se domesticó hace más de 4,000 años en el norte de África. La literatura relata que el melón dulce que consumimos (melón chino o cantalupo) se ori-ginó en el Mediterráneo durante el Medioevo. En América, este cultivo fue importado por los españoles alrededor del año 1600. En México, se encuentra en la mayor parte de los estados; Guer-rero es el principal productor.

En Colima es posible encontrar plantaciones de melón en los municipios de Colima y de Tecomán; este último concentra casi toda la producción. Ixtlahuacán solía ser el principal valle productor, incluso se creó una Feria del Melón para promocionar este cultivo como parte de la identidad local; sin embargo, a raíz de una plaga en 2019, su cultivo se hizo inviable y el valle dedicó sus campos a la siembra de otros cultivos como la papaya. Aunque casi todo el año hay melones en el supermercado —no así en los tianguis—, esto es porque muchos son importados de otros luga-res; en Colima la temporada de melones usualmente es durante la segunda mitad de la época de secas. Se consume como fruta fres-ca, botana, agua, paletas y helados.





## Palma de coco

---

*Cocos nucifera* es una especie de la familia *Arecaceae*. La información disponible indica que es nativa del viejo trópico (África-Asia) y que tuvo dos centros de domesticación, uno en la cuenca del océano Pacífico y otro en las cuencas de los océanos Índico y Atlántico. Las plantas de coco que tenemos en Colima corresponden con el germoplasma del Pacífico; las plantaciones del Golfo de México corresponden con las del océano Atlántico.

El coco fue domesticado hace más de 4,000 años, pero los registros arqueológicos más antiguos del uso del fruto tienen más de 20,000 años de antigüedad y se encontraron en la isla Buka, a 500 kilómetros al este de Nueva Guinea. Este dato es relevante porque precede a la agricultura, que data de hace alrededor de 12,000 años; por ello, el coco resulta un elemento importante para las culturas humanas, al menos para las asociadas con líneas costeras del Viejo Mundo.

El coco representaba una forma de transportar comida y agua en las travesías por el mar, y con ello se convirtió en la clave para que los antiguos navegantes pudieran establecer nuevas rutas de comercio o colonizar nuevas tierras. Además, también servía y sirve como material de construcción, fuente de fibras, aceite, combustible, etcétera.

En Colima crecemos viendo cocos en casi todas partes; nuestros padres y abuelos nos hablan del coco como algo que siempre ha estado allí. Sin embargo, hay hipótesis que sugieren que el coco fue introducido en América por navegantes austronesios hace más de 2,000 años, aunque la información al respecto es contradictoria. También hay quien ha propuesto que el coco llegó a América traí-

do por corrientes oceánicas, pero dado que la viabilidad del coco en agua salada es de 110 días y eso es menos de lo que se requiere para cruzar el Pacífico, resulta poco probable.

La información de fuentes históricas indica que el coco se introdujo a México en 1569, cuando Álvaro de Mendaña, procedente de las Islas Salomón, trajo plantas que se sembraron posiblemente en Salagua o Santiago (hoy Manzanillo, Colima); aunque también dicen que podría haberlas sembrado en Zacatula (Guerrero). En este tiempo la región de Colima estaba desarrollando grandes cultivos de cacao con fines comerciales. Para 1580, ya hay reportes de plantaciones de coco en las costas de Colima e incluso de la producción de vino de cocos (que en filipino se conoce como *lambanóg*). Posteriormente, hubo una segunda introducción de plantas de coco a Colima a partir de material traído por españoles de las Islas Salomón en 1570, aproximadamente. Hay un tercer evento de introducción de coco desde las Filipinas entre 1671 y 1815.

En Colima el cultivo de coco, a la vuelta de unas décadas, se volvió la principal actividad económica. Ya para finales del siglo XVI era común ver plantaciones de coco en los valles de Cihuatlán, Tecomán, Colima y Alima; en estos lugares el coco era cultivado en los campos de cacao que ya estaban establecidos, mismos en los que también era usual encontrar chicozapote, zapote negro, mamey, aguacates, plátanos y algunas especies de cítricos como naranjas o limones o limas. En este periodo también fue común la renta de plantaciones a los filipinos bajo el sistema de las medianías, esto con el propósito de que ellos se

*En algunos palmares del valle de Tecomán también se cría ganado.*

encargarán de la extracción de tuba, la elaboración de destilados, vinagre y demás derivados.

Durante este siglo el vino de cocos (principal producto de Colima) alcanzó tal éxito, ya fuera por su sabor, intensidad o grado alcohólico, que para el siglo XVII competía y ganaba el mercado del vino de Castilla, lo que no convenía a los intereses de la Corona. Por ello recibió un veto que prohibía su elaboración... pero no recibió sólo uno, sino varios (incluidos los de virrey) porque, como suele ocurrir con las prohibiciones, no le hicieron caso. El deseo de acabar con la producción de vino de coco, en Colima, fue tal que en 1612 se emitió un edicto que ordenaba la destrucción de la totalidad de las plantaciones. Sin embargo, dado que era la principal actividad económica en la región, y que muchos españoles se beneficiaban de ella, este mandato tampoco se cumplió; más aún, se otorgaron varias licencias para continuar con la producción y comercio del vino de coco.

Con el tiempo, el uso e importancia de las plantaciones de coco en Colima fue cambiando. Durante todo el siglo XVI fueron el origen de más del 70% del ingreso de la población, mientras que en el siglo XVIII fueron desplazadas en importancia por el maíz y por otros granos, lo que muestra los cambios en las preferencias de mercado así como el hecho de que estas modificaciones también se hicieran a partir de la sustitución de palmares por campos de maíz, frijol o incluso de la caña de azúcar. En varios sentidos, este cambio en los cultivos fue impulsado por el veto a la elaboración de vino de coco, lo que motivó a los productores a enfocar el cultivo ya no en el destilado, sino en el fruto, principal actividad relacionada con los palmares de Colima en el siglo XVIII.

El coco de Colima se utiliza hoy para la producción de aceite y copra, y con los desechos se elabora carbón activado. Para la región sigue representando un símbolo y puede identificarse como un elemento clave de su cultura que evoca a los tuberos caminando por las calles, el paisaje, sea urbano o rural, sembrado de palmas, la multitud de dulces de coco, etcétera. Quizá por ello, a pesar de



El coco, al caer a la tierra, desarrolla una esponja esférica comestible llamada popularmente manzana de coco.

su pequeño tamaño, es el segundo estado con la mayor producción de coco a nivel nacional, pues el primer lugar lo ocupa Guerrero.

Este fruto está disponible durante todo el año. Su uso en Colima es muy variado y hereditario. Del tallo de la florecencia se aprovecha la tuba; del fruto, dependiendo de su madurez, se utiliza desde la pulpa a media cuchara hasta la manzana de coco y su agua. Sin importar su vejez se consume siempre: hay paletas, helados, postres y dulces como la típica cocada o el clásico alfajor. En fin, éste es considerado el fruto más ampliamente relacionado con el colimote, pues “aquí es Colima aunque no haya cocos”.

### Sustrato de fibra

México aporta casi el 3% de la producción total de coco en el mundo. Su principal destino, como fruto y en derivados, son los Estados Unidos, sin embargo, la cáscara y la estopa o bonote (mesocarpio), residuos principales de la industrialización del coco, son un subproducto de alto valor. Hoy en día, se aprovechan como sustrato de fibra, el cual sustituye a la tierra en los cultivos de alta producción.

Colima fue un estado pionero en la producción de sustrato de fibra de coco en el país. En el municipio de Armería, hace casi 40 años, se fundó la primera empresa (GERMINAZA) que producía medios de cultivo (sustratos) con base en la industrialización de la fibra de coco. Actualmente, a pesar de que Colima no es el principal productor de coco en México, sí es el principal proveedor de sustrato de fibra de coco. En los municipios de Tecomán y Armería se concentra cerca del 40% de la producción nacional. Existen plantas productoras en estados como Guerrero, Oaxaca, Yucatán y Tabasco.

La agricultura en sustratos es altamente sustentable ya que ahorra cerca del 30% en consumo de agua y hasta un 25% de fertilizantes. Al cultivar en contenedores, además de eliminar el uso de herbicidas, se evita que los agroquímicos lleguen al suelo y saturen los campos.



Fibra de coco Germinaza.

## Palo Brasil

También conocido simplemente como Brasil, es un árbol de la familia *Fabaceae* (la misma del frijol). Científicamente se le conoce como *Haematoxylum brasiletto* y se encuentra de manera natural en las selvas secas de toda la costa del Pacífico mexicano, desde Sonora hasta Chiapas, aunque la distribución de este árbol alcanza el norte de Sudamérica (Colombia y Venezuela). En campo es relativamente sencillo de reconocer por su tallo profundamente acanalado. Sus flores son amarillas, su madera tiene la médula (o duramen) de color rojo intenso. Al ser muy dura, es apreciada en la construcción y también se utiliza como leña. En la medicina tradicional, es frecuente que se recomiende ingerirlo en una infusión que se elabora a partir del tallo para tratar enfermedades relacionadas con el sistema circulatorio. Por su elevado contenido de taninos, es utilizado en Colima para añadir un tono rojo a los tamales. En este caso, debido a que la parte utilizada es la madera, se encuentra disponible durante todo el año.



## Piña miel

La piña se conoce en el mundo científico como *Ananas comosus* y es una especie de la familia *Bromeliaceae*. La mayoría de las bromelias son plantas arrosietadas que parecen magueyes, pero con hojas usualmente más delgadas y espinas más cortas; para ilustrar, una especie muy conocida es el chocohuixtle (*Bromelia karatas*), que es una ofrenda importante en la “Fiesta de los chayacates”.

El nombre del género *Ananas* deriva del guaraní, una lengua indígena sudamericana, y significa “fruto excelente”. El primer europeo en toparse con ella fue Cristóbal Colón, quien la halló en 1493 en la Isla Guadalupe, una de las Antillas menores. De ahí se introdujo a Europa y fue tal su éxito que hoy hay multitud de variedades, entre ellas la piña miel.

Las piñas son nativas de América (aunque ahora se cultivan en regiones tropicales de todo el mundo), y parece que su centro de origen se encuentra entre Brasil y Paraguay. Hay documentos que sugieren que desde hace al menos 2,800 años ya era utilizada en Perú, y que en México los mayas y aztecas la cultivaron 1,300 años atrás; eso quiere decir que así como las culturas mexicanas exportaron el maíz y el frijol, también importaron cultivos como la piña a través de las distintas rutas comerciales prehispánicas. De hecho, cuando llegaron los europeos a América, la piña ya se cultivaba en casi todo el continente.

En Colima, a diferencia de otros estados de la república, la piña es un cultivo joven comercialmente hablando. Eso no quiere decir que no sea relevante; todo lo contrario. Para 2020, Colima era el séptimo productor a nivel nacional y tenía el récord de mayor rendimiento por hectárea. Esta fruta está disponible todo el año, pero las mejores son las de la segunda mitad de la temporada de secas. Para los colimotes, la piña es una fruta apreciada; se consume sola, con chile, en agua, en postre o como relleno de los pescados en la cocina costeña de El Real, Tecomán.





## Papaya

*Carica papaya* es un miembro de la familia *Caricaceae*, al igual que el bonete (*Jacaratia mexicana*). Debido al agradable sabor de sus frutos y a sus reconocidas propiedades nutritivas, se cultiva en áreas tropicales y subtropicales de todo el mundo. El principal consumidor de esta fruta es Estados Unidos, quien importa aproximadamente el 50% de la producción mundial. México es un exportador de papaya, aunque está lejos del *top ten*. A nivel nacional, Colima es el segundo productor de este fruto, que a su vez es el segundo cultivo más importante en el estado, sólo después del limón.

Este fruto se originó en Mesoamérica, y los españoles al conocerlo se encargaron de dispersarlo por el mundo. Se sabe que los grupos mesoamericanos ya consumían papaya antes de la llegada de los españoles, y que de hecho la relacionaban con la fertilidad. Los aztecas la nombraban *chichihualtzapotl*, que significa “zapote nodriza”; los mayas la tenían en un concepto similar y por eso la llamaban *Ch'iich'puut*.

La fruta que nosotros consumimos no se parece en nada a la papaya silvestre, la cual aún puede encontrarse en zonas despobladas

de la península de Yucatán. Esta papaya es mucho más pequeña, su fruto está lleno de semillas y el mesocarpo (la pulpa) es muy poco en comparación con lo que conocemos de una papaya maradol. Esta última es una variedad generada en Cuba e importada a México. Actualmente se encuentra en casi todo el país y en una buena parte de los campos de Colima. Esta variedad tiene un sabor más dulce y un color más agradable que otras de las que existen en el mercado; además su rendimiento por hectárea es mucho mayor. Sus frutos son pequeños y manejables, por lo que son preferidos por los consumidores.

En Colima, la mayor parte de las papayas producidas son exportadas, y lo que ingresa al mercado local se consume como fruta fresca, en aguas de sabor e incluso hay quien come el fruto verde con huevo; también hay personas que hacen un dulce a partir del fruto verde. Se encuentra disponible durante todo el año, aunque las de mejor calidad suelen ser las de la segunda mitad de la temporada de secas.

## Pepino

El pepino, *Cucumis sativus*, es una especie de la familia *Cucurbitaceae*, la misma de la calabaza, la calabacita, la sandía y el melón. Esta especie fue domesticada en la India hace más de 3,000 años y posiblemente fue introducida a Europa por los griegos o los romanos. Dada la larga historia de los pepinos, no es de extrañar que exista una infinidad de variedades y subvariedades.

En Colima, el más consumido es el persa, con el que se hacen las verduras enchiladas; es el pepino pequeño que se encuentra en el supermercado y en los tianguis. También se producen el pepino americano (el largo, de color verde oscuro), el blanco, el europeo y el pickle, aunque no todos figuran en los anaqueles de las tiendas porque no son consumidos por los colimotes. A nivel nacional, Colima es el cuarto productor de pepinos. Este fruto, aunque se encuentra todo el año en los anaqueles, en Colima sólo se produce en la temporada de secas, pero en la primera mitad, cuando las temperaturas son más frescas. Se consume como guarnición en las ensaladas de los platillos de mar o en botana con limón, chile y sal.

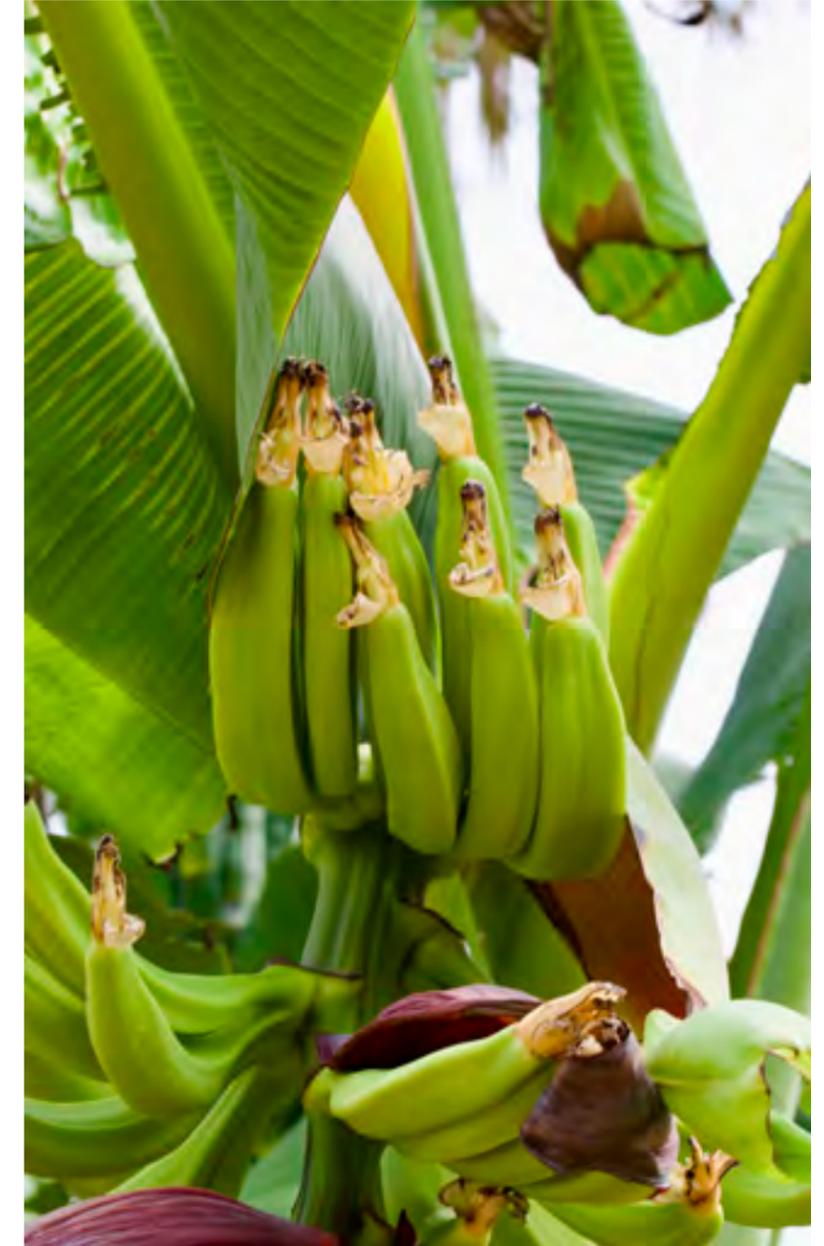


## Plátano

El plátano (*Musa × paradisiaca*) es un híbrido de la familia *Musaceae*. Sus frutos representan uno de los principales alimentos en el mundo; sólo son superados por el trigo, el maíz y el arroz. Este cultivo es nativo del sureste asiático y Papúa Nueva Guinea, donde se encuentra la mayor diversidad del género *Musa*. Su origen es oscuro, aunque se sabe que ha sido cultivado en las islas del sureste asiático desde hace más de 4,000 años, por lo que se presume que fue en esta zona donde ocurrió su domesticación. La evidencia sugiere que este proceso involucró una serie de cruces entre *Musa acuminata* y *Musa balbisiana*. De ahí que la mayor parte de los cultivares modernos sean híbridos con diferentes niveles de ploidía (el número inusual de pares de cromosomas).

Los híbridos de *Musa* suelen ser poliploides estériles, por eso no desarrollan semillas aunque, cuando comes plátanos, se alcanzan a ver los puntitos negros en el centro, que corresponden a las semillas abortadas. Conforme al nivel de ploidía y la dominancia de uno u otro padre en el genoma del cultivar, se generan plátanos para comer cocidos y otros que se consumen crudos (ya sea como fruta, aguas y otras formas). En general, los plátanos son clones de cultivares que han sido fuertemente seleccionados y que han pasado por tragedias (destrucción completa de plantaciones en países e incluso a nivel continental) debido a la susceptibilidad a enfermedades, algo inherente a los clones.

Con respecto a la dispersión del plátano por el mundo, evidencias sugieren que los árabes introdujeron el cultivo a África, y los europeos, en el siglo XVI, a América. No contamos con la fecha exacta de su ingreso a Colima; lo que sí es cierto es que es el cuarto productor de plátano y banano a nivel nacional, además de ser el cuarto cultivo en importancia en el estado, después del limón, la papaya y la caña de azúcar. En Colima, el plátano está disponible todo el año; se consume como fruto (banano), pero también cocido, frito, en dulce y de muchas otras formas.





## Pitaya y pitahaya

La palabra “pitahaya” y su variante fonética “pitaya” pueden entenderse como “fruta escamosa” en lengua taína de las Antillas. Sin embargo, en Colima no se refieren a lo mismo. Ambas, la pitaya y la pitahaya, son miembros de la familia *Cactaceae*, la misma de los nopales.

La pitaya (*Stenocereus queretaroensis*) es una fruta popular que normalmente encontramos durante la temporada de secas e inicios de la época de lluvias en los mercados, tianguis e incluso con vendedores que van de casa en casa. Es un fruto pequeño, de entre cuatro y siete centímetros de diámetro, usualmente de color morado, aunque hay de otros colores (verdes, anaranjadas, etcétera). Este fruto tiene espinas, pero usualmente las personas que lo recolectan se las quitan antes de salir a venderlo. La pulpa de estos frutos suele ser roja; sin embargo, al igual que con la cáscara, también hay de otros colores.

El árbol del que se obtiene la pitaya es un cactus tipo órgano (lo que en botánica se denomina candelabriforme). Esta planta crece de forma silvestre y usualmente en bajas densidades. En las comunidades de Las Guásimas, Acatitlán, Los Ortices, Las Golondrinas y Piscila del municipio de Colima hay densidades inusuales de árboles, por lo que es posible que éstos deriven de huertas prehispánicas. La pitaya es una fruta apreciada para los colimotes, pero como no se encuentra protegida, poco a poco va desapareciendo. Se estima que en los últimos 20 años debido al cambio de uso de suelo (principalmente expansión agrícola), la superficie ocupada por esta planta disminuyó un 90% y, por ello, para satisfacer las necesidades del mercado se importan pitayas de Jalisco.

La pitahaya (*Hylocereus* spp.) es un fruto “relativamente” nuevo en Colima, al menos desde el punto de vista de producción y comercialización. Seguramente lo has visto, es una baya enor-

me, de hasta 10 centímetros de diámetro y que puede llegar a pesar 700 gramos. Usualmente la pitahaya que se comercializa es de color rosa mexicano con brácteas verde-amarillentas y la pulpa es blanca. Este fruto fue bautizado por los vietnamitas como “fruta del dragón”, y aunque otras culturas hayan desarrollado variedades de pitahayas e incluso les asignen nombres, la realidad es que éstas son endémicas de México y Centroamérica.

Las plantas de pitahaya son *escandentes*. El término botánico *escandente* se utiliza para referirse a una planta que se apoya sobre algún soporte (rocas u otras plantas) para mantener una posición favorable con respecto al sol, algo que caracteriza a este grupo de *Cactaceae* y que explica por qué se cultivan sobre tutores (o postes). Ésta es otra característica que las distingue de las pitayas que, como se mencionó, son órganos.

En Colima hay al menos tres especies de pitahayas, dos nativas y una introducida. Las nativas, ambas con fruto de pulpa roja, son *Hylocereus purpusii* e *Hylocereus ocamponis*. La primera especie crece en zonas húmedas tropicales y subtropicales desde Sinaloa hasta Oaxaca, por lo que tiende a darse bien en climas cálidos del Pacífico mexicano, mientras que *Hylocereus ocamponis* prefiere las zonas húmedas, tropicales, subtropicales y templadas desde Nayarit hasta Guerrero; esta especie se encuentra en las zonas altas de Colima.

La especie introducida es *Hylocereus Undatus*, la pitahaya de pulpa blanca que normalmente se comercializa. Es nativa del Golfo de México (crece desde Tamaulipas hasta Quintana Roo) y se da bien en climas cálidos. Su reciente introducción a Colima en cultivos intensivos (la primera plantación comercial inició hace cuatro años) resulta prometedora. Actualmente este fruto se consume fresco o en agua y normalmente está disponible durante la temporada de lluvias, al menos en plantaciones comerciales.

*Izquierda: pitahaya de distintos colores, todas de la especie Stenocereus queretaroensis. Derecha: pitahaya roja (Hylocereus purpusii), también llamada “fruta del dragón”.*

## Tamarindo

*Tamarindus indica* es una leguminosa de la familia *Fabaceae* (sí, la misma del frijol) que se originó en África tropical, posiblemente en Sudán, en donde aún crece de forma silvestre. De ahí, poco a poco y gracias a las actividades humanas se ha dispersado por regiones tropicales de todo el mundo. Llegó a América en el siglo XVI traído por los españoles o por los africanos que venían como esclavos.

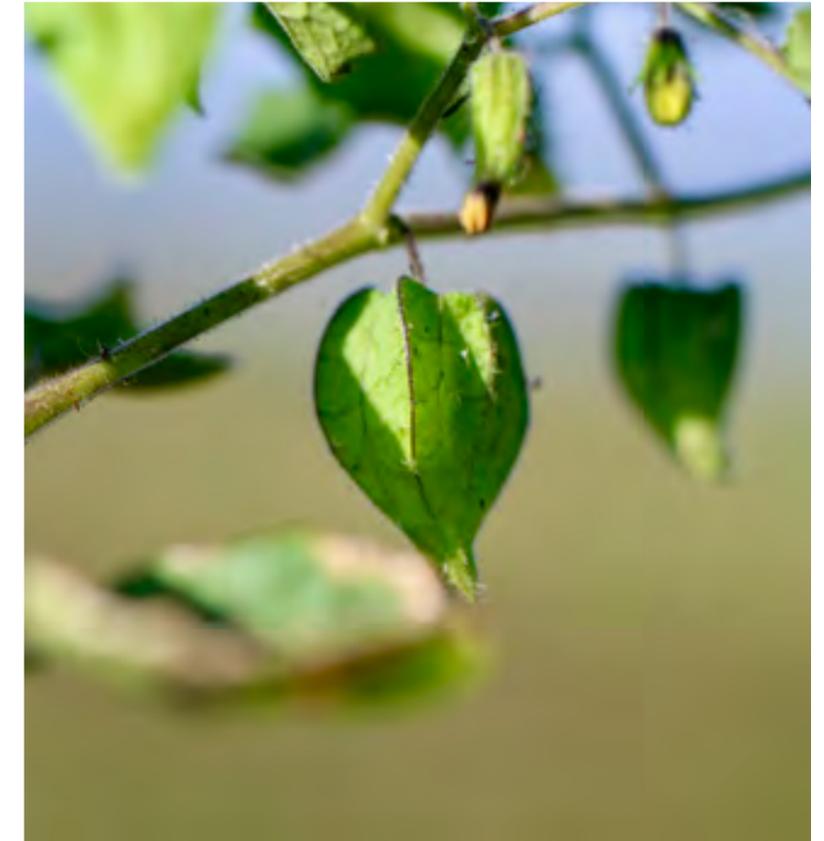
Los árboles de tamarindo dan unas lindas flores amarillas y su fruto tiene la característica de ser indehiscente (que no se abre espontáneamente al llegar a la madurez para liberar las semillas). Sus semillas están cubiertas por un arilo (o pulpa) jugoso y ácido. En México, este árbol no se cultiva por su madera, por los colorantes negros que se pueden extraer de él ni por las resinas a partir de las cuales se pueden elaborar pegamentos o insecticidas, sino básicamente para extraer la pulpa del fruto que se utiliza para preparar dulces enchilados, aguas frescas, salsas y condimentos. A nivel nacional, Colima es el segundo productor de tamarindo, sólo superado por Jalisco, y es uno de los principales productores de pulpa. Aunque durante todo el año hay pulpa disponible para preparar aguas frescas, dulces, entre otras cosas, el tamarindo en Colima se cosecha a finales de la temporada de secas e inicios de la temporada de lluvias.



## Tomate de milpa

En general, los tomates de milpa, tomates verdes o tomates de cáscara son las especies del género *Physalis* de la familia *Solanaceae*, la misma del jitomate y la papa. El género es nativo de América y tiene alrededor de 90 especies, de las que más de la mitad se encuentran en México, por lo que al país se le considera uno de los centros de diversidad, aunque también hay algunas especies en Europa. La más común en el país, por ser la cultivada, es *Physalis ixocarpa*; esa es la que normalmente se consigue en supermercados y tianguis. En las comunidades, es amplia la variedad de *Physalis* que pueden utilizarse por su sabor y propiedades.

En Colima se estima que hay unas 20 especies de *Physalis*, puede que haya incluso más porque en Jalisco hay 39. Se le llama tomate de milpa porque normalmente es una de las “malezas” asociadas a la milpa, y casi siempre crece en los alrededores o en su interior. Una característica muy especial es que el cáliz se desarrolla hasta que cubre por completo al fruto (cáliz acrescente), este carácter da la típica forma de farolito a los frutos. Éstos suelen estar disponibles todo el año cuando se siembran o se asocian como malezas a cultivos con riego, de ahí que siempre haya en los anaqueles. Pero los que son silvestres sólo aparecen durante la temporada de lluvias, junto con la milpa.



## Tacuachines

En el mundo científico se les conoce como *Calathea atropurpurea* y son de la familia *Marantaceae*. Lo más conocido de la planta son sus raíces (tubérculos), un alimento de temporada disponible en las calles (sólo se cosechan a finales de la temporada de lluvias), mercados y tianguis de la zona conurbada de Colima y Villa de Álvarez, así como en otras áreas del estado. Para encontrarlos en el campo, se debe esperar a los meses de septiembre y octubre y estar cerca de cuerpos de agua o arroyos. Hay que localizar una planta parecida a un jengibre rojo pero de hojas más grandes, con manchas de color púrpura cerca de la nervadura media y sin la inflorescencia roja (las flores del tacuachín son blancas). Este grupo de plantas (*Calathea*) es nativo de América tropical y, en el caso de los tacuachines, se distribuyen en la costa del Pacífico mexicano, desde Sinaloa hasta Chiapas; hay algunos registros en El Salvador. Aunque sus raíces son comestibles, sólo se conoce el aprovechamiento de este recurso en comunidades de Colima y quizá en Jalisco y Michoacán.

Algunas de las especies del género *Calathea* son muy apreciadas por su valor ornamental, principalmente por su hermoso follaje.



## Uva cimarrona

*Ampelocissus acapulcensis* es un miembro de la familia *Vitaceae* y, por lo tanto, es un pariente de la uva de mesa y la de vino. Quizá por ello uno de los usos de esta planta es la preparación de tepaches. También dicen que el “camote” de esta planta tiene muchas propiedades medicinales. En campo, observar esta especie es como ver una planta de uva, incluso sus bayas son rojas y están en racimos, sólo que son mucho más grandes que una uva globo. Las “uvas” cimarronas pueden llegar a tener tres centímetros de diámetro y su sabor es ligeramente astringente. Aunque es una planta perenne, su fruto sólo está disponible en la segunda mitad de la temporada de secas y un poco al inicio de la de lluvias (abril a agosto). Se distribuye en las selvas secas del Pacífico mexicano desde Jalisco hasta Chiapas; incluso hay registros de Guatemala y El Salvador.



## Velo de la virgen

También conocida como “cundeamor”. Su nombre científico es *Momordica charantia*. Es de la familia *Cucurbitaceae*, la misma del melón, las calabazas y los pepinos. El velo de la virgen tiene unas lindas flores amarillas y unos frutos dehiscentes de color amarillo o naranja con semillas rojas muy llamativas. Éste es un recurso silvestre que suele estar disponible durante todo el año y del que en Colima se aprovechan fundamentalmente las semillas, chupando el mucílago que las envuelve. Posiblemente se originó en Asia o en África tropical y actualmente se encuentra naturalizada en zonas tropicales y cálidas de todo México, Centroamérica y el norte de Sudamérica. En Asia la planta recibe el nombre de melón amargo y se utiliza en recetas tradicionales.





## Ingredientes del reino animal

La exuberante y rica flora de Colima es el espacio en donde cohabitaban infinidad de animales, desde los que estamos acostumbrados a ver en nuestras casas —como los esquelines y arañas e incluso una de las especies de alacrán más venenosas del mundo (*Centruroides tecomanus*)— hasta otros menos familiares que, sin embargo, han sustentado a muchas generaciones de seres humanos que han vivido en los valles de Colima desde tiempos prehispánicos. Entre estos últimos podemos mencionar a venados, guajolotes, armadillos, tejones, peces de agua dulce, chacales... La disponibilidad de estos recursos definió, en muchos sentidos, la cultura de las comunidades de los valles.

Con el paso del tiempo, éstas han incluido nuevos elementos en su dieta. Los españoles trajeron consigo gallinas, chivos,

reses y otros animales que no son propios de América, pero que poco a poco se incorporaron a las tradiciones y se adaptaron a las condiciones que ofrecen los fértiles valles de Colima. Hoy es raro encontrar recetas con guajolote; en su lugar, se utiliza profusamente el pollo. El armadillo, por su parte, sólo se consume en las comunidades alejadas de las cabeceras municipales, al igual que el tejón y el venado, pues son producto de la cacería. Sin embargo, el puerco suele estar en todas las cocinas económicas y casas de los valles, preparado de muy distintas maneras. Tal como ocurrió con las plantas, los animales que inmigraron no sólo se naturalizaron, sino que también se convirtieron en parte de la esencia de la gastronomía de los colimotes.

*Reses de ganadería regenerativa del rancho de Vikinga Tropical, valle de Tecmán.*

## Armadillo

*Dasyus novemcintus* es un mamífero de la familia *Dasyopodidae*. Este animal puede llegar a medir 80 centímetros de largo y pesar hasta 10 kilogramos. Se le reconoce fácilmente no sólo por su coraza, sino también porque en ella tiene nueve bandas muy visibles. Se le encuentra en bosques y en praderas desde los Estados Unidos hasta Sudamérica, más o menos hasta Paraguay. Es un producto de cacería muy apreciado; normalmente puede hallarse todo el año, aunque es más frecuente encontrarlo en temporada de lluvias. En Colima suele prepararse en birria y también hacen chicharrón con su carne. Sin embargo, se ha detectado que el consumo de carne de armadillo podría estar asociado a la transmisión de lepra en humanos.



## Chacales

Éste es el nombre colectivo que reciben los camarones de río (*Crustaceae: Palaemonidae*) y deriva directamente del náhuatl *chacalli*. En México se encuentran sobre la vertiente del Pacífico, desde Sinaloa hasta Chiapas, y más o menos hasta Colombia o Ecuador e incluso algunos en Chile. En Colima cohabitan cuatro especies nativas. Una de las más apreciadas, por el tamaño que pueden alcanzar, son los “crecedores” (*Macrobrachium americanum*); actualmente las poblaciones han disminuido mucho, por lo que es raro encontrarlos. Otra es el chacal o mazacate (*Macrobrachium tenellum*), que es más pequeño y sus pinzas son muy delgadas. No puede faltar el zurdito o manquita (*Macrobrachium occidentale*), que se distingue por sus pinzas de tamaño diferente, ni la mulita o burrita (*Macrobrachium digueti*), que es parecida al anterior aunque de colores más pálidos. Se les encuentra en la mayoría de los ríos de Colima, usualmente debajo de las rocas. Según la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza, la mayor parte de estas especies no se encuentra amenazada



(preocupación menor); excepto *Macrobrachium occidentale*, que es catalogado como casi amenazado.

En Colima los chacales son un recurso de temporada, generalmente disponible a partir de la segunda semana de lluvias, cuando las crecientes son más intensas. Podría decirse que éste es un ingrediente identitario, ya que actualmente sirve para elaborar platillos muy apreciados y entrañables. Casi todos los adultos recuerdan que de niños iban con sus familias a los ríos sólo con una

## Chigüilines

Especie de agua dulce parecida a un bagre, pues tiende a vivir pegado a las rocas gracias a su aparato bucal que parece una ventosa. Estos peces de la familia *Gobiidae* pertenecen posiblemente a la especie *Sicydium multipunctatum*. De ser así, a este pez también se le diría “dormilón pecoso”, pues algunos de los especímenes, al menos los revisados para esta investigación, efectivamente tenían una suerte de pecas o manchas sobre el cuerpo. De hecho, el nombre “chigüilín” deriva del náhuatl *xouilín*, referidos en el *Gran Diccionario Náhuatl* como “pescados pintados que parecen truchas”.

Estos peces se distribuyen desde Sinaloa hasta la cuenca del río Choluteca en Honduras, y antes eran muy abundantes en Colima, especialmente en los ríos de Coquimatlán. Los testimonios recabados por la antropóloga Tonantzin Medina señalan que, hace no más de 50 años, los habitantes de Coquimatlán pescaban con intensidad este pez y luego lo secaban al sol en las calles, por lo que su pueblo solía tener un olor característico que incluso les valió a sus habitantes el mote de “chigüilíneros”. Este pez era utilizado de múltiples formas: frito, en salsa roja, ahumado e incluso en tamales. Aunque la Unión Internacional de la Conservación de la Naturaleza señala que este pez no está en riesgo, los pescadores locales indican que está al borde de la extinción, lo que podría deberse quizá a

olla, algunas verduras y sal; ahí mismo pescaban los chacales y hacían un caldo.

Precisamente este caldo es uno de los platillos más antiguos de los valles de Colima y también uno de los de mayor arraigo indígena en las poblaciones aledañas a las cuencas de los ríos. Los chacales se pueden preparar de otras formas, como asados o en adobos.



cambios en los ríos como consecuencia de la contaminación, adición de especies exóticas o quizá por sobreexplotación. Gracias a la iniciativa impulsada por la investigación culinaria de Colima

## Chococos

Los chococos son peces de color oscuro que se utilizan como alimento de temporada (usualmente durante la segunda mitad de la temporada de secas) y que aún hoy son apreciados por los habitantes de los valles cercanos a la zona costera. Son peces que pueden encontrarse en esteros como el de Palo Verde o la Laguna de Cuyutlán. Es posible que sean del género *Dormitator* de la familia *Eleotridae*, aunque para confirmarlo se requiere que un especialista revise el material. En todo caso, esta familia corresponde a peces comestibles que habitan en agua dulce, salobre y salada por toda la costa del océano Atlántico. Algunas especies de este género (por ejemplo, *Dormitator latifrons*) son cultivadas para consumo. En Colima, especialmente en Ixtlahuacán, es tradicional que en Semana Santa se utilicen para preparar tamales; por el tamaño de los peces, al menos los que pudimos observar, es posible que se trate de juveniles.

## Güilota

También conocida como paloma de alas blancas, se trata de la *Zenaida asiatica*. Es una especie de la familia *Columbidae*, la misma de las palomas. De hecho, la güilota es una paloma de tamaño mediano de color café pálido que se reconoce fácilmente por las líneas negras a cada lado del cuello y porque el borde de sus alas es blanco. Esta paloma se encuentra de manera natural desde el sur de Estados Unidos hasta el norte de Costa Rica, así como en el Caribe. En Colima es un ave residente, pero como es granívora se consume con mayor intensidad cuando los cultivos de granos, sobre todo de arroz, están cerca de la cosecha, lo que suele ocurrir

Sabe, el Instituto Nacional de Pesca (INAPESCA) junto con los habitantes de Coquimatlán han comenzado un proyecto para el cultivo y la conservación del chigüilín.



hacia finales de la temporada de lluvias. Los colimotes la preparan en multitud de formas, desde frita hasta en salsa verde o roja. Por las tardes, estas palomas suelen hacer cuuuc-cuuuuu-cuuuu;

## Tejón

*Nasua narica*, también conocido como coatí, es un mamífero de la familia *Procyonidae*. Este animal se distribuye de manera natural desde el sur de Estados Unidos hasta el norte de Sudamérica (Colombia). Es un animal de hábitos diurnos, aunque si viven en zonas en donde son cazados o cerca de asentamientos urbanos tienden a ser más nocturnos. Su tamaño es como el de un perro pequeño, llegan a medir hasta 130 centímetros de largo y algunos pesan hasta 5 kilogramos. Su hocico es largo, puntiagudo, de color blanco. Tiene además una mancha blanca alrededor de los ojos. Al igual que las güilotas, se considera un recurso de la temporada de lluvias y normalmente es cazado en las milpas, donde incursiona a consumir los insectos u otros pequeños invertebrados que suelen vivir en su interior. Se prepara de varias maneras, ya sea frito o en birria. En comunidades como La Tinaja se dice que su grasa tiene propiedades medicinales, pues es ingerida en pequeñas cucharadas para los casos de asma y bronquitis, a diferencia del armadillo, cuyo uso para enfermedades respiratorias es preferentemente de aplicación tópica.

es común verlas y escucharlas en la zona metropolitana de Colima-Villa de Álvarez, así como en otros valles de Colima.





## Iguana

En Colima hay dos especies de reptiles denominadas iguanas: una es la iguana verde, y la otra, la iguana negra (llamada popularmente garrobo). Ambas especies pertenecen a la familia *Iguanidae* y son utilizadas para consumo humano, por lo que se han establecido protocolos de protección sobre ellas para asegurar la persistencia del recurso.

La iguana verde es la iguana común (*Iguana iguana*). Ésta se encuentra en ambas costas de México, desde Sinaloa a la península de Yucatán, y hasta el sur de Brasil. Es una especie herbívora, normalmente de hábitos diurnos. Llega a ser muy grande —de cabeza a cola pueden medir más de cuatro metros de largo—; su coloración suele ser verde-amarillenta, con líneas transversales oscuras en el cuerpo. Tiende a habitar en selvas bajas caducifolias.

El garrobo o iguana negra (*Ctenosauria pectinata*) es endémica del occidente de México; su distribución va desde Durango y Sinaloa hasta Chiapas. Es más pequeña que la iguana verde, los individuos más grandes llegan a medir poco más de tres metros, aunque lo normal es que midan hasta 1.5 metros. Esta especie, al igual que su pariente, es herbívora y tienden a compartir hábitat.

Normalmente se le distingue por su color oscuro, con lados del cuerpo amarillento en machos y naranja en las hembras. En Colima existe una tercera variedad, la iguana rayada, pero es simplemente una variación de la iguana negra.

En las comunidades en donde aún se consume, indican que la iguana negra tiene mejor sabor. En la cocina tradicional, este animal se prepara desde asado hasta en salsa verde, roja o barbacoa. Además del uso comestible, la iguana es conocida por sus usos medicinales, principalmente en su preparación en caldo para tratar la debilidad o desnutrición, aunque también se le atribuyen propiedades afrodisíacas o para tratar la disfunción eréctil. Este recurso suele estar disponible durante todo el año en las comunidades, a menos que por sobreexplotación lo vuelvan escaso. Es importante mencionar que ambas especies están protegidas por la Norma Oficial Mexicana 059; la iguana verde se encuentra bajo protección especial y la iguana negra bajo la categoría de “amenazada”. En la lista roja de la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza ambas especies se encuentran en la categoría “preocupación menor”.



## Tilapias

Son peces de la familia *Cichlidae* incluidos en el género *Oreochromis*. El término “tilapia” realmente es el nombre vulgar que refiere a varias especies, entre ellas *Oreochromis aureus* (tilapia azul), *Oreochromis niloticus* (tilapia roja) y *Oreochromis mossambicus* (tilapia negra), que son las más importantes desde el punto de vista comercial dado que se cultivan profusamente por todo el mundo. En su mayoría, estas especies son de origen africano y tienen una serie de características deseables, como elevada productividad, rápido crecimiento, adaptabilidad, tolerancia a condiciones salinas, resistencia a enfermedades y tolerancia a altas densidades poblacionales. Por ello, en muchos lugares se han convertido en una fuente de proteína indispensable para poblaciones de bajos recursos; además, son un recurso que se encuentra disponible durante todo el año.

En México, el cultivo de tilapia se introdujo en 1964 con un pie de cría importado de Estados Unidos. El primer cultivo de este pez a nivel nacional se hizo en Oaxaca, en la estación piscícola de Temascal, y de ahí poco a poco se ha distribuido en todo el país.

Aunque se ha vuelto un alimento importante para el ser humano, también ha llegado a desplazar a la fauna local. Muchas comunidades a las que se ha llevado pie de cría no tienen la capacidad técnica o económica para establecer y mantener un cultivo en estanques cerrados, por lo que colocan los peces en sus cuerpos de agua. También ha ocurrido que, por alguna razón, los

peces han escapado de los estanques a los ríos o lagunas. En ambos casos, el resultado ecológico suele ser devastador, pues estos peces fuertemente territoriales tienen una tasa reproductiva elevada y suelen depredar tanto a las larvas de las especies locales como a cualquier otro que puedan consumir. En un plazo de menos de 30 años, todos los cuerpos de agua en los que se han introducido han tenido drásticas reducciones de diversidad. Por ejemplo, en El Bordo, que es una laguna ubicada en el municipio de Colima, al igual que en la laguna de Alcuahue en Tecomán, los pescadores hoy sacan únicamente tilapias (*Oreochromis mossambicus*) y mencionan que antes había muchas más especies de peces.

El cultivo de tilapia se ha extendido mucho en México pues, debido al grado de tecnificación, puede llegar a ser muy rentable. Actualmente en el país hay más de 2,400 granjas de producción. Colima es el séptimo productor a nivel nacional, mientras que Veracruz es el líder indiscutible con más de 1,000 granjas establecidas.

La pesca de tilapia en lagunas y bordos del valle de Tecomán ha llevado a la profesionalización de esta práctica en granjas como Aguaviva. Fundada en 2020, ha integrado a expertos en materia acuícola y ambiental para producir en condiciones de sustentabilidad más de 500 toneladas anuales de tilapia, las cuales alcanzan estándares de exportación que les permiten colocar el producto en el mercado gourmet.

*Producción de tilapia en la granja Aguaviva.*



## Ganadería

Aunque Colima es un estado con una importante vocación agrícola, también se producen carnes y aves de muy buena calidad. Actualmente hay tanto ranchos tradicionales como ranchos de tendencias orgánicas. En ellos se pueden encontrar gallos y gallinas (*Gallus gallus domesticus*) tanto para carne como para obtener huevos. Se dice que el origen de estas aves de corral se remonta a más de 7,000 años atrás y que ocurrió en el sureste asiático, en donde posiblemente dos especies silvestres relacionadas con esta ave (*Gallus gallus bankiva* y *Gallus sonneratii*) se *hibridizaron*. De ahí, poco a poco fueron dispersadas por comunidades humanas hasta que llegaron a Colima, traídas por los españoles. Las gallinas son utilizadas en infinidad de recetas tradicionales de los valles, como la sopa de pan, por lo que puede hablarse de una larga relación con nuestra comunidad. De acuerdo con el Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera, para 2016 (último año con datos) Colima ocupaba el lugar 24 en la producción de carne de ave a nivel nacional; el primer lugar lo ocupa Jalisco.

El cerdo (*Sus scrofa*) fue traído a América por los españoles. Este animal fue domesticado, al parecer de manera simultánea, en varios lugares de Asia hace más de 8,000 años. Debido a la intensa selección que ha sufrido este animal en su historia con el ser humano, se han generado infinidad de variedades y, a la par, se ha convertido en una de las fuentes de proteína más importantes. De acuerdo con el Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera, para 2016, Colima ocupa el lugar número 22 de pro-

ducción de esta carne a nivel nacional; Jalisco ocupa el primer lugar. Aun así, el cerdo es parte de una infinidad de platillos, como el pozole, las tostadas, los súper colimotes sopitos, tacos, etcétera.

La res (*Bos taurus*) fue traída a América por los españoles. Este animal se domesticó hace más de 8,000 años en Oriente Medio para ayudar a las labores del campo y a la producción de leche y carne. Actualmente es una de las más importantes fuentes de proteína animal a nivel mundial, no sólo por la carne, sino también por la leche y todos sus derivados. Al igual que el cerdo o el pollo, este animal se ha integrado íntimamente a la cocina colimota, tan es así que es parte de sopes, tacos y la tradicional carne asada, pero también forma parte de las comidas ceremoniales y religiosas de las comunidades de los valles y las montañas. De acuerdo con el Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera, para 2016, último año con datos, Colima es el productor 28 de esta carne a nivel nacional. El primer lugar lo ocupa Veracruz.

El chivo (*Capra aegagrus hircus*) fue domesticado hace unos 7,000 años en el sureste asiático y vino a América traído por los españoles. Este animal es apreciado por su carne y su leche. Aunque en México no es tan consumido como en otras latitudes, con él se preparan platillos colimotes tradicionales tan importantes como la barbacoa de chivo horneada, que es una exquisitez. De acuerdo con el Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera, Colima es el productor 26 de esta carne a nivel nacional. El primer lugar lo ocupa Zacatecas.

*Pequeños ganaderos abren sus corrales por la mañana para ofrecer pajarettes, también llamados palomazos (leche caliente preparada con café, alcohol de caña y azúcar).*



Miel de hiedra y tacote



Miel de flores de limón y coco



Miel de flor del mango



Miel de tacote

## Mieles

La miel es un producto aprovechado desde épocas prehispanicas. Hoy en día, hay personas que colectan la miel de las abejas meliponas locales y están tratando de establecer colmenas con fines comerciales. La producción de miel con *Apis mellifera* (la abeja europea) inició en el siglo XVIII, cuando los españoles la trajeron. En México es una industria importante, pues muchos estados de la república producen y exportan miel de primera calidad. En Colima esta industria es considerada por algunos como joven (lugar 25 a nivel nacional).

Las mieles de Colima pueden considerarse un producto gourmet. Aunque no contamos con una evaluación profunda de las mieles de nuestro estado, a grandes rasgos se distinguen las mieles claras de las faldas del volcán (que involucran los valles de la zona alta como Alzada) de las mieles oscuras de los valles costeros de Tecomán, Armería y Manzanillo. Las mieles de las faldas del volcán, según los apicultores, se producen con especies silvestres de tacotes que son todos de la familia *Asteraceae*, la familia del girasol, aunque algunos producen mieles casi transparentes que tiene como base polen y néctar de hiedras (*Ipomoea*) y tacotes. La mayor proporción de estas mieles se produce a finales de la temporada de lluvias y la primera mitad de la temporada de secas (el invierno), que es cuando florecen muchas de las plantas de esta zona.

Las mieles de la costa son más bien oscuras debido, en buena medida, a la influencia de los recursos derivados del limón,

coco y mango, algunos de los principales cultivos de la zona. Las abejas, sin embargo, no se limitan a los cultivos, por lo que no sería extraño encontrar polen de muchas otras plantas que se hallan al interior o alrededor de los lugares en donde los apicultores colocan sus colmenas; las mieles de la costa, por ejemplo, podrían contener polen de barcino (*Cordia eleagnoides*), de coliguana (*Cordia sekeriana*), sasamil (*Cordia dentata*), velo de la virgen (*Momordica charantia*), así como de varias especies de *Ipomoea* que son muy comunes en el área y que incluso son reconocidas por los apicultores como un recurso relevante (producen la miel de hiedra). Las mieles de la costa se producen principalmente durante secas y parte de la temporada de lluvias.

En este sentido, aunque hay datos variables sobre su producción, para 2016 se generaban alrededor de 240 toneladas de este producto, pero en años posteriores se registró una caída en la producción. Los apicultores indican que esto se debe al incremento en el uso de agroquímicos que dañan a las abejas y al resto del ecosistema. Por ello, es importante promover prácticas agrícolas amigables con el medio ambiente. El planeta lo agradecerá y no sólo disfrutaremos de una miel exquisita, sino que también tendremos una mejor calidad de vida.



## Sal de Colima

---

La sal es un ingrediente clave en toda la cocina de los valles, y la sal de Colima es especial, pues tiene una larga historia de explotación que incluso antecede a los españoles. Se dice que esta sal era uno de los tributos que el rey Colimán pagaba al emperador mexica. En los valles, no sólo Cuyutlán (municipio de Armería) era un importante productor, también Tecomán e Ixtlahuacán contaban con salinas que constituían la riqueza patrimonial de los indígenas, antes y después de la Conquista.

Algo que hace única a la sal de Colima es que los métodos con los que se produce son prácticamente iguales desde tiempos prehispánicos; quizá la única diferencia es que ahora

se utilizan bombas para extraer de los pozos el agua salobre, la cual se seca en terrazas o eras. Luego se seca al sol, por lo que se denomina “sal solar”, y gracias ello se obtiene una calidad única que le ha ganado la etiqueta de “la sal de México”. Por la forma tan especial de producción, esta sal sólo se “cosecha” durante la segunda mitad de la temporada de secas y se extiende hasta que inician lluvias suficientes como para impedir que se seque la sal. La sal de Cuyutlán no sólo marca a la región, sino a las familias de la zona que son orgullosas productoras de una de las mejores sales del mundo.

*Zafra de sal en el Vaso III de la laguna de Cuyutlán, valle de Armería.*

Diversidad de cultivos  
del valle de Ixtlahuacán.





CON LA MESA

PUESTA



# Índice

## COMIDAS Y TAMALES

---

Albóndigas de moyo .....	219
Chacales en caldo y al ajillo .....	223
Calmantes.....	224
Iguana en caldo y asada .....	225
Caimán adobado.....	226
Camote de cerro .....	227
Tacuachines .....	227
Ceviche de tilapia .....	229
Chicharrón de tejón.....	233
Chigüilines en salsa roja .....	237
Col con chorizo .....	241
Cuachala colimota .....	245
Güilotas en salsa verde.....	249
Menguiche.....	253
Mole de chigüilín ahumado.....	257
Pipián .....	261
Sopa de pan .....	265
Sopes arreglados .....	267
Tamal de chigüilín ahumado .....	268
Tamal de chococo.....	269
Tamal pata de mula .....	270
Tamal blanco, de carne y de ceniza .....	271

Tamal colado .....	272
Toquera .....	273
Mezcaltamal .....	275
Tamal de ceniza rojo.....	277

## PANES Y MERIENDAS

---

Arroz con leche y piña .....	281
Bolillo.....	285
Empanadas de coco .....	287
Encaladillas .....	289
Panes de ceremonia .....	293

## BEBIDAS Y SALSAS

---

Bate con pinole.....	296
Hielitos.....	299
Lechuguilla.....	301
Raspados.....	303
Salsa diablito.....	305
Salsa de chile quemado.....	306
Salsa marisquera .....	307



## Comidas y tamales



# Albóndigas de moyo

COCINERA: OFELIA ÁVILA  
CERRO DE ORTEGA, TECOMÁN

Ésta es una receta de los valles costeros aledaños a esteros en cuyo suelo arenoso construyen sus nidos los moyos. Se trata de un platillo de la intimidad familiar, pues no se prepara para la venta.

La mezcla de carne picada con hierbabuena da cuenta de la influencia libanesa, combinación que pasó de los valles altos a los valles costeros, adaptándose al contexto: en lugar de carne de res o de cordero se emplea moyo; y la salsa lleva ingredientes de orígenes serranos —ajengibre y hoja de laurel— combinados con aderezos costeros de uso contemporáneo, como la salsa de botella (Valentina) y la catsup.

*La receta, en la página siguiente.*

## Ingredientes

### *Para 6 porciones*

½ kilo de pulpa de tenazas de moyo  
½ taza de arroz de grano corto (150 g)  
1 huevo fresco revuelto  
1 cebolla blanca chica, finamente picada  
2 cucharadas de hierbabuena, finamente picada  
1 taza de tomate verde picado (200 g)  
1 cucharada de sal de Colima  
1 cucharadita rasa de comino recién molido

### **Para la salsa**

2 cucharadas de aceite de maíz  
1 cebolla blanca chica, finamente picada  
2 dientes de ajo, pelados y picados  
1½ tazas de jitomate maduro, bien picado  
2 cucharadas de hierbabuena picada  
1 cucharada de sal de Colima  
20 gramos de ajengibre (jengibre)  
3 chiles guajillo hidratados, sin semillas ni pedúnculo  
½ litro de salsa de tomate dulce  
100 mililitros de salsa de botella  
1 litro de agua o caldo de pescado  
2 hojas de laurel de Colima

## Procedimiento

En la licuadora coloque la pulpa del moyo con el arroz crudo y muele ligeramente. Vierta la mezcla en un tazón junto con el resto de los ingredientes. Mezcle con las dos manos hasta incorporar. Haga bolitas del tamaño deseado y reserve.

En una olla, caliente el aceite a fuego medio. Cuando comience a humear ligeramente, añada la cebolla, el ajo, el jitomate, la hierbabuena y la sal. Fría durante tres minutos o hasta que la cebolla esté translúcida. Agregue las salsas y el agua y, cuando comience a hervir, añada el laurel y las albóndigas. Tape la olla y deje cocer durante 10 minutos o hasta que las albóndigas estén perfectamente cocidas. Retire del fuego y reserve.

En un plato hondo coloque dos albóndigas y dos cucharadas de salsa. Asegúrese de servirlo bien caliente y acompañe con tortillas.

Ofelia Ávila,  
cocinera de Cerro de Ortega, Tecomán.





# Chacales en caldo y al ajillo

COCINERO: EMILIANO RAMOS  
EL CHICAL, COQUIMATLÁN

Esta preparación tiene una estrecha relación con la cocina de los antiguos indígenas; sus ingredientes no han cambiado, si acaso varía la selección de hojas frescas que usa cada cocinera. Lo que sí ha cambiado en los últimos 30 años es el tamaño de los chacales, que cada vez son más pequeños y escasos, probablemente debido a la contaminación de los ríos.

Cuando no se preparan en caldo, se hacen en adobo, al ajillo, a la diablo, en albón-digas o como dicte la imaginación. En El Chical, Coquimatlán, Emiliano Ramos, quien forma parte de la cooperativa de chacaleros, los prepara al ajillo y se comen enteros, con sal y limón.

Los chacales o langostinos de río son crustáceos silvestres que habitan en todos los ríos del estado. La forma más antigua de pescarlos es con un acachal; de origen prehispánico, es una trampa con forma cónica hecha con varas de sabino u otate delgado, la cual se recuesta a contracorriente sobre el lecho del río y se fija con ayuda de un cable tenso. La otra técnica de pesca es a mano o con una fisga, tal como lo hace la cazadora y cocinera Francisca Arceo, de Caután, Ixtlahuacán. La pesca de chacales era una práctica tan extendida que dio lugar a un dicho popular: “Quien quiera chacales que se moje las nalgas”, que refiere el esfuerzo que implica obtener algo que se desea.

# Calmantes

COCINERO: BETO CRUZ SÁNCHEZ  
IXTLAHUACÁN, IXTLAHUACÁN

Como su nombre lo indica, el objetivo de esta preparación es calmar el hambre mientras están listas las carnitas o los chicharrones de cerdo, con los *dentros* del cerdo fritos: hígado, bofé, tripas y cueritos. Es muy común encontrarlos los fines de semana en las comunidades rurales de los valles de Colima, cuando el almuerzo en torno a la olla de carnitas se convierte en un pretexto para convivir con la familia y con los vecinos. Los calmantes se acompañan con salsa, limón, tortillas y una cerveza bien fría.

Humberto Cruz Sánchez, conocido como don Beto, es originario de Oaxaca, pero se fue de “mojado” a Estados Unidos siendo muy joven. Allá, en la pizca, conoció a su actual esposa, la cocinera Luz Venegas, originaria de Ixtlahuacán. Mientras vivieron del otro lado de la frontera, la preparación de calmantes fue su principal fuente de ingresos, ya que en Estados Unidos los *dentros* del cerdo se venden a muy bajo precio, lo cual permite obtener mayor utilidad.



# Iguana en caldo y asada

En ciertas comunidades de los valles de Colima todavía se acostumbra el consumo de iguana verde asada y de garrobo (iguana negra) en caldos, los cuales se toman con fines curativos. Es muy común que los pobladores cacen a estos animales para su consumo personal, dentro del ámbito familiar; nunca se encontrarán en el menú de restaurantes, cenadurías o enramadas, ya que su consumo está prohibido por la ley. Hay quien utiliza sólo la cabeza de iguana para caldos curativos, especialmente de garrobo, pues se dice que quita el dolor de cabeza.

## Caimán adobado

La venta de esta carne para consumo humano tiene una serie de restricciones y regulaciones en México. Sin embargo, en lugares como Chanchopa, Tecomán, donde llega a crecer demasiado la población de caimanes en cierta temporada, los habitantes los cazan y aprovechan ciertas partes para su consumo familiar, sólo que evitan admitirlo públicamente. Al preguntarles cómo lo comen, casi todos saben cuál es la parte más dura o la más blanda, a qué hora es más fácil atraparlos e incluso bromean diciendo que en las fiestas de Tecomán los tacos de carne adobada son realmente de caimán. La forma más común de prepararlo es marinado en adobo de chile guajillo y vinagre, y luego asado.



## Camote de cerro

Este camote (*Dioscorea remotiflora*) es un tubérculo presente en todo el occidente de México, y es pariente de otros tubérculos muy populares como el ñame. En los últimos tiempos ha tenido más presencia en las zonas urbanas, donde se vende en las calles, cocido, en bolsita, y aderezado con limón y sal. Para prepararlo hay que lavarlo muy bien y luego cocerlo con agua, sal y en ocasiones con un poquito de ceniza del fogón para que, una vez cocido, conserve una cierta textura crujiente.



## Tacuachines

Aunque mucha gente los considera un tipo de camote, se trata de un tubérculo pariente de la jícama cuyo consumo se remonta a la antigüedad. El tacuachín es un ingrediente de recolección y sus ejemplares más sabrosos crecen cerca de los ríos. Antes de consumirlos, crudos o cocidos simplemente con sal, hay que lavarlos muy bien y cepillarlos para desprender la tierra. Aún es posible encontrar vendedores de tacuachines en zonas rurales y urbanas, quienes los presentan en racimos agarrándolos de la “colita”.



# Ceviche de tilapia

COCINERO: JUAN ÁLVAREZ PARRA, "YANNI"  
LAGUNA DE AMELA, TECOMÁN

En Colima, una de las formas más populares de preparar el pescado fresco es en ceviche; se utilizan variedades consideradas de tercera por ser muy económicas. En los valles, donde hay lagunas y bordos, los jornaleros suelen pescar tilapia y preparar con ella su propia versión del ceviche colimense.

*La receta, en la página siguiente.*

## Ingredientes

*Para 6 porciones*

### **Para marinar el pescado**

- 1 kilo de tilapia picada finamente
- ½ litro de jugo de limón de Colima exprimido al momento
- 1 cucharada de sal de Colima

### **Para el ceviche**

- La tilapia previamente macerada en limón
- 2 cebollas blancas chicas, picadas finamente
- 3 zanahorias medianas, ralladas
- 2 pepinos medianos, picados en cubos pequeños
- 3 jitomates maduros, picados en fino, sin semilla
- 1 chile habanero picado finamente
- 2 chiles serranos picados en fino
- ¼ de taza de cilantro picado en fino
- 1 cucharada de sal de Colima
- 30 mililitros de salsa de botella

## Procedimiento

En un bol mezcle el pescado con la sal y el limón. Asegúrese de que el jugo cubra completamente la mezcla. Reserve tapado en un lugar fresco durante 40 minutos. Saque el pescado del recipiente y extraiga el jugo presionando con las manos.

Mezcle muy bien el pescado con el resto de los ingredientes y rectifique la sazón. Sirva una porción en un plato y acompañe con tostadas de maíz fritas, limón de Colima y salsa de botella.

Juan Álvarez Parra, “Yanni”,  
pescador y cocinero de Laguna de Amela, Tecomán.





# Chicharrón de tejón

COCINERA: YESENIA CONCEPCIÓN  
TINAJAS, COLIMA

Los tejones suelen comerse el maíz de los campos. Para evitar que se vuelvan una plaga, son cazados por los pobladores de las rancherías. Ahí los servicios de salud son escasos o nulos, por lo que la grasa de este animal se usa para preparar ungüentos y aliviar males de las vías respiratorias. La carne se aprovecha para preparar platillos como éste.

Esta receta es una variante de las carnitas de cerdo. Por ser carne de caza, debe marinarse en un medio ácido para suavizar su olor característico.

*La receta, en la página siguiente.*

## Ingredientes

### *Para 6 porciones*

- 1 kilo de carne de tejón, limpio, con hueso, partido en trozos de 5 cm
- 3 dientes de ajo grandes, pelados y picados
- 1 taza de jugo de naranja agria
- 1 taza de jugo de naranja dulce
- ½ cebolla blanca cortada en cubos
- 1 cucharada de sal de Colima
- 1 cucharada de comino entero
- 1 pizca de orégano
- 3 hojas de laurel
- 1 kilo de manteca de cerdo para freír

## Procedimiento

Ponga en un bol la carne de tejón y todos los sólidos. Añada el jugo de las naranjas, mezcle muy bien, tape y deje marinar durante una hora en el refrigerador. Cuele, reserve la carne y deseche el resto de los ingredientes.

En un cazo de barro o cobre añada la manteca de cerdo a fuego medio, incorpore la carne de tejón y, moviendo constantemente, cocine por una hora o hasta que el tejón esté dorado. Retire del cazo y reserve en un recipiente con papel absorbente.

En un plato extendido sirva una porción de carnitas y acompañe con una tortilla caliente y salsa mar tajada al gusto.

Yesenia Concepción,  
cocinera de Tinajas, Colima.





## Chigüilines en salsa roja\*

COCINERA: EDELINA OLIVARES. FONDITA DOÑA LIDIA  
COQUIMATLÁN, COQUIMATLÁN

Edelina heredó esta receta y la fonda de su madre, doña Lidia, quien, junto con su esposo, que también era cocinero, iniciaron este negocio hace más de 20 años en el centro de Coquimatlán. Esta preparación era muy común en otros tiempos, cuando abundaba el chigüilín en todos los ríos de Colima.

*La receta, en la página siguiente.*

\* Para la preparación de esta receta se usaron unos chigüilines que se pescaron en El Chical. Edelina se sorprendió por el gran tamaño de estos ejemplares. Con la voz entrecortada, y los ojos llorosos, nos contó que tenía muchos años de no ver chigüilines de ese porte, que le recordaban a su infancia.

Este sentimiento es generalizado en Coquimatlán y probablemente en todos los valles de Colima, por lo que el equipo de Colima Sabe convocó a la Universidad de Colima y a los directivos de Inapesca para reunirse con la cooperativa de pescadores de Coquimatlán e iniciar un estudio para criar y conservar al chigüilín en la región. Al cierre de esta edición, el proyecto ya había sido formalizado y estaba en marcha.

**Para los chigüilines**

18 chigüilines lavados (1.8 kg)  
3 pizcas de sal de Colima  
3 pizcas de pimienta negra molida  
250 g de manteca de cerdo

Sazone los chigüilines crudos con sal y pimienta y reserve. En un sartén ponga a calentar la manteca e incorpore una tortilla para que absorba el sabor a cerdo. Cuando la tortilla esté dorada, quírela y fría los chigüilines hasta que se doren. Retire y reserve en un recipiente con papel absorbente.

**Para la salsa de jitomate**

4 chiles de árbol Yahualica  
2 dientes de ajo largos  
8 jitomates maduros (685 g)

En un sartén a fuego alto ponga a tatar los chiles, sin dejar de mover. Retire y reserve. Tateme ahí mismo los ajos y los jitomates entre cinco y 10 minutos; hay que evitar que se tatem de más, ya que eso cambia el sabor de la salsa. Reserve. En una licuadora añada todos los ingredientes y muele en pausas para obtener una consistencia molcajetada.

**Para los chigüilines en salsa de jitomate**

Salsa de jitomate  
Chigüilines fritos

En una olla ponga la salsa de jitomate; deje hervir de cinco a 10 minutos, añada los chigüilines, deje cocinar por 10 minutos. Rectifique la sazón. En un plato sirva tres chigüilines bañados con salsa de jitomate. Se puede acompañar con arroz rojo.

Edelina Olivares,  
cocinera de Fondita Doña Lidia, de Coquimatlán.





# Col con chorizo

COCINERO: MIGUEL GONZÁLEZ SÁNCHEZ  
HACIENDA PERIQUILLO, ARMERÍA

Don Miguel es uno de los últimos habitantes vivos de la antigua Hacienda Periquillo, que se expropió hasta el año 1959. Este cocinero nació en 1934 y vivió como peón hasta la adolescencia.

Don Miguel recuerda que la col crecía a orillas del río Armería y que era parte de las legumbres que se añadían al caldo de res, que los peones consumían únicamente el fin de semana. El vinagre se preparaba con la tuba fermentada, pues en la hacienda había una enorme huerta de palmas de coco. El chorizo se hacía con lo que quedaba del cerdo que se mataba una vez a la semana, y el cual tenía que repartirse entre decenas de familias. Como buen cocinero, don Miguel lo arregla porque “el de ahora no sabe como el de antes”.

*La receta, en la página siguiente.*

## Ingredientes

### Para arreglar el chorizo

3 cucharadas de pimienta negra entera  
1 ½ cucharadas de comino entero  
3 cucharadas de orégano seco  
3 cucharadas de páprika o pimentón  
1 ½ cucharadas de sal de Colima  
6 dientes de ajo  
¾ taza de vinagre de piña o de manzana  
3 piezas de chorizo para freír, desmenuzado

### Para cocinar la col

6 cucharadas de manteca (90 ml)  
Chorizo arreglado  
1 ½ piezas de jitomate en cubos medianos  
¾ col blanca rallada (750 gr)  
90 ml de vinagre de piña o de manzana

## Procedimiento

En un molcajete muela todos los ingredientes secos y el ajo. Agregue el vinagre a la molienda, dentro del molcajete, y revuelva un poco. Añada este aderezo al chorizo desmenuzado y mezcle muy bien.

En un sartén hondo ponga a calentar la manteca a fuego medio y fría el chorizo arreglado. Incorpore el jitomate y, ya que esté cocido, agregue la col rallada y el vinagre, revuelva y tape el sartén. Cocine hasta que la col esté blanda; mueva constantemente para evitar que se queme. Rectifique la sazón.

Sirva en un plato acompañado con tostadas o tortillas hechas a mano.

Miguel González Sánchez,  
cocinero originario de la Hacienda Periquillo, en Armería.





# Cuachala colimota

COCINERA: AURORA DE LA ASUNCIÓN ZEPEDA LEPE  
COLIMA, COLIMA

Este platillo era una comida ceremonial que los pobladores mesoamericanos de la región occidental (Jalisco, Michoacán, Colima, Nayarit) preparaban en las grandes festividades. Algunos cronistas señalan que el nombre refiere a “un tazón lleno de sopa”, o bien, al plato mismo, conocido como plato cuachalero. Según los historiadores, éstos eran utilizados para verter la sangre de los sacrificios y hacer reverencia con el mismo, de ahí la forma del recipiente.

Al tratarse de uno de los platillos autóctonos de Colima, este guiso caldoso y suculento debió seguir sirviéndose en las grandes ocasiones tras la Conquista. Desafortunadamente ahora sólo se prepara en el norte del estado. Si bien antes se cocinaba con guajolote o jabalí, la presa puede sustituirse por pollo.

La variante que encontramos en el valle de Colima sólo lleva tomate verde. La mamá de doña Aurora era originaria de Jalisco y preparaba esta cuachala espesándola con arroz al vapor molido en el metate. De ella también heredó la costumbre de bendecir los alimentos haciendo la forma de una cruz al momento de sazonarlo con sal.

*La receta, en la página siguiente.*

### Para cocer el pollo

2 litros de agua  
1 pollo grande entero (2 ½ kg)  
2 dientes de ajo grandes  
½ pieza de cebolla blanca  
1 cucharada de sal de Colima

En una olla coloque los cinco ingredientes, tape y deje cocer a fuego medio durante 50 minutos o hasta que el pollo esté suave. Retire del fuego, cuele, deseche el ajo y la cebolla, saque el pollo y déjelo enfriar. Reserve el caldo.

Desmenuce la mitad del pollo y muele el resto de la carne en el metate o en la licuadora. Reserve.

### Para la salsa

1 litro de agua para cocer los tomates  
250 gramos de tomate verde  
1 cucharada de sal de Colima  
1 cucharada de aceite vegetal  
4 chiles guajillo desvenados, sin semillas ni pedúnculos  
1 ½ dientes de ajo  
1 cucharadita de comino entero

En una olla ponga el agua y los tomates. Cocine a fuego medio, tape y apague cuando comience a hervir. Deje reposar 10 minutos para que los tomates se terminen de cocer. Cuele y reserve los tomates.

En un sartén a fuego bajo agregue el aceite y sofría los chiles guajillo, cuidando que no se quemen.

En la licuadora agregue los chiles, los tomates y el resto de los ingredientes. Muela hasta obtener una salsa fina y tersa que pase por un colador. Cuele, deseche el bagazo y reserve.

### Para la cuachala

La salsa  
1 litro del caldo de pollo reservado  
100 gramos de masa de maíz  
El pollo molido en el metate  
El pollo desmenuzado

En un tazón disuelva el caldo de pollo y la masa. Agregue la mezcla a una olla grande junto con la salsa. Ponga a fuego medio y mezcle constantemente para evitar que la parte de abajo se queme. Agregue el pollo y siga mezclando hasta que tome una consistencia ligeramente espesa y el sabor a masa cruda ya no esté presente. Rectifique la sazón.

Sirva en un plato hondo, acompañe de tostadas raspadas, limón y chile de árbol frito y quebrado.

*Receta para 6 porciones*

Aurora de la Asunción Zepeda Lepe,  
cocinera de la ciudad de Colima.





## Güilotas en salsa verde

COCINERA: MARÍA LUISA RAMOS  
EL CHICAL, COQUIMATLÁN

La gente de ésta y de otras comunidades agrícolas de los valles de Colima solía consumir animales de caza, como armadillos, tejones, iguanas, chachalacas y, por supuesto, las hui-lotas o güilotas. Estos animales están asociados a distintos cultivos, pues consumen los granos, los frutos y los brotes, por lo que se cazan para evitar que se conviertan en plaga. La cocinera María Luisa Ramos nos comparte esta preparación de güilotas, asociadas a los abundantes cultivos de arroz de Coquimatlán, a donde acuden en grandes parvadas para comer la espiga madura.

*La receta, en la página siguiente.*

## Ingredientes

### Para la güilotas

12 güilotas limpias  
3 tazas de agua (750 ml)  
½ cucharada de sal de Colima

### Para la salsa

4 gramos de comino  
2 dientes de ajo  
16 tomates medianos cocidos con agua (880 g)  
10 gramos de cilantro  
4 chiles pasilla verdes medianos, tatemados, pelados y desvenados

### Para el guiso

Las güilotas cocidas  
La salsa verde  
30 mililitros de aceite  
60 gramos de cebolla  
30 gramos de chiles serranos sin semillas y cortados en rajas  
2 cucharadas de sal de Colima

## Procedimiento

En una olla cueza las güilotas con agua y sal a fuego medio durante 30 minutos o hasta que se evapore el agua. Reserve.

En una licuadora coloque todos los ingredientes de la salsa. Licúe bien hasta obtener una mezcla fina y tersa que pase por un colador.

En un sartén a fuego medio ponga el aceite hasta que se caliente bien, agregue las güilotas y dore un poco. Añada la cebolla y el chile, saltee durante tres minutos.

Agregue la salsa y deje cocinar durante cinco minutos. Incorpore la sal, mezcle muy bien, deje hervir durante tres minutos. Rectifique la sazón. Sirva con tortillas recién hechas.

María Luisa Ramos,  
cocinera de El Chical, Coquimatlán.





# Menguiche

COCINERA: AURORA LÓPEZ ZEPEDA  
COLIMA, COLIMA

El nombre de este platillo es de origen purépecha, “menguichi”, y se refiere a una sopa espesa. Esta preparación se consume en toda la región del occidente de México, sobre todo en los valles ganaderos que producen lácteos.

Aurora López y su familia suelen tomar menguiche en el desayuno con un tamal de ceniza. Su abuela, originaria de Jalisco, solía hacer este platillo para la hora de la comida; lo acompañaba con tortillas hechas a mano y en vez de utilizar crema, usaba leche; el queso era un panela que ella misma elaboraba. Como ocurre en toda la región colimota, agregaba elote a la preparación.

*La receta, en la página siguiente.*

## Ingredientes

*Para 6 porciones*

### Para la salsa

8 jitomates medianos cocidos (600 gr)

½ taza de caldo de pollo concentrado (125 ml)

### Para el menguiche

La salsa de jitomate

2 cucharadas de aceite vegetal (30 ml)

½ cebolla mediana picada en medias lunas

3 chiles pasilla verdes medianos, tatemados, pelados y desvenados, cortados en rajas (500 gr)

½ cucharada de sal de Colima

200 g de queso fresco grande, rebanado

1 cucharada de crema (15 gr)

## Procedimiento

En una licuadora muele los jitomates con el caldo de pollo. Cuele la mezcla, deseche el bagazo y reserve el líquido.

En una olla a fuego medio agregue el aceite y sofría la cebolla. Ya que esté cristalina, vierta la salsa, mueva constantemente y hierva hasta espesar. Agregue las rajas de chile y la sal; deje hervir un poco para que suelten su sabor.

Retire del fuego, agregue las rebanadas de queso, tape y deje reposar cinco minutos. Añada la cucharada de crema, mezcle bien y rectifique la sazón.

Sirva acompañado de frijoles con elote y tortillas hechas a mano, o bien, como lo hace la familia de Aurora, ponga un tamal de ceniza en el plato y báñelo con el menguiche.

Aurora López Zepeda,  
cocinera de la ciudad de Colima.





# Mole de chigüilín ahumado

COCINERA: ANTONIA GARCÍA MENDOZA  
PIEDRA ACAMPANADA, COQUIMATLÁN

El ahumado es una técnica para conservar la proteína. En la región del occidente de México se usó durante muchos siglos para conservar los chigüilines, que antiguamente abundaban en los ríos de Colima y que eran un producto típico del valle de Coquimatlán. Este mole es una versión derivada del clásico mole dulce que llevan las enchiladas colimotas, cuyo origen se encuentra en las cocinas de las haciendas.

*La receta, en la página siguiente.*

## Ingredientes

### *Para 6 porciones*

#### **Para el mole**

- 1 litro de agua
- 4 chiles guajillo tostados, sin semillas, venas ni pedúnculo (40 gr)
- 2 chiles cascabel tostados, sin semillas, venas ni pedúnculo (60 gr)
- 4 chiles pasilla rojos tostados, sin semillas, venas ni pedúnculo (50 gr)
- 2 dientes de ajo grandes, pelados
- 2 plátanos machos asados
- 1 puño de cacahuate tostado (50 g)
- 1 puño de semilla de calabaza con cáscara (100 g)
- ¼ cebolla morada mediana (60 g)
- 3 tazas de agua para licuar la salsa
- 1 cucharada de sal de Colima
- 10 galletas Marías
- 2 cucharadas de manteca de cerdo (30 g)

#### **Para los chigüilines**

- 250 g de manteca de cerdo
- 6 chigüilines

## Procedimiento

En una olla con agua hirviendo remoje los chiles por 15 minutos o hasta que estén suaves. Cuele, deseche el agua y muele los chiles junto con el resto de los ingredientes hasta obtener una salsa fina. Cuele, deseche el bagazo y reserve la salsa.

En una olla de barro a fuego alto añada la manteca. Cuando comience a humear, vierta la salsa poco a poco. Manténgala a fuego bajo durante 30 minutos sin dejar de mover, añada el chocolate y mueva hasta que se disuelva por completo. Deje 10 minutos más a fuego bajo, rectifique el sabor. Retire del fuego y reserve.

En un sartén a fuego alto caliente la manteca a punto de humo, fría los chigüilines hasta obtener un dorado uniforme. Retire y reserve en papel absorbente.

Sirva en un plato un chigüilín y báñelo con el mole. Acompañelo con tortillas recién hechas.

Antonia García Mendoza,  
cocinera de Piedra Acampanada, Coquimatlán.





# Pipián

COCINERA: MARÍA DE LOS ÁNGELES ÁLVAREZ RIVERA  
COQUIMATLÁN, COQUIMATLÁN

También se le conoce como pepián en el estado de Colima. Esta preparación es compartida con el resto del occidente de México. Su particularidad es que, además de la semilla de pepita, se le agrega maíz tostado y molido. Existen variantes en las que se utilizan almendras para la salsa y proteínas que van del cerdo al guajolote. Hay otro pipián llamado “verde” que se prepara con pollo. Este pipián rojo lleva jitomate, costilla de cerdo y su salsa contiene pepitas, cacahuates y ajonjolí tostados. Este platillo no se encuentra en cénaduras o restaurantes, sino que es un platillo de fiesta que se prepara sobre pedido a cocineras experimentadas como María de los Ángeles Álvarez Rivera.

*La receta, en la página siguiente.*

**Para la base**

4 jitomates maduros  
5 chiles guajillos rojos sin venas,  
semillas ni pedúnculos  
5 chiles anchos sin venas,  
semillas ni pedúnculos  
3 dientes de ajo pelados  
2 cebollas blancas medianas  
partidas en dos  
250 g de pepita de calabaza sin pelar,  
tostada  
125 g de cacahuate tostado  
250 g de maíz tostado  
125 g de ajonjolí tostado  
5 clavos de olor tostados

En un sartén a fuego alto sin aceite, tate me los jitomates, los chiles, el ajo y la cebolla, con cuidado de no deshidratarlos. Retire del fuego y reserve.

En una licuadora muele por separado la pepita, el cacahuate, el maíz, el ajonjolí y el clavo de olor, hasta pulverizarlos. Reserve.

**Para el caldo**

3 litros de agua  
1.2 kilos de costilla de cerdo  
cortada en cubos  
½ cebolla blanca mediana,  
cortada en trozos  
1 cucharada de sal de Colima  
4 dientes de ajo pelados

En una olla ponga los ingredientes, tape y cueza a fuego alto hasta que las costillas estén suaves. Retire del fuego, cuele, deseche la cebolla y los ajos, y reserve el caldo y las costillas por separado.

**Para la salsa**

Los ingredientes tatemados  
Las semillas tostadas y molidas  
3 tazas de caldo de las costillas  
2 cucharadas de sal de Colima

En la licuadora muele todos los ingredientes con el caldo de las costillas hasta obtener una salsa tersa. Cuele, deseche el bagazo y reserve la salsa.

**Para el pepián**

20 gramos de manteca de cerdo  
Las costillas cocidas  
La salsa del pepián

En una cazuela de barro a fuego alto caliente la manteca. Cuando comience a humear ligeramente agregue las costillas y la salsa y deje freír durante 10 minutos, moviendo constantemente hasta que se cueza. Cuando empiece a hervir, rectifique la sal, retire del fuego y reserve caliente.

Sirva suficientes costillas y báñelas con pipián. Acompañe con arroz rojo y tortillas recién hechas.

*Receta para 6 porciones*

María de los Ángeles Álvarez Rivera,  
cocinera de Coquimatlán.





# Sopa de pan

COCINERA: ANA MARÍA OCÓN  
TEPAMES, COLIMA

Hay distintas versiones de la sopa de pan. Con el tiempo, algunas cocineras le añadieron tanta azúcar que comenzó a confundirse con la capirotada y a servirse como postre en algunas regiones. Éste fue un platillo de hacendados. Actualmente es bien aceptado como platillo principal o como postre; aunque parezca rara la preparación de incorporar verduras y pollo es una sorpresa que sostiene correctamente la versión de ser considerado también un postre.

En Tepames, valle de Colima, se sigue preparando la sopa de pan en muchas casas. La cocinera Ana María Ocón, quien la vende por pedido para fiestas y, en algunos mercados en fiestas tradicionales, ha introducido ciertas modificaciones a la receta original para adaptarla a las circunstancias alimentarias actuales. Por ejemplo, ha reducido la cantidad de azúcar y sustituido la manteca de cerdo por aceite de oliva con la finalidad de ofrecer un platillo con menos carga calórica.

Una versión de esta receta, explicada paso a paso y a detalle, puede encontrarse en el tomo I de esta serie: *Colima. Una gran travesía gastronómica*, disponible para descarga gratuita en internet.



## Sopes arreglados

COCINERA: MARÍA DEL CARMEN ESTRADA ESCOBAR  
TECOMÁN, TECOMÁN

Los sopos gordos y los sopitos son platillos típicos de las cenadurías de las principales localidades de los valles de Colima. Sin embargo, en el valle de Tecomán se han actualizado con increíble creatividad hasta adquirir la forma y el nombre de “sopes arreglados”. Su creadora es doña Carmelita Estrada Escobar, que en su cocina del mercado Cuauhtémoc, en el centro de Tecomán, ha perfeccionado su preparación.

Doña Carmelita fríe un sope gordo, lo rellena de requesón y frijoles y lo pellizca para darle la forma tradicional. Luego lo corona con pozole, que puede o no llevar carne. Enseguida moja la preparación con una salsa de jitomate especiada con ajo y cebolla y aromatizada con comino, laurel y orégano, la misma que se usa para mojar las tostadas de pata o de lomo. Finalmente añade lechuga, jitomate, cebolla y queso.

Esta preparación contemporánea da cuenta de la creatividad de las cocinas urbanas de los valles de Colima, donde la innovación de las recetas tradicionales está marcada por el ritmo de la vida productiva, la abundancia de ingredientes y los cambios en el paladar, que hoy no sólo admite sino que pide la convivencia de muchos sabores. En un sope arreglado se dan cita todos los infaltables de una cenaduría clásica: sope, pozole, tostada y enchilada. Aunque hoy existen otras versiones del sope arreglado en Tecomán, el puesto Sopes y Cafés Carmelita es una visita obligada en el mercado central.

## Tamal de chigüilín ahumado

Su preparación era mucho más común hace unos años, cuando los chigüilines abundaban en los ríos de la región. En Coquimatlán, una de las cocineras más activas que conserva y que practica las recetas tradicionales es María de los Ángeles Álvarez Rivera, quien prepara el chigüilín con un adobo de chile guajillo, comino, pimienta, orégano, ajo y vinagre. El chigüilín se dora, se desmenuza y se guisa junto con el adobo en manteca de cerdo. La masa de tamales se rellena con esta preparación y, al igual que la mayoría de los tamales de Colima, se envuelve en hoja de maíz (totomoxtle).



## Tamal de chococo

El chococo es un pescado que habita en las lagunas de Colima, principalmente en la de Alcu zahue, Tecomán. Para su conservación, se sala y se deshidrata al sol. Antes de prepararlo en tamales, se desala y rehidrata para luego guisarlo con una salsa rústica de tomate verde y chile verde hecha en molcajete. Su elaboración es cada vez menos común; generalmente son las personas mayores quienes los buscan y los disfrutan.

## Tamal pata de mula

El nombre de estos tamales evoca la consistencia y la forma de las patas de mula. Las crónicas señalan que son una herencia de la cocina afromestiza, pues los esclavos negros traídos durante el Virreinato para trabajar en las haciendas hacían una preparación muy similar. Tras su adaptación al contexto novohispano, se convirtió más tarde en la comida perfecta de los arrieros, pues los tamales soportaban largas jornadas sin echarse a perder. En la ciudad de Colima hay un centro de atención a personas invidentes. Hace 40 años, un voluntario aportó la receta de estos tamales para ponerlos a la venta y recaudar fondos para sostener económicamente el lugar.



## Tamal blanco, de carne y de ceniza

Estos tres tamales son muy comunes en el valle de Colima. Es fácil encontrarlos a la venta en tienditas de colonias, tianguis y mercados, y suele ser uno de los productos de los negocios de subsistencia familiar. Por ejemplo, Victor Hugo Navarro Barajas vende cerca de 300 tamales preparados por las mujeres de su familia; hay de elote, carne en salsa roja, ceniza, picadillo, rajas, pollo, tamal blanco y toqueras. Cada día se ubica en un punto distinto de la ciudad de Colima.



# Tamal colado

Éste es un tamal tradicional de la región del occidente mexicano. Su preparación está ligada a las cosechas de septiembre a noviembre. Hay tres características que distinguen a este tamal: el elote molido debe estar muy bien colado, de ahí su nombre; no se cocinan al vapor sino al fuego directo, aunque algunas cocineras simplemente lo dejan cuajar a temperatura ambiente; se sirve frío, como postre o merienda, acompañado con un vaso de leche.



# Toquera

Si bien la receta y su nombre son de origen purépecha (*thojkeri*, “elote sazón” o “elote desgranado”), es un tamal que ha encontrado un fuerte arraigo en las comunidades rurales de Colima. Al igual que los tamales colados, se elaboran con el grano del elote maduro —no tierno, pero tampoco duro—, con la suficiente cantidad de almidón que permita que cuaje y tenga esa textura tan particular. Se acostumbra comerlas en el desayuno y la merienda.



# Mezcaltamal

COCINERA: SABINA ALCARAZ  
IXTLAHUACÁN, IXTLAHUACÁN

La masa de este tamal se prepara con pinole (maíz tostado y molido) mezclado con miel de piloncillo hervida con canela y clavo de olor. Los frijoles martajados con los que se rellena también se mezclan con miel de piloncillo.

Para rellenarlos, hay que hacer una tortita de masa, poner sobre ella una bolita de frijol, cubrirla con otra tortita de masa y sellar ambas con los dedos. Luego se envuelve con hoja de milpa previamente remojada en agua tibia para suavizarla.

Lo que le da su nombre a estos tamales es que, luego de colocarlos en la vaporera, se cubren con hojas de un maguey endémico de Ixtlahuacán. En este poblado, la señora Sabina Alcaraz es una de las custodias de la receta.



# Tamal de ceniza rojo

COCINERA: JULIA SÁNCHEZ FALFÁN  
LAS CONCHAS, IXTLAHUACÁN

Este tamal se prepara en los lugares donde abunda el palo Brasil, como el poblado de Las Conchas, en el valle de Ixtlahuacán. La señora Julia, cocinera de la localidad, aprendió esta receta de una de sus vecinas, María Ruelas, una señora mayor con gran experiencia en la cocina.

El tronco del palo Brasil se usa como ceniza para nixtamalizar el maíz y, al momento de cocer los tamales, se añade un trozo de tronco al agua para que desprenda su color característico. La costumbre indica que debe usarse el árbol hembra, ya que el tinte de su tronco es más intenso que el del macho.

Para prepararlos, hay que mezclar el agua con ceniza de palo Brasil hasta que adquiera la consistencia de un atole. Cuando se asiente la ceniza, el agua se añade al nixtamal, el cual se muele hasta obtener una masa para tamales. Se toma un poco y se extiende en la mano hasta formar un sopito, se le añade una cucharada de frijoles martajados y se cierra, se aplana un poco y se envuelve completamente en hoja de milpa previamente suavizada con agua tibia y manteca.

Antes de meter los tamales a cocer en una olla vaporera profunda, hay que llenarla con agua a tres cuartas partes de su capacidad, colocar en el fondo trozos de tronco de palo Brasil y sal. Se deja hervir hasta que el palo suelte su color. Luego se ponen los tamales y se dejan cocer por una hora.



**Pan y meriendas**



# Arroz con leche y piña

COCINERA: MARÍA EUGENIA ÁVALOS VIZCAÍNO  
BUENAVISTA, CUAUHTÉMOC

El arroz es uno de los cultivos de mayor arraigo en los valles de Colima. Distintas variedades fueron introducidas en la región tras la Conquista, traídas por los españoles y también por los filipinos que llegaron a bordo del Galeón de Manila. En las zonas tropicales, donde también se cultivan coco, caña, piña y cítricos, la combinación de este cereal con dichos ingredientes ha resultado en platillos como este arroz con leche. Hoy la variedad más valorada en Colima es milagro filipino, introducida en la década de 1960. Su rendimiento y calidad en los valles de Coquimatlán y Buenavista es motivo de orgullo para los productores.

*La receta, en la página siguiente.*

**Para la piña con caramelo**

1 ½ tazas de azúcar refinada (345 g)  
1 rama de canela (7 g)  
1 taza de agua (250 ml)  
½ piña en cubos de 2 cm (1 kg)  
1 pizca de bicarbonato

En un sartén a fuego medio agregue el azúcar con la rama de canela. Sin dejar de mover, dore hasta que se forme un caramelo. Agregue la taza de agua y espere a que se disuelva; añada la piña y, una vez que hierva, la pizca de bicarbonato. Retire del fuego y reserve.

**Para el arroz**

1 taza de arroz (300 g)  
1 litro de agua para enjuagar el arroz  
2 tazas de agua purificada para remojar el arroz  
1 rama de canela (7 g)  
Cáscara de naranja sin la capa blanca (100 g)  
2 tazas de leche entera (500 ml)  
½ taza de azúcar (115 g)  
1 lata de leche evaporada (339 ml)  
1 lata de leche condensada (375 ml)  
La piña preparada

En un colador enjuague el arroz, luego remójelo 10 minutos en una olla fuera del fuego. Añada la canela, la cáscara de la naranja y póngalos a cocer a fuego medio. Mueva constantemente, tape hasta que se evapore el agua. Retire la cáscara de naranja y la canela. Agregue la leche entera y mueva hasta que el arroz absorba la leche por completo. Añada el azúcar, mueva hasta que se disuelva, incorpore la leche evaporada y continúe moviendo cinco minutos más. Vierta la leche condensada, mueva mientras se cuece durante 15 minutos y apague. Agregue la piña, tape la olla y deje que se infusinen los sabores. Sirva tibio en un tazón.

*Receta para 6 porciones*

María Eugenia Ávalos Vizcaíno,  
cocinera y productora de arroz de Buenavista, Cuauhtémoc.





## Bolillo

Éste es uno de los panes de bollería que más se consume en el estado de Colima. En el caso de los valles, hay dos panaderías emblemáticas que lo producen de manera artesanal y con las recetas de influencia francesa llegadas de Jalisco a inicios del siglo XX.

En el valle de Colima, el señor Rubén García Peña, dueño de la panadería El Pichón, cuenta que el bolillo fue traído a la capital del estado por don Avelino Izáis, originario de Mascota, Jalisco. Éste le enseñó el oficio a su padre, Rubén García Espinoza, quien posteriormente lo heredaría a sus hijos. Cada día, los panaderos de El Pichón producen 3,500 piezas de pan, entre bolillo, bolillo salado y los diferentes tamaños de telera que se distribuyen en tiendas de toda la ciudad. Para darle el sabor ácido característico a su producto, don Rubén usa una “pata” o fermento casero (masa madre) con diez años de edad, la cual alimenta con huevo y cerveza. Los 14 sacos de harina que se usan diariamente vienen de Atotonilco el Alto, Jalisco.

El bolillo llega al valle de Manzanillo a bordo de unas motocicletas que anuncian su venta con una grabación cuyo principal argumento de venta es que se trata “del original bolillo de Colomos”, un valle costero a 15 minutos del puerto. Se dice que esta fama se debe a don Jesús Enrique Torres, don Chuy, un panadero que aprendió el oficio en su pueblo de origen, Tamazula, Jalisco. Buscando una vida mejor, don Chuy migró a Colima siendo muy joven; luego de una temporada haciendo pan, en Manzanillo, se instaló en Colomos a inicios de la década de los 80 y desde entonces su pan es el mejor de la región.

Cuarenta años de experiencia le han enseñado a don Chuy que, aunque podría aumentar la cantidad de bolillos usando un horno de gas, lo mejor es limitar su producción para no perder calidad y hornear con leña, pues ha encontrado una madera que no echa humo (parte de su receta secreta) y cuyo calor hace que el bolillo sea más sabroso y que no se ponga duro al día siguiente. Otros panaderos han aprovechado la reputación de don Chuy y, si bien lo anuncian como “bolillo de Colomos”, él asegura que no es el suyo.

Izquierda: Jesús Enrique Torres, don Chuy. Derecha: Rubén García Peña junto a su familia en la panadería El Pichón.



# Empanadas de coco

COCINERA: FRANCISCA VALDOVINOS GUTIÉRREZ  
CHANCHOPA, TECOMÁN

Estas empanadas llegaron al valle de Tecomán a través de Michoacán, de donde es oriunda doña Francisca Valdovinos Gutiérrez —aunque todo el mundo la conoce en Chanchopa como Juana—. Su abuela michoacana le enseñó a rellenarlas de coco y a preparar la masa con harina de trigo, levadura, azúcar, agua y manteca de cerdo.

Juana ha adaptado la receta al paladar y al ritmo de la vida actual. En lugar de agua, usa infusión de canela para la masa, y ya no le añade manteca de cerdo porque hay mucha gente a la que no le gusta, sólo usa un poco de mantequilla para bolear. Para el relleno, prepara una cocada con piloncillo y le añade la leche del coco para que quede suave. También ocupa distintos rellenos: dulce de camote —que intercambia por pan en una huerta de la comunidad—, arroz con leche, jamón con queso y tomate, y una muy rica de piña que se le vende muy bien cuando “truenan el nacimiento” de agua de la comunidad y viene mucha gente a bañarse.



# Encaladillas

COCINERA: LUZ VENEGAS PÉREZ  
IXTLAHUACÁN, IXTLAHUACÁN

En el primer tomo de esta serie de libros sobre la gastronomía de Colima presentamos la receta de las encaladillas de Rancho de Villa, en Coquimatlán, donde aún se venden los martes a la salida del santuario del Señor de la Expiración. Cuentan los vendedores que doña Pachita y su comadre crearon esta receta hace más de 120 años, inspiradas en unas galletas michoacanas llamadas “boricuas”. En este libro, dedicado a los valles de Colima, queremos presentar la receta que sigue preparando la cocinera Luz Venegas Pérez en Ixtlahuacán. A diferencia de las de Rancho de Villa, éstas llevan harina de trigo y de maíz.

Los habitantes de la comunidad de Ixtlahuacán cuentan de la gran popularidad que tenían estas galletas en la antigüedad; la técnica descrita para su elaboración nos habla de una gran profundidad histórica. Antiguamente se nixtamalizaba el maíz, se molía en el metate y, una vez formada la masa, se cortaba en trocitos con los dedos y se ponía a secar; ya que estaba seca se volvía a moler y se combinaba con manteca de cerdo, sal y piloncillo y luego se horneaba. Este procedimiento remite a las antiguas preparaciones que fueron modificadas o adaptadas durante la Colonia con los nuevos ingredientes traídos por los españoles.

*La receta, en la página siguiente.*

### Para el aguamiel

1 litro de agua  
1 kg de panocha rallada  
1 raja de canela de 5 cm

En una olla coloque los ingredientes, caliente a fuego medio durante 25 minutos o hasta que se disuelva la panocha. Retire del fuego, enfríe, retire la raja de canela y reserve.

### Para las encaladillas

250 g de harina de trigo  
1 kg de harina de maíz  
1 cucharada de polvo para hornear  
1 cucharada de bicarbonato  
½ kg de manteca vegetal  
1 huevo entero  
El aguamiel  
Horno precalentado a 170 °C

En una superficie plana mezcle ambas harinas y forme un volcán. Añada el polvo para hornear, el bicarbonato y remueva bien. Agregue el aguamiel poco a poco y mezcle hasta obtener una masa totalmente incorporada de color canela. Tome una pequeña porción de la masa, dele forma de galleta de unos 4 centímetros de diámetro y colóquela en una charola previamente engrasada con manteca. Repita hasta terminar con toda la masa.

Hornee durante 20 minutos o hasta que estén doradas. Saque del horno y deje enfriar. Sírvalas acompañadas con leche o con café.

Luz Venegas Pérez,  
cocinera de Ixtlahuacán de los Reyes.





## Panes de ceremonia

En el valle de Ixtlahuacán encontramos varios panes relacionados con las fiestas: el pan de muerto, las coronas, el pan con forma de toro y los que tienen forma de hombre y de mujer. Rolando Venegas Pérez, panadero de Ixtlahuacán, aprendió a prepararlos con sus hermanos y su madre, que a su vez aprendieron de su padre.

El pan de muerto de silueta antropomorfa se usa en la ofrenda del Día de Muertos y se le pone uno a cada difunto. El pan de toro y los de hombre y de mujer forman parte de la fiesta tradicional en honor a San Miguel Arcángel, que se celebra el 29 de septiembre. Los mayordomos encargados de organizar la fiesta anual realizan una procesión desde una ermita que se encuentra a unos pocos kilómetros de San Miguel Tamala, municipio de Ixtlahuacán, hasta la parroquia principal del pueblo. Un año antes de la fiesta de San Miguel, se hace el nombramiento del mayordomo; a quien toma el cargo se le entrega el pan con forma de toro, y con ello se compromete a entregar durante la festividad una res entera y preparada para que, de manera gratuita, la consuma el pueblo en el convivio que se realiza después de la misa.

A stone mortar and pestle, commonly used for grinding spices and herbs, is shown on a wooden surface. The mortar is a shallow, bowl-shaped container with three legs, and the pestle is a cylindrical tool used to crush ingredients. The background is a warm, orange-toned wooden surface.

**Bebidas y salsas**



# Bate con pinole

COCINERA: SABINA ALCARAZ  
IXTLAHUACÁN, IXTLAHUACÁN

Sumamente refrescante, espesa, con propiedades nutritivas y medicinales, esta bebida de origen prehispánico es una de las más antiguas de la cocina colimense. Se le encuentra en el estado de Colima, sur de Jalisco y costa de Michoacán debido a que el chan, su ingrediente principal, se da de manera silvestre en esas zonas.

La cualidad espesante del chan hace que la preparación se asiente, por lo que la bebida requiere ser batida antes de servirse (de ahí el origen de su nombre). Tras la recolección, el chan se tuesta, se muele y se vende en polvo o en bate preparado.

## Para el jarabe

1 taza de agua  
350 gramos de panocha rallada

En una olla a fuego bajo coloque el agua y la panocha, deje hervir hasta que se disuelva completamente y se forme un almíbar. Retire del fuego, enfríe y reserve.

## Para el bate

100 gramos de semilla de chan seca  
2 litros de agua  
300 g de pinole  
Jarabe

En un sartén coloque la semilla de chan y tueste a fuego medio, moviendo el sartén para evitar quemarse, para que no se vuelva amarga. Retire del fuego y deje que se enfríe.

En la licuadora con el vaso seco coloque las semillas tostadas y muele hasta obtener un polvo fino. Vierta en un tazón y reserve.

En una olla o recipiente coloque el agua junto con el polvo de chan y el pinole, mezcle perfectamente hasta que espese y guarde en el refrigerador.

En un vaso o jarro de barro vierta una ración de bate, miel de panocha al gusto y preferentemente hielo picado. Bata enérgicamente y disfrute.

*Receta para 2 litros*



## Hielitos

En todo Colima, pero principalmente en los valles, es una costumbre comer hielitos durante las temporadas de más calor. Se venden en casas y tiendas de abarrotes en casi todos los pueblos, rancherías y ciudades. Su venta se anuncia con sencillos carteles que cambian su oferta según el fruto de temporada.

Los hielitos se elaboran a base de agua o de leche mezclados con ingredientes como jamaica, tamarindo, guayaba, nance, cacahuete, nuez, entre un sinfín de sabores de frutos tradicionales a los que recientemente se han sumado golosinas como galletas (de chocolate con crema), gomitas de sabores y otras fantasías artificiales de la era industrial. Los que presentamos en esta fotografía son elaborados por la señora María Luisa Ramos, oriunda de El Chical, valle de Coquimatlán.



## Lechuguilla

Esta bebida de agave es parte fundamental de la vida cotidiana de Colima. Antiguamente elaborada de manera artesanal, hoy medianamente industrializada, es conocida por todos los colimenses, pues ha sido por más de 50 años la bebida de los eventos masivos de Colima: desfiles, conciertos, ferias, mítines y ahora hasta bautizos y bodas. Por su calidad altamente refrescante se sigue buscando y vendiendo durante el medio día en los semáforos de la ciudad.

Su preparación está relacionada con los tepaches de mezcal (agave) que se preparan desde tiempos prehispánicos en el occidente de México. Cuando el agave alcanza su madurez, se le retiran las pencas, la piña se lava y se corta en trozos. Ya sin la piel, se colocan en una olla de barro; ésta se llena de agua limpia, se deja reposar todo un día y luego se desecha el líquido. Este paso se repite dos veces más, pero la tercera vez, el agua lleva un poco de azúcar, la cual potencia la fermentación del agave. Tras reposar todo un día, el líquido resultante ya puede considerarse lechuguilla. Esta piña en fermentación puede dar lechuguilla durante dos y hasta cuatro meses; sólo es necesario dejar un poco de líquido en la olla de barro y añadir agua con azúcar cada mañana.



## Raspados

En todo el estado de Colima, sobre todo cuando el calor aprieta, los raspados, hechos con hielo y fruta de temporada, son la opción preferida de los colimotes para quitarse la sed. En el valle de Tecomán son famosos los de El Wayán. Su fundador, Jorge Alberto García, usa la mejor fruta disponible en el valle y sus alrededores, y eso que hay de dónde elegir. Además de tamarindo, piña, nance, zarzamora, papaya, mango, guanábana, cacahuate y otras delicias regionales, don Jorge también complace a sus clientes con un extra de jarabe o chamoy, o bien, con sabores contemporáneos como el chicle, el cereal, la leche quemada o la crema de avellanas, entre muchos otros.



## Salsa diablito

COCINERO: MIGUEL GONZÁLEZ SÁNCHEZ  
HACIENDA PERIQUILLO, ARMERÍA

Para crear esta receta, don Miguel se inspiró en el sabor de la salsa Diablito, que solía producirse en Colima a mediados del siglo XX. Después de varios experimentos, logró la fórmula ideal. La clave está en macerar los ingredientes para que se fusionen mejor sus sabores.

### Para la base

4 ½ chiles cascabel grandes, sin pedúnculo  
50 g de chile de árbol Yahuahualica, sin pedúnculo  
2 hojas de laurel  
½ cucharada de orégano seco (1 gr)  
½ cucharada de semillas de cilantro (3 gr)  
3 hojuelas medianas de jengibre seco (5 gr)  
3 ½ tazas agua (875 gr)

En un sartén a fuego bajo tueste ligeramente los chiles, retire y reserve. Tueste las especias y mueva constantemente para evitar que se quemen, retire y reserve. En una olla ponga los ingredientes tostados y el agua, tape y deje hervir hasta que los chiles estén blandos. Retire y deje enfriar.

En una licuadora muele todos los ingredientes hasta que las semillas de los chiles se desintegren. Cuele muy bien la mezcla, reserve el colado y el bagazo por separado.

### Para la salsa

½ cucharada de pimienta entera (8 gr)  
¼ cucharada de comino entero (3 gr)  
¼ cucharada de cebolla en polvo (3 gr)  
¼ cucharada de ajo en polvo (3 gr)  
3 cucharadas de sal de Colima (50 gr)  
3 ½ tazas de vinagre de piña o de manzana (875 ml)

En una licuadora añada todos los ingredientes, excepto el vinagre, y muele muy bien. En una olla añada el molido anterior, agregue el bagazo reservado de los chiles e incorpore el vinagre. Lleve a fuego medio y tape. Apague cuando rompa el hervor, deje enfriar y licúe la mezcla nuevamente.

En el colador cuele la salsa y deseche el bagazo, mezcle el líquido obtenido con la base de los chiles. Vierta la salsa en una botella de vidrio con tapa.

# Salsa de chile quemado

COCINERA: AURORA DE LA ASUNCIÓN ZEPEDA LEPE  
COLIMA, COLIMA

Ésta es la famosa salsa de chile quemado con la que doña Aurora ganó un concurso de cocina. A decir de los jueces, esta salsa tan versátil es perfecta para acompañar preparaciones de pescado, cerdo y pollo.

## Ingredientes

5 chiles guajillo grandes, sin pedúnculo  
½ kilo de tomate verde, sin cáscara  
1 litro de agua para cocer los tomates  
1 ½ dientes de ajo grandes (3 gr)  
1 cucharada de sal de Colima (16 gr)

## Procedimiento

En un comal ase los chiles hasta que tomen un color oscuro, sin llegar a quemarse. Reserve.

En una olla ponga los tomates y el agua. Tape y cueza a fuego medio. Apague cuando empiece a hervir y deje reposar 10 minutos. Saque los tomates de la olla, deseche el agua, coloque la mitad de los tomates en la licuadora con los chiles, el ajo y la sal. Licúe muy bien. Luego añada a la licuadora el resto de los tomates y muele ligeramente para dejar que se aprecien algunos trocitos de tomate.



# Salsa marisquera

COCINERA: YADIRA RUÍZ  
CHANCHOPA, TECOMÁN

Sencilla y práctica, es utilizada como salsa marisquera en los valles laguneros y costeros de Tecomán. Con ella hacen las llamadas “tostadas de nada”, preparadas con sal y limón, que se venden como botana en las calles y que sirven de acompañamiento para todo tipo de mariscos.

## Ingredientes

*Para 250 mililitros de salsa*

1 taza de chile de árbol, sin pedúnculos (40 gr)  
1 taza de jugo de limón Colima recién exprimido  
2 dientes de ajo grandes (16 gr)  
1 cucharada de orégano seco (2 gr)  
1 ½ cucharadas de sal de Colima (25 gr)

## Procedimiento

En un comal a fuego bajo tueste los chiles volteándolos constantemente para que no se quemen. Cuando estén ligeramente tostados, retire y reserve.

En una licuadora coloque los chiles y el resto de los ingredientes, muele muy bien hasta que todos los componentes se desintegren. Rectifique la sazón y sírvala en una cazuelita de barro o en un bote de vidrio.



Francisca Arceo, de Caután, Ixtlahuacán,  
es cocinera, experta en la pesca nocturna de chacales con fisga,  
pescadora con atarraya, cazadora, agricultora y madre.

# Referencias bibliográficas

## El territorio transformado

De Ciudad Real, Antonio (1993). *Tratado curioso y docto de las grandezas de la Nueva España*. [En línea]. (3ª ed.). México: Universidad Nacional Autónoma de México. [http://www.historicas.unam.mx/publicaciones/publicadigital/libros/156\\_01/tratado\\_curioso.html](http://www.historicas.unam.mx/publicaciones/publicadigital/libros/156_01/tratado_curioso.html)

De Gayangos, Pascual (1866). *Cartas y relaciones de Hernán Cortés al emperador Carlos V*. Corregidas e ilustradas por don Pascual Gayangos. París: Imprenta central de los ferrocarriles. [http://cdigital.dgb.uanl.mx/la/1080012643/1080012643\\_01.pdf](http://cdigital.dgb.uanl.mx/la/1080012643/1080012643_01.pdf)

De Quiñones, Lebrón (2006). *Relación sumaria*. Con paleografía y nota introductoria de Terríquez Sámano, Ernesto. Gobierno del Estado de Colima / Secretaría de Cultura.

Machuca, Paulina (2018). *El vino de cocos en la Nueva España. Historia de una transculturización en el siglo XVII*. El Colegio de Michoacán.

Morales, Juan Joseph (1978). *Iztlabuacán y sus Pueblos. 1778*. Club del Libro Colimense. No. 23.

López Lara, Ramón (1973). Nota preliminar. El obispado de Michoacán en el siglo XVII. Informe inédito de Beneficios,

Pueblos y Lenguas, vol. III. Morelia: Fimax Publicistas. Colección Estudios Michoacanos.

López Razgado, María Irma y Ochoa Gutiérrez, María del Carmen (2021). Archivo Histórico Parroquial de San Felipe de Jesús, “El Beaterio”, siglo XVII. Volumen 1 de Serie Historia eclesiástica. Sociedad Defensora del Tesoro Artístico de México. Capítulo Colima: Gobierno del Estado de Colima, Secretaría de Cultura.

Reyes Garza, Juan Carlos (2000). *Al pie del Volcán. Los indios de Colima en el Virreinato. Historia de los pueblos indígenas de México*. CIESAS, GEC, INI. Vol. II).

Romero Aceves, Ricardo (2001). *El señorío de Coliman y la Nueva España*. Costa-Amic Editores.

Sauer, Carl O. (1990). *Colima de la Nueva España en el siglo XVI*. Terríquez Sámano, Ernesto, González Chávez, René, traductores. Universidad de Colima. Ayuntamiento Constitucional de Colima.

## La ambivalencia ambiental

Agency for Toxic Substances and Disease Registry (ATSDR) (2022). <https://www.atsdr.cdc.gov/spl/>

Almendros, L., y González, F. (2009). El Occidente de México. La reocupación del Valle de Colima. En *Boletín Americanista*. No. 59, pp. 137-154.

Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (CONABIO). (2016). *La Biodiversidad en Colima: Estudio de Estado*. CONABIO, México.

RISCTOX. Clorofenil metanona. [https://risctox.istas.net/dn\\_risctox\\_ficha\\_sustancia.asp?id\\_sustancia=957687](https://risctox.istas.net/dn_risctox_ficha_sustancia.asp?id_sustancia=957687)

Rodríguez-Aguilar, B.A., Ceballos-Magaña, S.G., Virgen-Campos, L.F. y Muñoz-Valencia, R. (2021). Método analítico para la determinación de plaguicidas y su aplicación en aguas superficiales de Colima y Guanajuato. En *Ra Ximbai*. Vol. 17, No. 3, pp. 257-277. <https://doi.org/10.35197/rx.17.03.2021.11.br>

Rodríguez-Aguilar, B.A., Martínez-Rivera, L.M., Muñoz-Valencia, R., Mercado-Silva, N., Íñiguez-Dávalos, L.A., y Peregrina-Lucano, A.A. (2022). Pesticide distribution and ecotoxicological risk in the Ayuquila-Armería River. En *Rev. Int. Contam. Ambient.* No. 38, pp. 301-315. <https://doi.org/10.20937/RICA.54180>

## El alimento como ofrenda

Báez-Jorge, Félix (1998). *Entre los nahuales y los santos*. Universidad Veracruzana.

Broda, Johana (2004). Ciclos agrícolas en la cosmovisión prehispánica: el ritual mexica. En Johana Broda y Catharine Good Eshelman (Coords.). *Historia y vida ceremonial en las comunidades mesoamericanas: los ritos agrícolas*. INAH.

Carrasco, Pedro (1976b). “La sociedad mexicana antes de la Conquista”, en *Historia General de México*. T.I. El Colegio de México.

Gamio, Manuel (1992). *Forjando patria*. Porrúa.

Mariscal Olivares, José Manuel (2008). *Los Chayacates*. Gobierno del Estado de Colima / Secretaría de Cultura.

Redfiel, R. (1944). *Yucatán, una cultura de transición*. Fondo de Cultura Económica.

## Ganado, sal y maíz

Mijares Bracho, Carlos (2000). *La Petatera de la Villa de Álvarez en Colima*. Universidad de Colima.

Vázquez Vuelvas, Petronilo (2014). *¡Échenme el toro! Historia viva de la tradición villalvareense*. Acento Editores.

## No somos nada sin ellos

Bertioli, D.J.; Cannon S.B.; Froenicke L., et al. (2016). The genome sequences of *Arachis duranensis* and *Arachis ipaensis*, the diploid ancestors of cultivated peanut. En *Nature Genetics*, 48, 483-446. <https://doi.org/10.1038/ng.3517>

Bertioli, D.J.; Jenkins, J.; Clevenger, J., et al. (2019). The genome sequence of segmental allotetraploid peanut *Arachis hypogea*. En *Nature Genetics*, 51, 877-884. <https://doi.org/10.1038/s41588-019-0405-z>

Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (CONABIO). (2016). *La biodiversidad en Colima: Estudio de Estado*. CONABIO, MÉXICO.

Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (CONABIO) (diciembre 2022). *Enciclovida*. CONABIO. <https://enciclovida.mx/>

Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (CONABIO) (diciembre 2022). *Razas de maíz de México*. CONABIO. <https://www.biodiversidad.gob.mx/diversidad/alimentos/maices/razas-de-maiz>

Da Silva, M.B.; Portela, J.M.; Li, W.; Jackson, M.; Gonzalez-Juarrero, M.; Hidalgo, A.S., et al. (2018) Evidence of zoonotic leprosy in Para', Brazilian Amazon, and risks associated with human contact or consumption of armadillos. En *PLoS Neglected Tropical Diseases*, 12(6): e0006532. <https://doi.org/10.1371/journal.pntd.0006532>

Fuentes, G., y Santamaría, J. (2014). Papaya (*Carica papaya* L.): Origin, domestication, and production. En: Ming R. y Moore P., *Genetics and genomics of papaya, plant genetics and genomics: Crops and models*. Springer. [https://doi.org/10.1007/978-1-4614-8087-7\\_1](https://doi.org/10.1007/978-1-4614-8087-7_1),

Gan, E. (2017). An unintended race: Miracle rice and the green revolution. En *Environmental Philosophy*, 14: 1. <https://doi.org/10.5840/envirophil20174648>

Global Biodiversity Information Facility (GBIF). (2022). *Free and open access to biodiversity data*. GBIF. <https://www.gbif.org>

Gunn, B.; Baudouin, L., y Olsen, K. (2011). Independent origins of the cultivated coconut (*Cocos nucifera* L.) in the old world tropics. En *PLoS ONE*, 6, e21143. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0021143>

Inglese, P., y Sortino, G. (2019). Citrus history, taxonomy, breeding, and fruit quality. En *Oxford Research Encyclopedia, Environmental Sciences*. Oxford. <https://doi.org/10.1093/acrefore/9780199389414.013.221>

- Kistler, L.; Yoshi, S.; Gregorio de Souza, J., et al. (2018). Multiproxy evidence highlights a complex evolutionary legacy of maize in South America. En *Science*, 362, 1309-1313. <https://doi.org/10.1126/science.aav0207>
- Kraft, K.; Brown, C.; Nabhan, G.; Luedeling, E.; Luna, J.; d'Eeckenbrugge, G.; Hijmans, R., y Gepts P. (2014). Multiple lines of evidence for the origin of domesticated chili pepper, *Capsicum annuum*, in Mexico. En *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 111, 6165-6170. <https://doi.org/10.1073/pnas.1308933111>
- Mejía, N. (2018). *Colima. Una gran travesía gastronómica*. Colima Sabe.
- Mejía, N. (2021). *Montañas de Colima. Una cocina de altura*. Colima Sabe.
- Pennington, T.D., y Sarukhán, J. *Árboles tropicales de México. Manual para la identificación de las principales especies*. UNAM/Fondo de Cultura Económica.
- Pickersgill, B. (1971). Relationship between weedy and cultivated forms in some species of chili peppers (genus *Capsicum*). En *Evolution*, 25, 683-691. <https://doi.org/10.1111/j.1558-5646.1971.tb01926.x>
- Piperno, D.R.; Ranere, A.J.; Holst, I.; Iriarte, J., y Dickau R. (2009). Starch grain and phytolith evidence for early ninth millennium B.P. maize from the Central Balsas River Valley, Mexico. En *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 106, 5019-5024. <https://doi.org/10.1073/pnas.0812525106>
- Riojas-López, M.; Pérez, N., y Mellink, E. (2014). *Mamíferos terrestres de Manzanillo, Colima a El Salto, Jalisco (excepto murciélagos), guía de campo*. Universidad de Colima.
- Rouiss, H.; Bakry, F.; Froelicher, Y.; Navarro, L.; Aleza, P., y Ollittraut, P. (2018). Origin of *C. latifolia* and *C. aurantiifolia* triploid limes: the preferential disomic inheritance of doubled-diploid 'Mexican' lime is consistent with an interploid hybridization hypothesis. En *Annals of Botany*, 121, 571-585. <https://doi.org/10.1093/aob/mcx179>
- Secretaría de Agricultura, Ganadería, Desarrollo Rural, Pesca y Alimentación (SAGARPA). (2015). *Agenda Técnica Agrícola Colima*. SAGARPA.
- Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera (SIAP). (2022). Avance de siembras y cosechas, resumen por estado. SIAP. [http://infosiap.siap.gob.mx:8080/agricola\\_siap\\_gobmx/ResumenProducto.do](http://infosiap.siap.gob.mx:8080/agricola_siap_gobmx/ResumenProducto.do)
- Sharpe, P. (1998). Sugar cane: Past and present. En *Ethnobotanical leaflets*. Southern Illinois University Carbondale. <https://opensiuc.lib.siu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1388&context=abl>
- Silva, G.S., y Souza, M.M. (2020). Origin of the cultivated passion fruit *Passiflora edulis* f. *flavicarpa* and genomic relationships among species of the subgenera *Decaloba* and *Passiflora*. En *Plant Biology*, 22, 533-540. <https://doi.org/10.1111/plb.13100>
- Takeo, T.A.; Mapes, C.; Mera, L.M.; Serratos, J.A., y Bye, R.A. (2009). *Origen y diversificación del maíz*. UNAM/CONABIO.
- Wu, G.; Terol, J.; Ibanez, V., et al. (2018). Genomics of the origin and evolution of Citrus. En *Nature*, 554, 311-316. <https://doi.org/10.1038/nature25447>
- Zizumbo-Villarreal, D. (1996). History of coconut (*Cocos nucifera* L.) in Mexico: 1539-1810. En *Genetic Resources and Crop Evolution*, 43: 505-515. <https://doi.org/10.1007/BF00138827>

## Acerca de Nico Mejía

Originario de Manzanillo, Colima, Nico Mejía es un chef e investigador apasionado por la cocina colimota.

Graduado en Artes Culinarias del Culinary Art School, ha trabajado en prestigiosos restaurantes con estrellas Michelin como The Frères Ibarboure (Francia), Can Fabes (España) y La Capinera (Italia), y fue sous chef en la Rosa Náutica (Perú).

Autor de la serie de libros sobre la gastronomía de Colima. Es director de la plataforma Colima Sabe y profesor sobre la única materia en cocina colimense en la maestría del Culinary Art School de Tijuana.

En 2015, su restaurante Cortez, en Guadalajara, fue considerado dentro de los “3 to eat” por la *New York Magazine*.

Fue conductor del programa televisivo *Cocineros Mexicanos* y actualmente es copropietario de los restaurantes La Sal y Casa Rangel, ambos en Manzanillo.



*Valles de Colima. Cocina de encuentro y mestizaje*, de Nico Mejía, fue editado en la Dirección General de Publicaciones de la Universidad de Colima, avenida Universidad 333, Colima, Colima, México, [www.ucol.mx](http://www.ucol.mx) y en Editorial Colima Sabe, Artículo 123, número 20, Manzanillo, Colima, México. La edición digital se terminó en junio de 2025. En la composición tipográfica se utilizó la familia Caslon Pro. Programa Editorial no periódico: Eréndira Cortés Ventura. Gestión administrativa: María Inés Sandoval Venegas. Cuidado de la edición y diseño de interiores para publicación digital: José Augusto Estrella.

Como cuencos, los siete valles de Colima —Tecomán, Armería, Ixtlahuacán, Colima, Coquimatlán, Manzanillo y Cihuatlán— han acopiado la riqueza de todo el territorio colimote. En ellos se ha plasmado la diversidad de los climas de la región y sus productos, pero también han sido el espacio en el que han impactado las dinámicas económicas y sociales que han transformado la cultura alimentaria en los últimos 500 años.

Por fortuna, la resistencia cultural ha permitido conservar ingredientes y técnicas que, con el tiempo, se han asentado como parte de la identidad de cada comunidad. Los chigüilines de Coquimatlán, el menguiche o la sopa de pan de los valles en torno a la capital, los tamales de chococo de Ixtlahuacán y hasta las fiestas charrotaurinas de Villa de Álvarez, por mencionar algunos ejemplos de la gastronomía viva, son un legado y un testimonio de los distintos pueblos que han transformado y enriquecido las cocinas de los valles.

*Valles de Colima* es el cuarto libro de la serie “Colima. Una gran travesía gastronómica”, un proyecto editorial sin precedentes que recopila recetas, ingredientes, cocineros y cocineras, productores, expresiones e historias que conforman la rica tradición culinaria de la región colimota.

ISBN (UCOL): 978-607-8984-89-3



9 786078 984893

ISBN (Colima Sabe): 978-970-96685-0-6



9 789709 668506



UNIVERSIDAD DE COLIMA

EDITORIAL  
*Colima*<sup>be</sup><sub>S</sub>