Sabores de México

Susana Larrañaga Berasaluce
Università degli Studi di Napoli L'Orientale

FICHA DE LA ACTIVIDAD

1. Objetivos:

- Acercar al alumno a una de las gastronomías más conocidas en el mundo, la mexicana.
- Trabajar con el léxico relacionado con los alimentos y ampliarlo con palabras mexicanas.
- Dar instrucciones y hablar de experiencias pasadas.
- Fomentar el intercambio de conocimiento del mundo y de experiencias personales.

2. **Nivel específico recomendado:** B2/C1 (MCER).

3. Tiempo: dos sesiones de clase.

4. Materiales: fichas de trabajo fotocopiadas, diccionarios, Internet como soporte para el vídeo y material disponible en la Red.

5. Dinámica: individual / parejas / grupos.

1. DESARROLLO

A. Esta actividad se ocupará de la gastronomía mexicana que tiene más de ocho mil años de tradición y es aspirante a formar parte del Patrimonio Mundial de la Humanidad.

Para comenzar, planteamos como preactividad un pequeño ejercicio en el cual les daremos una serie de alimentos (verduras, hortalizas, frutas, etc.) para que ellos decidan cuáles son de origen americano y cuáles no. Posteriormente hablaremos de los alimentos mexicanos.

– A continuación, tienes una serie de alimentos que conoces, pero ¿sabes cuáles se introdujeron en Europa con el descubrimiento de América? Luego, comprueba con tu compañero.

> boniato, judías, dátiles, calabaza, acelgas, maíz, habichuelas, apio, rábano, piña, níspero, tomate, cebolla, chile, arroz, frijoles, patata, pavo, cerdo, chocolate

– Y ahora, ¿sabrías decir cuáles son originarios de México? Utiliza un diccionario para descubrirlo.

B. Una vez situado al alumno en el país del que trata la actividad (México), pasaremos a explicar su gastronomía. Trabajarán en parejas y, gracias a un mapa de México, situaremos algunos de los platillos típicamente mexicanos en sus regiones correspondientes. Se ha optado por hacer una selección, pero es readaptable pudiéndose ampliar. Con este ejercicio, se busca que el alumno se familiarice no solo con el vocabulario gastronómico, sino también con la geografía del país. Los datos sobre los ingredientes los damos a continuación (véase anexo 1). ¡Los siguientes datos los escribirán en su correspondiente mapa!

Algunos datos de interés:

Nombre oficial: Estados Unidos Mexicanos (32 estados)

Capital: Ciudad de México (D.F.)

Superficie: 1.972.550 km²

Límites: al norte con Estados Unidos y al sur con Belice y Guatemala y está bañado al este por el mar Caribe y por el oeste por el océano Pacífico

Número de habitantes: 95.772.462

Lenguas: Español (oficial), más 66 lenguas amerindias

Moneda oficial: 1 peso = 100 centavos

Los Estados, platos e ingredientes:

1. Baja California: capirotada (dulce de pan frito bañado con jarabe dulce, queso, cacahuete y pasas).
2. Chihuahua: menudo norteño (vísceras de vaca picadas y cocidas con maíz ancho y salsa de chile colorado).
3. Veracruz: tegogolo (caracol con salsa de chile, tomate, cebolla y lima).
4. Tamapulinas: huatape de camarón (camarones en una salsa de maíz molido, chile poblano o de color y tomate verde).
5. Aguascalientes: pollo san Marcos (pollo a base de frutas típicas de esta región).
6. Hidalgo: pastes (empanada rellena con papa, perejil, carne molida de res y pimienta negra).
7. Puebla: chiles en nogada (chiles grandes rellenos de carne, piña, granada, pasas y piñones).
8. Guerrero: cebiche (trozos de pescado o marisco macerado en limón verde).
9. Oaxaca: tamales (pasta de harina de maíz con algún relleno, salado o dulce, envuelta en una hoja de maíz o plátano).
10. Tabasco: frijoles de Tabasco (alubias negras con cerdo, chile, cebolla, rábano, cilantro y limón).
11. Michoacán: sopa tarasca (frijoles cocidos y molidos con chile pasilla).
12. Jalisco: torta ahogada que se compone de bolillo (panecillo tipo viena) al que se le agrega trozos de carnitas fritas de cerdo, bañadas por una salsa de jitomate y por una salsa de chile.
13. Chiapas: arroz con granadas (arroz con granos de granada y trozos de plátano).
14. Yucatán: cochinita pibil (carne de cerdo adobada en achiote, envuelta en hoja de plátano y cocida).

C. Uno de los elementos importantes en la gastronomía y en la cultura mexicana es el chocolate. De ahí que se dedique una especial atención a esta bebida y al cacao. Muchas son las leyendas entre los pueblos de Mesoamérica (centro, sur y sureste de México, Guatemala, Honduras, El Salvador, el occidente de Nicaragua y el noroeste de Costa Rica) en torno al origen del cacao. La que presentamos a nuestros alumnos es la del dios azteca Quetzalcoatl. Se trabajará el uso de los pre-

téritos (perfecto/indefinido/imperfecto) del indicativo y la capacidad del alumno para narrar historias.

¿Sabes quién es Quetzalcóatl? Ahora te lo presentamos, pero tienes que dar tú un final a su historia. Después votaréis cuál es el favorito, el profesor os dará la versión definitiva. ¡Dejad volar vuestra imaginación! Recuerda los usos de los pretéritos en tu narración.

> Blanco, alto, corpulento, de frente ancha, de ojos negros y barba tupida de oro rizado y blancas alas era Quetzalcóatl, el sumo sacerdote de Tula, dueño de los vientos y adorado por los pueblos toltecas en la remota antigüedad de México. Nadie supo nunca de dónde vino, pero como era sabio y prudente, enseñó a su pueblo las artes de fundir y trabajar la plata, y le dio el don de una planta que había robado a los dioses, de la cual, obtenían una bebida que, pensaban, solo les estaba destinada a ellos. Quetzalcóatl plantó el arbolito y el arbolillo dio sus frutos y recogió las vainas, hizo tostar el fruto (cacao), enseñó a molerlo a las mujeres, y a batirlo con agua en las jícaras, obteniendo así el chocolate, que en el principio solo tomaban los sacerdotes y los nobles.
>
> En tiempos de Quetzalcóatl el pueblo recibió los beneficios de los dioses, por lo que nada faltaba a los habitantes de la dichosa Tula. Pero vino el tiempo malo y la fortuna de Quetzalcóatl y los toltecas… [CONTINÚA]

Ahora la versión del profesor:

> Los dioses vinieron a la tierra con el propósito de destronarlo. Uno de ellos, disfrazado de viejo hechicero, pidió hablar con el rey para ofrecerle una esencia. El rey bebió el líquido blanco hecho de magueyes que el hechicero le ofreció, se embriagó, con gran regocijo del hechicero, y bailó y gritó ante el escándalo del pueblo. Después se durmió, y, al despertar, con la boca amarga y en la cabeza un dolor profundo, se dio cuenta de que los dioses lo habían deshonrado. Quetzalcóatl decidió marcharse y se dirigió al mar hacia la llamada Nonoalco –en las playas de lo que hoy es Tabasco– y allí arrojó, por última vez, las semillas del cacao, que bajo su mano florecieron. Después entró en el mar y, aprovechando un rayo de luz de la estrella de la tarde, se volvió a su morada de luz.
>
> Y ahora sabemos por qué ya no florece el cacao en el Altiplano y solamente se le cosecha en tierras lejanas, donde pasó sus últimas horas el dios luminoso, el dador de la bebida de los dioses: el chocolate.

(Adaptación de http://elportaldemexico.com/arteculinario/chocolatecharla.htm)

D. A continuación, nos centraremos en los dos productos estrella de la actividad: el chocolate y el chile. Para comenzar, lo haremos a través de expresiones populares mexicanas que nos van ya preparando el paladar (amargo/dulce/picante) ¡qué combinación de sabores!

Aquí tienes una serie de frases idiomáticas mexicanas sobre dos alimentos característicos: el chocolate y el chile. Con tu compañero, busca su significado ordenando el siguiente cuadro. Podéis utilizar el diccionario.

Expresiones	Significados
1. Dale una sopa de su propio chocolate	A. Medio borracho.
2. A medios chiles	B. Ser una persona muy inquieta.
3. Estar como agua para chocolate	C. Decir algo con sinceridad.
4. Dar puro chile	D. Indica una hemorragia nasal.
5. ¡Le hicieron chocolate!	E. Estar muy enfadado.
6. Es como un buen chocolate, no tiene asiento.	F. Sin preparación, por pura confianza en uno mismo.
7. Ni amor reanudado, ni chocolate recalentado	G. Hacerlo a la fuerza, a como dé lugar.
8. ¡A chile!	H. Ser un tacaño.
9. Hablar a chile pelón	I. Segundas partes nunca fueron buenas.
10. Hacer algo al puro chile	J. Poner poca atención, para ese momento.

Estos dos alimentos son básicos en la gastronomía mexicana y están presentes en fechas especiales para los mexicanos como son: bodas, bautizos, fiestas navideñas, etc.

D1. Empezaremos con el día de Reyes (6 de enero) para lo cual utilizaremos una novela mexicana de fama internacional, *Como agua para chocolate*, de Laura Esquivel (1990). En el capítulo IX, encontramos a la protagonista, Tita, que está preparando el chocolate y la rosca de Reyes para ese día tan especial…

> Mientras Tita daba forma a las tablillas de chocolate, añoró con tristeza los días de Reyes de su infancia. Su mayor preocupación en esa época era que los Santos Reyes nunca le traían lo que ella pedía, sino lo que Mamá Elena pensaba que sería lo más adecuado para ella. Hasta hacía algunos años no se había enterado de que la causa por la que en una sola ocasión sí recibió el regalo esperado fue porque Nacha se pasó algún tiempo ahorrando de su salario para comprarle un «cinito» que había en el aparador de una tienda.[...] ¡Si pudiera volver un solo momento a aquella época para traerse de regreso un poco de alegría de esos instantes y poder preparar la Rosca de Reyes con el mismo entusiasmo de entonces!

1. ¿Hay algún plato o sabor que te recuerde, como a la protagonista, una etapa de tu vida? Haz una pequeña historia.

Ejemplo: De pequeña me encantaba que mi madre me preparara arroz con leche…

D2. Pero... ¿sabes qué significa «chocolate»? Di si es verdadero o falso.

1. Del verbo maya *chokola'j* que significa tomar chocolate juntos V/F
2. De la palabra yucateca *chocol haa* que significa bebida caliente V/F
3. Del náhuatl *xocóatl* que significa agua amarga V/F

La respuesta es que no se sabe con certeza, la explicación más razonable posiblemente sea que los españoles hayan creado una nueva palabra. Pero ¿cómo se prepara el chocolate mexicano tradicional (agua + chocolate de metate o casero + azúcar negro)? Para descubrirlo volvemos al capítulo IX de la novela donde nos da las instrucciones. Con este ejercicio, repasamos verbos de cocina y practicamos las formas del imperativo o el *se* impersonal. En parejas, completad las instrucciones para preparar el chocolate mexicano tradicional con los verbos que faltan (podéis utilizar el diccionario).

ponerse / servirse (2) / apartarse (3) / batirse (2) / volverse (2) necesitarse / dar (2) / deshacerse

> La impericia al batirlo puede ocasionar que un chocolate de excelente calidad se convierta en detestable o por su falta de conocimientos o por estar pasado de punto, o muy espeso o aún quemado. El método para evitar todas las fallas anteriores es muy sencillo: _____ en la lumbre una tablilla de chocolate con agua. La cantidad de agua debe ser un poco mayor que la que _____ para llenar el pocillo en que se ha de hervir. Cuando da el primer hervor, _____ del fuego y _____ la tablilla perfectamente, _____ con el molinillo hasta que esté bien incorporada con el agua. _____ a la hornilla. Cuando_____ otro hervor y quiera subir, _____ de la lumbre. En seguida se vuelve a poner y así hasta que _____ el tercer hervor. Entonces, _____ por última ocasión y _____. _____ la mitad en el pozuelo y _____ a batir el restante. Entonces, _____ todo dejando la superficie cubierta de espuma. [...] El chocolate hecho con agua es de mejor digestión que el de leche.
>
> **Molinillo:** Es un artefacto tradicional, compuesto de una sola pieza de madera de aproximadamente 35 cm de largo. Se usa para batir chocolate.
>
> **Pocillo:** Pieza semejante a una taza y bastante simple, puesto que carece de asas.

D3. Continuamos nuestro viaje gastronómico por este país de contrastes…y si el cacao es uno de los ingredientes básicos de las bebidas prehispánicas (chocolate), el chile es uno de los distintivos de la cocina mexicana. Daremos a nuestros alumnos algunas nociones sobre este ingrediente, después de visionar un vídeo

sobre el mole poblano con un posterior ejercicio de comprensión auditiva les invitaremos (en grupos de 3) a buscar en Internet la receta del mole poblano o en su defecto otro, y para finalizar confeccionarán su propio dossier de clase con las distintas recetas e ingredientes ¡que pueden llegar a ser 40! En este dossier incluimos todos los ingredientes aparecidos a lo largo de la actividad (anexo 1)

> «Chile» (procede del Náhuatl «fruto picante»): Ya en la época prehispánica era ampliamente utilizado en Mesoamérica, donde se le apreciaba por sus propiedades aperitivas. Desde entonces, se acostumbraron a su picor y, a lo largo de los siglos, sigue siendo para millones de mexicanos algo imprescindible en la comida. En la cocina actual ocupa un papel importante: moles, tamales, salsas, chiles rellenos, enchiladas y antojitos, por nombrar algunos.

Ahora nos vamos a ocupar del primer platillo con el siguiente vídeo realizado durante el Fórum de las Culturas (Barcelona, 2004). Lo podemos encontrar en:

http://www.barcelona2004.org/esp/eventos/cocina/ficha.cfm?IdEvento=1832

Una *chef* mexicana nos va a explicar algunas cosas sobre el mole poblano. Después de ver el vídeo, contesta a estas preguntas y justifica tu respuesta.

	Verdadero	Falso
1. El origen de la palabra «mole» es maya.		
2. El mole poblano se debió a un error.		
3. Al virrey español le encantó.		
4. Los ingredientes de este plato son menos de 10.		
5. Este plato lleva chocolate.		
6. Según la *chef*, el picor de los chiles está en las semillas.		

¿Existe solo este tipo de mole? ¿Por qué no os animáis a buscar la receta en Internet? En grupos de tres, buscar la receta del mole poblano, mole negro, mole prieto, mole verde, mole michoacano, mole de pistacho… ¡hay tantos!

Buscando estas recetas os encontraréis con nombres de ingredientes conocidos, otros no y algunos que reciben nombres diversos en España y en México. Clasificarlos en el siguiente cuadro. ¡Veis lo *rico* que es el español! Podéis utilizar como diccionarios las siguientes direcciones si no hay diccionarios en clase:

http://www.euroresidentes.com/Alimentos/diccionario_gastronomico/ Portal europeo que incluye un diccionario de cocina, alimentación y gastronomía.

http://www3.unileon.es/dp/dfh/jmr/dicci/006.htm Página sobre variantes del español. Incluye enlaces a diccionarios mexicanos.

chiles	especias	frutos secos	verduras	otros ingredientes

Acabaremos la actividad planteando un debate sobre la gastronomía mexicana, comparándola con la del país/es de los alumnos.

BIBLIOGRAFÍA

CLAVÉ, Montse. (1995). *Cocina Mexicana*. Barcelona: Serbal.
ESQUIVEL, Laura. (1990). *Como agua para chocolate*. Barcelona: Mondadori.

Webs

Viaje al pasado: los aztecas. Página sobre el México prehispánico para practicar los pasados a través de distintos tipos de ejercicios:
http://www.ccdmd.qc.ca/ri/aztecas/

Español en México. Página de vídeos situacionales con transcripciones en español e inglés:
http://langmedia.fivecolleges.edu/collection/lm_mexico/

Gastronomía Mexicana. Web del Colegio Superior de Gastronomía donde encontramos recetas, reportajes, historia, restaurantes:
http://www.gastronomiamexicana.com.mx/

La cocina mexicana. Todo sobre la cocina mexicana: Platillos típicos, Glosario, Sopas, Aves, Huevos, Verduras, Antojitos, Carnes, Salsas, Mariscos, Postres, Bebidas...
http://mexico.udg.mx/cocina/

Univisión. Web de este canal hispano donde dedica una sección a la cocina, encontrando recetas, reportajes, cocinando con famosos y vídeos de estas recetas en algunos de los programas de esta televisión (distintas gastronomías hispanoamericanas):
http://www.univision.com/content/channel.jhtml?chid=10&schid=1936&secid=10672

Cacao y chocolate, mucho más que un placer. Página del Instituto del cacao y el chocolate, ofrece información de diverso tipo: procedencia, historia, beneficios, recetas, curiosidades…
http://www.chococao.com/

El chocolate es cacao. Charla realizada en la ciudad de Buenos Aires (Argentina) 2003 donde se tratan diversos aspectos:
http://elportaldemexico.com/arteculinario/chocolatecharla.htm

Moles mexicanos. Historia del surgimiento de este platillo en la gastronomía mexicana, así como recetas de los moles más conocidos del país:
http://fogonrecetas.iespana.es/fogonrecetas/moles/el_mole.htm

Fórum Barcelona 2004. Dentro de la sección *cocinas de la diversidad*, dedicaron una sesión al mole mexicano:
http://www.barcelona2004.org/esp/eventos/cocina/ficha.cfm?IdEvento=1832

Diccionarios. Sobre gastronomía y sobre las variantes mexicanas:
http://www.euroresidentes.com/Alimentos/diccionario_gastronomico/
http://www3.unileon.es/dp/dfh/jmr/dicci/006.htm

SOLUCIONES

A. Traídos de América: boniato, judías, calabaza, maíz, habichuelas, piña, tomate, chile, frijoles, patata, pavo y chocolate.

D.

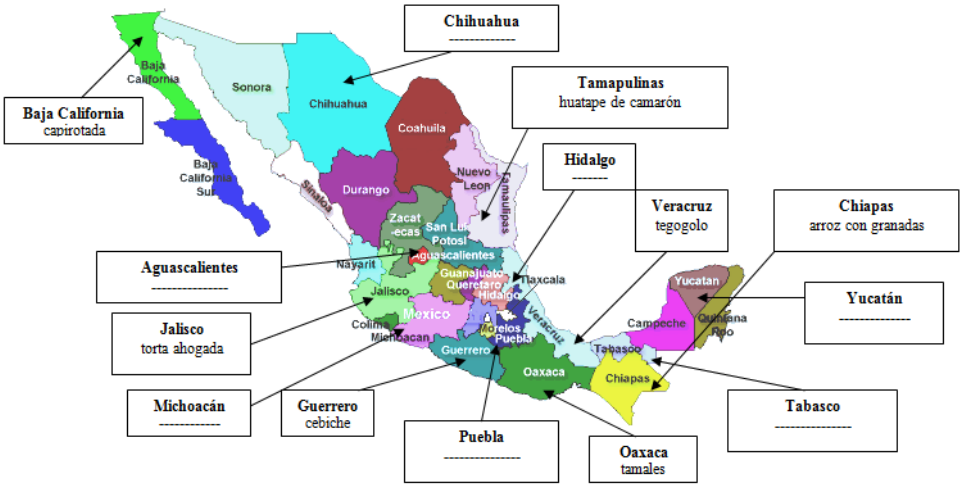
Expresiones	Significados
1. Dale una sopa de su propio chocolate	J. Pagar con la misma moneda.
2. A medios chiles	A. Medio borracho
3. Estar como agua para chocolate	E. Estar muy enfadado
4. Dar puro chile	H. Ser un tacaño
5. ¡Le hicieron chocolate!	D. Indica una hemorragia nasal
6. Es como un buen chocolate, no tiene asiento	B. Ser una persona muy inquieta
7. Ni amor reanudado, ni chocolate recalentado	I. Segundas partes nunca fueron buenas..
8. ¡A chile!	G. Hacerlo a la fuerza, a como dé lugar.
9. Hablar a chile pelón	C. Decir algo con sinceridad.
10. Hacer algo al puro chile	F. Sin preparación, por pura confianza en uno mismo.

D2.

> La impericia al batirlo puede ocasionar que un chocolate de excelente calidad se convierta en detestable o por su falta de conocimientos o por estar pasado de punto, o muy espeso o aún quemado. El método para evitar todas las fallas anteriores es muy sencillo: *se pone* en la lumbre una tablilla de chocolate con agua. La cantidad de agua debe ser un poco mayor que la que *se necesita* para llenar el pocillo en que se ha de hervir. Cuando da el primer hervor, *se aparta* del fuego y *se deshace* la tablilla perfectamente, *se bate* con el molinillo hasta que esté bien incorporada con el agua. *Se vuelve* a la hornilla. Cuando *dé* otro hervor y quiera subir, *se aparta* de la lumbre. En seguida se vuelve a poner y así hasta que *dé* el tercer hervor. Entonces, *se aparta* por última ocasión y *se bate*. *Se sirve* la mitad en el pozuelo y *se vuelve* a batir el restante. Entonces, *se sirve* todo dejando la superficie cubierta de espuma. [...] El chocolate hecho con agua es de mejor digestión que el de leche.

Anexo 1. Mapa

ALUMNO A: Aquí tienes algunos *platillos* típicos de algunos Estados. Completa los que te faltan con tu compañero. Pregunta qué ingredientes lleva.



ALUMNO B: Aquí tienes algunos *platillos* típicos de algunos Estados. Completa los que te faltan con tu compañero. Pregunta qué ingredientes lleva.

