

# Históricas Digital

Ellen Messer

“Plantas alimenticias zapotecas: transformación de dos culturas”

p. 309-338

*Conquista y comida:  
consecuencias del encuentro de dos mundos*

Janet Long (coordinación)

Tercera edición

México

Universidad Nacional Autónoma de México  
Instituto de Investigaciones Históricas

2018

542 p.

Figuras

ISBN 978-970-32-0852-4

Formato: PDF

Publicado en línea: 13 de diciembre de 2019

Disponible en:

[http://www.historicas.unam.mx/publicaciones/publicadigital/libros/323/conquista\\_comida.html](http://www.historicas.unam.mx/publicaciones/publicadigital/libros/323/conquista_comida.html)



INSTITUTO  
DE INVESTIGACIONES  
HISTÓRICAS

D. R. © 2019, Universidad Nacional Autónoma de México-Instituto de Investigaciones Históricas. Se autoriza la reproducción sin fines lucrativos, siempre y cuando no se mutile o altere; se debe citar la fuente completa y su dirección electrónica. De otra forma, se requiere permiso previo por escrito de la institución. Dirección: Circuito Mtro. Mario de la Cueva s/n, Ciudad Universitaria, Coyoacán, 04510. Ciudad de México



## IV

### EL SINCRETISMO ALIMENTICIO



INSTITUTO  
DE INVESTIGACIONES  
HISTÓRICAS



## PLANTAS ALIMENTICIAS ZAPOTECAS: TRANSFORMACIÓN DE DOS CULTURAS\*

ELLEN MESSER  
Brown University  
World Hunger Program

Si se le pregunta a alguien en qué piensa cuando le hablan de Oaxaca, suele responder “en comida”: mole, mezcal o tal vez, si se inclina por las cosas dulces, los panes modelados y las calaveras de azúcar que se venden especialmente para Todos Santos. Esta cocina del sur de México se destaca de las demás por el empleo de suculentas salsas, preparaciones picantes características que utilizan toda clase de chiles, hierbas y semillas ricas en aceites. Un mosaico de sabores, texturas y colores crea una compleja paleta sensorial con maíz, frijoles, diversas semillas y frutas, y las hojas de cientos de plantas en múltiples combinaciones. Un *collage* de fragantes moles negros, rojos, amarillos y verdes, más espesos o más líquidos, que brillan por sus delicados aceites; maíz, frijoles y semillas de calabaza, combinados con docenas de tortillas y tamales de todas formas, tamaños y texturas, brindan un elocuente testimonio de la diversidad de procesos culinarios a que, en las ollas y comales de las cocineras oaxaqueñas, se somete a los elementos básicos y aparentemente simples de la cocina. Ésta es la cultura culinaria de la Oaxaca contemporánea, exaltada en la literatura, los libros de cocina y los tratados gastronómicos, tanto eruditos como populares.<sup>1</sup> Todos estos productos alimenticios —las centelleantes especias de las salsas, el ardiente licor de la planta de magüey, y las ideas religiosas que subyacen en los dulces de formas animales y humanas que se preparan para Todos Santos— dan un vívido testimonio de la exitosa fusión, en la cultura culinaria, de ideas y materiales indígenas y europeos.

Tras ver estas cápsulas de la cultura culinaria oaxaqueña, que siempre tiene a la mano sus ingredientes de todo México y hasta de más allá de sus fronteras, este ensayo

\* Le agradezco a Judith Zaeitlin sus comentarios y su colaboración con la bibliografía para la preparación de este artículo.

<sup>1</sup> Dolores Ávila Hernández, J. Bastarrachea Manzano, Alberto Díaz Cardosa, Katrin Flechsig Gran, Gabriel Moedano Navarro, Olivia Norman Mora, Guadalupe Pérez San Vicente, Gisela Salinas Sánchez, Ma. Cristina Suárez y Farías, Luis A. Vargas Guadarrama, *Atlas Cultural de México*, México, Secretaría de Educación Pública, Instituto Nacional de Antropología e Historia, Grupo Editorial Planeta, 1988.

se ocupará de analizar la importancia de los vegetales comestibles indígenas e introducidos en los sistemas alimentarios y en las estructuras dietéticas de un pueblo zapoteca indígena, San Pablo Mitla. Aquí rastreamos, de manera más sistemática, y a través de los productos vegetales, el encuentro de dos culturas y dos cocinas. Nuestra historia va más allá de un simple listado de las plantas alimenticias que introdujeron los europeos en el siglo XVI, para tomar en consideración dónde encajaban las nuevas plantas o las nuevas ideas culinarias en la estructura de la comida de la cultura de las poblaciones indígenas y, después, de las mestizas.

Gracias a las *Relaciones geográficas* de 1580 sabemos qué frutas, vegetales, granos y ganados procedentes de España acompañaron a los españoles que llegaron a Oaxaca, tal como ocurrió en otros lugares de México. No obstante, las nuevas plantas y productos se integraron en la dieta indígena local de manera selectiva: como condimentos y especias; como artículos suntuarios o complementarios (panes y frutas), y como elementos de preparaciones especiales (el azúcar y la canela en el chocolate, los condimentos adicionales en salsas para las fiestas, como el mole, y las bebidas alcohólicas destiladas para complementar las tradicionales bebidas fermentadas). Aunque en todo Oaxaca se cultivaban en abundancia los productos procedentes de España, sólo los españoles y las elites nativas tenían acceso fácil al pan español, a la carne de animales domésticos y a otros artículos alimenticios característicos, que sustituían a los comestibles nativos.<sup>2</sup> En esas circunstancias, los productos alimenticios introducidos por los españoles no sustituyeron a la dieta nativa, que seguía basándose en el maíz, el frijol, la calabaza, los aguacates y los chiles, así como en productos de recolección.<sup>3</sup> Las ideas hispanas sobre la estructura de la dieta tampoco alteraron las ideas tradicionales zapotecas. Los nuevos productos se adecuaban a la práctica de la cocina y los hábitos del lugar, de acuerdo con las creencias y costumbres existentes al respecto. Además, esta estructura de la dieta parece haber permanecido inalterada aunque los artículos alimenticios cambiaron drásticamente, sobre todo en las últimas décadas, gracias a la prolongación de la carretera panamericana y al transporte por carretera, así como a la distribución más amplia de alimentos de producción o venta comercial.

Para apoyar estos hallazgos hay tres enfoques posibles. El primero consiste en llevar a cabo un análisis local o regional de *sistemas alimentarios y construcción de la dieta*,<sup>4</sup> haciendo especial hincapié en el lugar que ocupan las plantas importadas y las autóctonas en la construcción cultural de la cocina y de los regímenes nutricionales. El segundo implica revisar las fuentes etnohistóricas y lingüísticas (dicciona-

<sup>2</sup> Véase p.e. Joseph Whitecotton, *The Zapotecs*, Norman, University of Oklahoma Press, 1977, p. 178; Ronald Spores, *The Mixtecs in Ancient And Colonial Times*, Norman, University of Oklahoma Press, 1984, p. 75.

<sup>3</sup> *Ibid.*; véase también John Chance, *Conquest of the Sierra*, Norman, University of Oklahoma Press, 1989.

<sup>4</sup> El análisis está basado en la estructura teórica producida en Ellen Messer, "Diet in Cross-Cultural Perspective", en *Annual Review of Anthropology*, 13, 1974, p. 205-250, y Ellen Messer, "Methods for Studying Determinants of Food Intake", en G. Peltó, P. Peltó y E. Messer, comps., *Research Issues in Nutritional Anthropology*, Tokyo, United Nations University Press, 1989.



rios) del siglo XVI (o algo posteriores) que brindan conjuntos complementarios de datos en presencia o ausencia de plantas alimenticias no específicas, así como ciertos principios de su integración en el pensamiento y la práctica dietéticas: las fuentes documentales permiten percibir de qué manera los productos vegetales españoles representaban señales de estatus de elite, o, en términos más generales, de hispanización de la dieta; las listas de palabras brindan evidencias de que la gente estaba familiarizada con ciertas plantas y que seguía ya principios sistemáticos para nombrarlas.

El tercer enfoque consiste en seleccionar el acontecimiento cultural fundamental que se centra en la comida y el sistema alimentario, que en este caso es la fiesta de Todos Santos (Día de Muertos, que se celebra del 1 al 3 de noviembre), y analizar los alimentos que se presentan y sus significados, así como la forma en que se relacionan con los cambios que en materia de cultura alimentaria y religión se han producido desde el encuentro del siglo XVI. Con énfasis en el primer enfoque, y apoyándome en datos etnobotánicos y etnográficos reunidos en Mitla, Oaxaca,<sup>5</sup> extraigo hasta donde es posible evidencias de los dos últimos para describir la transformación de dos culturas (la zapoteca y la española católica) por medio de las comidas de Oaxaca.

#### LA COMIDA Y EL ENTORNO CULTURAL

Por su lenguaje y sus costumbres San Pablo Mitla sigue siendo un pueblo predominantemente zapoteca, aunque bilingüe, en los cerros al sur de Oaxaca, más o menos a una hora de autobús desde la capital del estado, la ciudad de Oaxaca. Ubicado junto al río Salado, incluye zonas de vegetación de aluvión fluvial (1600-1700 m), de aluvión alto, de arbustos espinosos (piedemonte) y de bosques de pinos y robles (1850-2000 m). La mayor parte de la actividad agrícola tiene lugar durante la temporada de lluvias, desde mayo-junio hasta septiembre, aunque las riberas del río, que cuentan con una humedad más permanente, pueden producir dos cosechas anuales de maíz. Las zonas de aluvión y de piedemonte permiten cultivar los productos básicos de la dieta: maíz, frijoles y calabazas, a alturas ligeramente diferentes y en condiciones de humedad del suelo algo distintas. También proporcionan especies espontáneas de hierbas jóvenes y tiernas para el consumo humano, y muchas más, en todas las etapas de maduración, para consumo del ganado.

<sup>5</sup> Véase Ellen Messer, *Zapotec Plant Knowledge: Classification, Uses and Communication About Plants in the Valley of Oaxaca, Mexico*. Memoirs of the University of Michigan Museum of Anthropology, n. 10, part 2, 1978; Ellen Messer, "Hot-Cold Classification: Theoretical and Practical Implications of a Mexican Study", en *Social Science and Medicine*, 158, 1981, p. 133-145; Ellen Messer, "Some Like It Sweet: Estimating Sweetness Preferences and Sucrose Intakes from Ethnographic and Experimental Data", en *American Anthropologist*, 88, 1986, p. 637-647; Ellen Messer, "The Hot and Cold in Mesoamerican Indigenous and Hispanicized Thought", en *Social Science and Medicine*, 25, 4, 1987, p. 146-339; Ellen Messer, "Systematic and Medicinal Reasoning in Mitla Folk Botany", en *Journal of Ethnopharmacology*, 33, 1991, p. 107-128.



Los encomenderos hacen cuentas del tributo, *Códice de Yanhuitlán*



Además, todas las zonas de vegetación brindan hierbas comestibles y medicinales, frutas comestibles y flores ornamentales que la gente sigue recogiendo cuando están en temporada. En los huertos domésticos se producen todo el año hierbas, vegetales y frutas adicionales (así como aves y otros animales domésticos pequeños), todo lo cual forma parte de la economía diversificada de esas familias. Como pocas unidades domésticas son autosuficientes en materia alimentaria, la gente también adquiere comida en el pueblo o en los mercados periódicos, en negocios particulares y en la tienda gubernamental Conasupo.

Aparte de construir la dieta de acuerdo a criterios ecológicos y económicos, el otro gran principio que estructura la dieta local es el religioso: el ciclo de fiestas. San Pablo Mitla es predominantemente católico, y mantiene creencias y prácticas que combinan las costumbres católicas y las costumbres étnicas zapotecas. La comida constituye el vocabulario simbólico esencial que marca las estaciones rituales, y el intercambio de alimentos es el principal vector para expresar las relaciones sociales. Entre las fiestas “indias” destaca Todos Santos (*togol*, en zapoteco), que cada día 1 de noviembre celebra el regreso de las almas de los muertos al pueblo y a las casas. Al igual que cualquier otro ritual, tiene sus comidas y preparaciones distintivas; a diferencia de otras fiestas, utiliza muchos más alimentos vegetales y símbolos.

En su etnobotánica —es decir, la gama completa de sus relaciones con su mundo vegetal— los zapotecas de Mitla identifican por el aspecto, el olor, el sabor u, ocasionalmente, el tacto, cerca de doscientos tipos de plantas silvestres, cultivadas o foráneas de venta en el mercado.<sup>6</sup> Las plantas comestibles, muchas de las cuales se usan también como medicinas, se clasifican según la categoría nombrada, el sabor conocido y características adicionales referentes a la salud. Forman parte de la dieta como alimentos básicos principales (los carbohidratos fundamentales de la dieta); alimentos secundarios (almidones y proteínas); condimentos y aderezos, o *snacks* (como frutas y nueces). Todas las categorías incluyen algunas plantas introducidas por los españoles. Los artículos de la dieta pueden clasificarse también de acuerdo con su fuente de procedencia: áreas de recolección, agricultura y horticultura.

### *La recolección*

Si bien el cultivo del maíz tiene una larga historia en el valle de Oaxaca y en Mitla, tenemos buenas evidencias de que la gente siempre siguió recolectando, además de practicar la agricultura y como parte de la misma.<sup>7</sup> Se pueden distinguir dos tipos de recolección: 1) la explotación de recursos vegetales silvestres fuera del sistema de campos agrícolas basados en el maíz, y 2) la cosecha de plantas comestibles que crecen dentro de los sistemas de campos agrícolas.

<sup>6</sup> Ellen Messer, *Zapotec Plant Knowledge*, 1978.

<sup>7</sup> Véase Ellen Messer, *Zapotec Plant Knowledge*, 1978, p. 77-88.

Entre los alimentos que se recolectan fuera de los campos agrícolas se cuentan numerosas frutas estacionales, hongos, algunas nueces y tubérculos, e insectos. Los alimentos que siguen recogiendo los pastores o quienes puedan sentir hambre o sed incluyen diversos frutos silvestres de *Opuntia* spp. y *Mamillaria* sp., frutos del olmo (*Celtis* sp.), “manzanitas” silvestres (*Arctostaphylos* spp.), en temporada, y pequeños tubérculos silvestres (*Phaseolus* u *Oxalis* spp.) Entre otras especies que, según se recuerda, son comestibles en tiempos de hambruna se cuentan el mezquite (*Prosopis laevigata*) (Willd) M. S. Johst, de cuyas vainas se dice que posiblemente sean nutritivas pero que son “demasiado dulces”. Otros dos productos son la carne de *Echinocactus* sp., que se puede moler con pequeñas cantidades de masa de maíz para hacer rendir las tortillas, o cristalizar (como sustituto “gratuito” de la calabaza cristalizada), y la inflorescencia del maguey (*Agave* spp.), que también se molía y se mezclaba con la masa de las tortillas para que rindiese el maíz. La última hambruna se produjo en 1915-1916, época de sequía, plagas de langostas y guerra, pero tanto el tallo floral del maguey como la carne de los frutos de los cactus se convierten en artículos deseables para preparar dulces caseros cuando sube el precio de otros dulces, como ocurrió en 1974.

La mayor parte de las plantas que, según se sabe, se consumían en la época prehispánica sigue formando parte —aunque pequeña— de la dieta,<sup>8</sup> y también se comen otras especies no agrícolas. Antes del desarrollo del moderno transporte de larga distancia en México y de la distribución de maíz y otros alimentos subsidiados, a través de los canales gubernamentales, esas plantas de recolección eran esenciales cuando fracasaba una cosecha, y también estacionalmente, sobre todo en la época de lluvias previa a la siguiente cosecha de maíz. Aunque la economía alimentaria depende desde hace mucho del maíz, los registros históricos, incluyendo las *Relaciones geográficas* de 1580, indican que las fuentes silvestres de alimento, sobre todo el maguey, el nopal y muchas otras hierbas silvestres, seguían teniendo importancia, y que la recolección de alimentos persistió junto con la agricultura del maíz, sirviendo de alimento a la gente cuando éste escaseaba. La información acerca del potencial comestible del ecosistema se conserva de año en año a través de la práctica actual. También se almacena tanto vertical cuanto horizontalmente en el sistema cultural, ya que la generación más vieja retiene el conocimiento acerca de los comestibles con que se alimentó en los años de hambruna, y los elementos socioeconómicamente marginales del pueblo o de poblaciones circundantes siguen recolectando. Una y otros representan fuentes de información acerca de qué se puede comer y dónde se encuentran esos alimentos.<sup>9</sup>

La segunda forma de recolección es la cosecha de hierbas comestibles en los sistemas de campos. Se explotan cuatro especies de hierbas que se comen cocidas: quintonil (zapoteco: *guladz*), *Amaranthus hybridus* L.; violeta (zapoteco: *lakh*), *Anoda*

<sup>8</sup> Ellen Messer, “Patterns of ‘Wild’ Plant Consumption in Oaxaca, Mexico”, en *Ecology of Food and Nutrition*, 1, 1972, p. 324-332.

<sup>9</sup> Véase Ellen Messer, *Zapotec Plant Knowledge*, 1978, p. 81-82.



*cristata* (L.) Schlecht; chipiles (zapoteco: *shij*), *Crotalaria pumila* Ort., y beldobes (zapoteco: *bäldohb*), *Galinsoga parviflora* Cav. Los chipiles se recolectan también para hacer tamales de chipil, comida de bajo costo aunque requiere mucho trabajo. Otras especies que se utilizan como condimento pueden crecer en los campos o junto a ellos: epazote (zapoteco: *jitia?*), *Chenopodium ambrosioides* L., el condimento más importante de los frijoles negros; chapiche (zapoteco: *lya yodz*), *Porophyllum tagetoides* (HBK) DC, el principal condimento que se come crudo junto con los frijoles o las hierbas cocidas; yerba de conejo (zapoteco: *shkwam Kunef*), *Tridax coronopifolia* (HBK) Hemsl., ingrediente fundamental de las salsas “en amarillo”. En la actualidad por lo menos los dos primeros también se siembran en los huertos, junto con otras hierbas de olor y plantas medicinales, para disponer de ellas durante todo el año.

Como síntesis de una lección de este segundo tipo de recolección, la gente recoge, en sus campos de maíz, mucho más de lo que ha sembrado. Mientras la costumbre de sembrar juntos maíz, frijol y calabaza, en lugar de monocultivos de maíz, hace poco probable que los agricultores del área de Mitla lleguen a aceptar los herbicidas como estrategia para reducir las pérdidas debidas a las malas hierbas, la recolección de plantas comestibles representa un incentivo adicional para desyerbar a mano: la gente sigue comiéndose las hierbas que compiten en sus cultivos.

Antes de salir del terreno de la recolección, podemos mencionar los insectos, que también representan elementos selectos de la dieta. Entre los insectos que se recogen hay ciertas avispas que, en su etapa larvaria, se consumen crudas o asadas en el comal, con salsa. Los gusanos de maguey de color rojo claro (en zapoteco *bäldohb*; el nombre, que literalmente quiere decir “gusano de maguey”, resulta significativo, ya que es el término para el color rojo que se utiliza para describir el maíz), que viven en las raíces de *Agave* (y que tal vez sean el don de Oaxaca al mundo, ya que el gusano es el que señala el verdadero mezcal de Oaxaca), se comen en salsa, después de asarlos en el comal. Los chapulines, asados y mezclados con chile, ajo y limón, son un alimento favorito durante la temporada de cosecha. Tanto los gusanos de maguey como los chapulines son también, en sentido estricto, productos de los campos agrícolas.

### *La agricultura*

Los productos que se consumen más comúnmente son los básicos: maíz, frijol y calabaza, que se producen en los campos locales, se venden por las casas o se adquieren en las tiendas. El maíz sigue siendo una planta de extraordinario valor cultural entre los zapotecos y otros grupos indígenas de Mesoamérica. Todas las partes de la planta de maíz tienen nombre y sirven, directa o indirectamente, como fuente de energía alimentaria. *Yahl* (español: milpa) denota toda la planta o el campo de maíz y, al igual que en otras culturas mesoamericanas, tiene una importancia cultural especial; hay nombres específicos, relacionados con los seres humanos, para todas las etapas vitales

de la planta, y un nombre diferente para la semilla (*shob*; español: maíz). El maíz es la única planta del folklore de Mitla en cuyo descubrimiento y cultivo participan tanto héroes culturales como santos católicos. Los granos de maíz también siguen formando parte de ceremonias indígenas de curación para la pérdida del alma y la eliminación de verrugas, y se los emplea también en prácticas adivinatorias. Por último, toda la planta tiene una especial importancia cultural: sus distintas partes y etapas vitales tienen nombres que se vinculan con el ciclo vital de un ser humano.

El maíz sigue siendo clasificado por tipo, color y, en ocasiones, por características adicionales de ubicación o calidad. Todo el maíz se divide en dos categorías: criollo (el maíz local, indígena) e híbrido; el primero presenta granos grandes y suele tener buen rendimiento cuando se lo planta en la zona; el segundo tiene granos pequeños y es menos probable que se lo cultive; se lo distribuye comercialmente o a través de las tiendas subsidiadas por el gobierno (hay también una nueva categoría, *shob gobiern*, maíz “del gobierno”). En zapoteco hay una denominación conceptual para cuatro colores de maíz (blanco, amarillo, rojo, oscuro) y para el maíz pinto, aunque en general en Mitla sólo se cultivan y comen el maíz blanco y el amarillo; muchas otras variaciones de color tienen nombre en español. En otro trabajo sostuve que el esquema de clasificación de cuatro colores de maíz es cosmológico, más que estrictamente biológico; la cosmología zapoteca tanto antigua como actual incluye, entre otros elementos, un universo de cuatro lados o esquinas, en el que cada uno de los puntos cardinales está señalado por un color. El maíz, la más sagrada e importante de todas las plantas, con sus cuatro colores, brinda un conjunto de materiales siempre útiles para reiterar este orden del mundo. Los colores también resultan prácticos desde el punto de vista agrícola: reducen algunas de las variaciones que se advierten en la naturaleza a cuatro términos ricos en significado para denominar el esquema cosmológico, pero también codifican importantes distinciones agrícolas.

Los frijoles, que se cultivan por separado o junto con el maíz, son principalmente negros, o “chicos”; puede haber otras distinciones si se los siembra en la milpa. Otros frijoles, cultivados en el lugar o introducidos, se distinguen por su color y se los describe según el lugar de origen, el sabor o la calidad culinaria. Las calabazas (*gibt*), que se siembran junto con el maíz o en las huertas domésticas, se identifican de acuerdo con el nombre de la variedad, pero también hay denominaciones de las distintas partes de la planta (las hojas y los tallos que se emplean para hacer sopa, *kwan ya?*, las flores, los frutos y las pepitas).

Las únicas plantas adicionales que se cultivan junto con el maíz son garbanzos, que se siembran un mes después del maíz o cuando concluye la temporada de éste (de octubre a marzo) y, con muy poca frecuencia, girasoles. En otros tiempos a veces se sembraba trigo en las parcelas más altas, pero en la actualidad toda la harina se trae de fuera. Las tortillas o los atoles de harina de trigo se preparan muy raras veces; estos alimentos básicos siguen haciéndose de maíz. También se cultivan ocasionalmente unas pocas plantas de sorgo.



La principal influencia de la agricultura española, por lo tanto, se ha dado en la tecnología: implementos con punta de metal para el cultivo a mano, y animales para tracción en el arado y el transporte.

El otro importante producto agrícola de Mitla es el maguey. En la actualidad se siembran sobre todo dos variedades: una para pulque, otra para mezcal. Ambos son cultivos de largo plazo, de ocho a doce años, que en general se siembran entreverados con el maíz. El maguey es una antigua fuente de alimentos, y la evidencia de su consumo se remonta hasta los primeros asentamientos humanos. En esa época, y después, se cavaba para extraer el corazón y se lo asaba, lo que proporcionaba una buena fuente de calorías. Hoy se lo prensa a fin de extraer el jugo, que se destila luego para obtener mezcal y se refina todavía más, en las fábricas, para producir tequila.

Además de esos cultivos que se obtienen en las parcelas, los residentes de Mitla siembran en las huertas domésticas docenas de variedades de frutas, vegetales, especias y plantas ornamentales para el autoconsumo y la venta.

### *Los alimentos que se adquieren en el mercado*

Para complementar esta dieta de base principalmente vegetal se consumen pequeñas cantidades de proteína de origen animal. La mayor parte de estos productos se derivan de animales introducidos por los españoles: pollos, cerdos y vacas. Los huevos se obtienen de gallinas que andan sueltas, de raza criolla o —lo más frecuente ahora— se compran huevos producidos en granjas avícolas. Los pollos, ya sean criollos o híbridos, se crían como pequeña industria doméstica y se venden a otras familias o en el mercado. Los guajolotes se reservan para los intercambios de fiesta y para el consumo. Se cría un gran número de puercos, que se mantienen con alimento industrial y sobras, y que sirven de alcancías domésticas, para el consumo en ocasiones festivas o para la venta. También se crían borregos y cabras que pastan libremente, y se los consume en las fiestas o se los vende para obtener un ingreso adicional. El pescado es distribuido, a través del mercado, por vendedores zapotecas del istmo.

En el mercado se adquieren también importantes alimentos de origen vegetal que no se cultivan en Mitla. Los chiles —de los que hay docenas de variedades—, otras especias y el chocolate son indígenas, pero no se cultivan allí. Los jitomates, los miltomates (indígenas), el ajo y la cebolla (introducidos), elementos clave de la mayor parte de las salsas, suelen llegar de otros pueblos del valle, más que de las huertas domésticas del pueblo. También es necesario comprar una cantidad de especias secas introducidas por los españoles, como semillas de comino y cilantro, clavos de olor, anís, pimienta negra y pimienta gorda, que en muchas casas se consumen casi a diario, y que no son de cultivo local. Por último, otros dos artículos fundamentales de la dieta, asimismo de origen no local ni indígenas, el azúcar y el café, también se compran, en general ya procesados. Los alimentos manufacturados, como refrescos

y cervezas, y cada vez más las golosinas envasadas y las botanas, aportan una creciente proporción de calorías.

Contra el telón de fondo de los alimentos de que se dispone, analizaremos ahora el tema de la construcción de la dieta y los factores de la selección de alimentos, una vez más con el propósito de discernir la estructura y la sustancia que pueden haber permanecido inalterables desde el encuentro del siglo XVI.

#### FACTORES DE LA CONSTRUCCIÓN CULTURAL DE UNA COCINA

Los zapotecas, como otros individuos, aceptan los alimentos como “comestibles” o los rechazan como “no comestibles”, y establecen preferencias sobre la base de una cantidad de características sensoriales y culturales. En la mayor parte de las casas se hacen dos “comidas” calientes por día, definidas por tortillas con alguna salsa guisada y/o otro plato fuerte, como frijoles. Estas dos comidas se ven complementadas por los “café” de la mañana y la noche, que consisten en café aguado y sumamente dulce, o alguna otra bebida, con pan o tortillas tostadas. La dieta diaria se completa con frutas, bebidas dulces, pan, taquitos o emparedados que se comen sin un horario fijo.

Se puede decir que la cocina cultural se caracteriza por: a) un conjunto de alimentos básicos, secundarios y terciarios (condimentos); b) el uso frecuente de un conjunto característico de condimentos; c) las formas características de procesar (lavar, remojar, moler y cocer), y d) la variedad de reglas que rigen qué comidas y qué combinaciones de comidas son aceptables a fin de establecer relaciones sociales y para ocasiones ordinarias y de fiesta con fines simbólicos, de consumo o ambos.<sup>10</sup>

#### *El conjunto de alimentos básicos, secundarios y terciarios (condimentos)*

La dieta de la gente de Mitla sigue sustentándose en los productos básicos de la agricultura indígena: maíz, frijol y calabaza. Aunque se puede consumir pan de trigo con los “café” de la mañana y de la noche, y también en comidas de fiesta, las tortillas de maíz figuran en todas las comidas y las definen; ni el pan ni las tortillas de trigo han entrado a formar parte de la categoría de los alimentos básicos.

Los frijoles, especialmente los frijoles negros de Oaxaca, son la comida más frecuente, sobre todo cuando una familia anda corta de dinero y tiene insumos producidos por la unidad doméstica. Las papas, el arroz y las pastas de trigo son también sustitutos frecuentes. Las verduras, silvestres o cultivadas, representan comidas vegetarianas adicionales. Se consumen pocas proteínas de origen animal, las

<sup>10</sup> Véase Elizabeth Rozin, “The Structure of Cuisine”, en L. M. Barker, *The Psychobiology of Human Food Selection*, Westport, Connecticut, Avi Press, 1982, p. 189-204.



que acompañan a esas comidas esencialmente vegetarianas basadas en tortillas con leguminosas o con sopas de vegetales y especias. Queso, huevos y ocasionalmente carne, pescado, aves o, en temporada, insectos aportan proteínas adicionales. Si una familia puede permitirse carne una sola vez por semana, la consumirá, en general, el domingo, día de descanso cristiano.

Todos los platillos se condimentan con diferentes variedades de chiles, tomates y otras especias frescas como el orégano, de acuerdo con las reglas culinarias y el gusto de la cocinera y su familia. Los chiles, solos o en forma de salsa, con jitomates o miltomates, son también un condimento habitual de las comidas. La sal se consume en cantidades relativamente grandes, al igual que los limones, que acompañan platos de todo tipo, que van desde las hojas de calabaza o las verduras hasta la sopa de carne de res.

Otras frutas cultivadas, como los zapotes, los chicozapotes y las tunas, de origen nativo, los diversos cítricos, las granadas, los higos y los mangos, originarios de Europa, se consumen entre comidas, solos o preparados en aguas de fruta.

Tal vez el más importante cambio reciente de la dieta se haya producido en materia de bebidas. Las bebidas típicas son el café muy aguado y azucarado o, a veces, té de hierbas (que reemplazan el atole de maíz), por las mañanas y las noches, y enormes cantidades de refrescos embotellados, sumamente dulces, que se toman durante las comidas o solos, a lo largo del día. Otro cambio reciente es el enorme incremento en el consumo de botanas envasadas, ya sean dulces o saladas, pero siempre con grasas.

### *El conjunto característico de condimentos*

Los jitomates o los miltomates y los chiles, junto con la cebolla y el ajo, constituyen los condimentos básicos de las salsas comunes. Orégano, hierbabuena, mejorana y tomillo son especias que se agregan, frescas o secas, a las salsas; las hojas de cilantro y de perejil se usan siempre frescas. Todas estas especias son plantas introducidas. Otras especias de sabor característico son la hierba santa, que se agrega al caldo de pollo y a los tamales de frijol; la hoja de aguacate (indígena, con aroma a anís y que no se come), que condimenta caldos, barbacoas y tamales; el poleo (zapoteco: *was*) —*Satureja mexicana* (Benth) Briq—, que se usa para sazonar sopas y frijoles refritos; la pitona —*Lippia Alba* (Mill) N. E. Brown—, con la que se condimenta la salsa de amarillo con carne, y la hierba de conejo —*Tridax coronopifolia* (HBK) Hemsl—, que se utiliza para la salsa de amarillo con frijoles. Estos productos se recolectan o se compran a quienes los transplantaron a sus huertos. Aparte de estas hierbas de hojas se emplean semillas; el comino molido es un ingrediente habitual y, con menos frecuencia, las semillas de cilantro. Muchas salsas llevan también clavos de olor, anís, canela, pimienta gorda y pimienta, todas ellas especies no indígenas. Los otros elementos no indígenas que preponderan en las salsas son el ajo y la cebolla. En

síntesis: aunque los chiles y diversas clases de jitomates y tomates, unos y otros nativos, siguen siendo las especias omnipresentes en las salsas simples y en los condimentos más complejos, la cebolla y el ajo, de introducción española, y cultivados, así como las especias frescas de la familia del perejil y la menta, las semillas secas o las hojas frescas de la familia de las umbelíferas, y los cítricos, en especial el limón, constituyen elementos importantes de la cocina local.

### *El procesamiento*

Las principales formas de procesar los alimentos son lavarlos o tostarlos (en el comal) y molerlos, lo que en muchos casos es seguido por el moldeado a mano, dándoles una forma convencional, o cocerlos, hirviéndolos o friéndolos. El maíz se hierve con cal, luego se lava y se muele, para después moldearlo en forma de tortillas o tamales o usarlo para preparar atole. Los frijoles se lavan y se cuecen; a veces se los machaca hasta formar una pasta, con alguna clase de menta, con o sin chiles, o se los tuesta y se los muele, para después hervirlos en agua. Las pepitas de calabaza se tuestan y después se muelen hasta obtener una pasta. Las verduras y otros vegetales se lavan y se hierven; luego se sirven con especias frescas específicas para ese plato, chile y, a veces, limón. Cuando se preparan salsas compuestas por múltiples condimentos, productos como los jitomates y los chiles se tuestan (o se tatemán) y después se muelen: las especias se muelen, previamente tostadas o no. Las almendras de cacao se tuestan, se descascaran y muelen; luego se moldean y se cortan en formas características; el café se tuesta y se muele. La mayor disponibilidad de grasas, sobre todo de manteca de cerdo, que forma parte de la transformación de la dieta local, puede haber contribuido a que se utilizara más la fritura pero, por lo demás, las introducciones hispanas no alteraron los patrones culinarios. El cambio reciente de mayor importancia ha sido el molino eléctrico o de diesel, que disminuye notablemente el tiempo y el esfuerzo que dedican las mujeres a preparar los alimentos básicos. La licuadora puede reducir parte de la carga de moler los componentes secundarios y las especias, aunque la textura resultante difiere de la que se obtiene al moler en el molcajete.

### *Reglas acerca de la comida*

Otros elementos son: quién come con quién en las comidas normales o en las fiestas, cuáles son los alimentos típicos que se consumen y los valores simbólicos adicionales de la comida. El calendario anual está signado por ciclos de comidas normales, diarias, semanales y estacionales, con sus componentes característicos, y también por ciclos rituales. Sobre este ciclo anual se superponen las fiestas. Ambos ciclos, el calendárico y el vital, son ocasión de preparaciones especiales, que incluyen la elaboración de chocolate (con azúcar, canela y, a veces, extracto de vainilla y



almendras, todos ellos productos no indígenas) y la compra de panes especiales, de harina de trigo y huevos, algunos de los cuales se preparan con manteca y se aromatizan con semillas de anís. Las fiestas están signadas también por comidas especiales: se matan uno o más animales, se preparan salsas complejas. El mole, salsa que combina varias clases diferentes de chiles (ancho, pasilla, mulato) con muchas clases distintas de condimentos (ajo y cebolla, jitomates y tomates, cilantro seco, comino, anís, clavos de olor, canela y otros), semillas ricas en aceite (ajonjolí, almendras), chocolate y otros ingredientes (pasas de uva, pan y tortillas molidos) es el platillo de fiesta por excelencia para Todos Santos, y se prepara también para las bodas y las fiestas de las mayordomías. Cada familia tiene su receta favorita. Las fiestas son también la ocasión preferida para ingerir bebidas alcohólicas: el mezcal, destilado del corazón subterráneo del maguey; el pulque, que se obtiene de los tallos suculentos de la misma planta; el tepache, una bebida fermentada de origen indígena, hecha de diversos ingredientes, o la cerveza, producto comercial embotellado. En las fiestas rituales se puede experimentar la reunión de los diferentes elementos de la cocina indígena y la europea en una consumada tradición gastronómica.

Curiosamente, en contraste con la costumbre europea (católica), no parece haber ayunos rituales completos que equilibren estas suntuosas celebraciones sensoriales. Se pueden realizar ayunos parciales como mandas o en temporadas rituales (la restricción de la carne en Cuaresma). Parece haber restricciones al consumo de alcohol (o al menos a la embriaguez pública) en las semanas previas al 29 de enero, fiesta del santo patrono. Si el aspecto restrictivo de la cultura alimentaria estuvo más desarrollado en el pasado es algo que no resulta evidente ahora.

Después de este panorama general de la estructura de la dieta, y de la incorporación selectiva de elementos hispanos, consideremos ahora la selección de productos específicos y la forma en que pueden haber cambiado éstos recientemente o desde el siglo XVI.

### *Factores económicos y ecológicos que afectan la elección de alimentos*

Un primer criterio para decidir lo que se come es el de la disponibilidad y el costo. Con el moderno aprovisionamiento a través de los mercados, la escasez estacional de maíz y otros productos es menos notoria, aunque el precio sigue fluctuando según la temporada. Las frutas y verduras aún varían estacionalmente por su disponibilidad, calidad y precio, pero algunas se consiguen en el mercado durante todo el año. Otros cambios recientes de los factores ecológicos y económicos incluyen los patrones de trabajo de las mujeres y la menguante importancia de los alimentos de producción local. En época reciente un criterio fundamental es el tiempo de las mujeres, ya que la mayor parte de ellas trabajan en la fabricación o venta de textiles para los turistas. Por lo tanto, en muchos casos se prefieren los platillos que les ahorran tiempo, más que aquellos que requieren prolongado hervor, tostado y molido, tareas que, si no

se puede contratar a alguien que las realice, se evitan por el excesivo costo en tiempo. De manera similar a lo que ocurre en el caso de los patrones de trabajo, se invierte menos tiempo en la agricultura, por eso la disponibilidad de los alimentos de producción doméstica, sobre todo de los básicos, es menos significativa en las elecciones alimentarias. No obstante, el maíz y el frijol de producción local siguen siendo preferidos por su sabor, y los productos criollos se truecan ventajosamente.

### *Las características sensoriales que influyen en la selección de alimentos*

El sabor (dulce, salado, ácido, amargo, y otros más complejos) es un criterio importante para clasificar y establecer preferencias entre los alimentos. La dieta zapoteca incorporaba, históricamente, muchos productos dulces, incluyendo el maguey endulzado con miel, frutos del olmo y corazones de maguey horneados. Tanto las frutas nativas, como el chicozapote, cuanto las introducidas, como el higo y el mango, se caracterizan por ser muy dulces. Se consume azúcar en grandes cantidades, tal vez en detrimento de la salud de una población que se había adaptado a los alimentos de recolección muy dulces. Hasta el día de hoy la gente toma bebidas excesivamente endulzadas para el gusto de un norteamericano; los zapotecos dicen que el amargor del café americano sin azúcar les resulta desagradable.<sup>11</sup>

Se emplean hierbas amargas como medicinas, pero no como parte del patrón normal de consumo. Las bebidas alcohólicas como el mezcal se describen más bien como fuertes (zapoteco: *nayan*) que como amargas. Los productos ácidos, como el limón, se utilizan para atemperar el picor del chile y la fuerza del mezcal, pero se consumen también como elemento aislado. La sal y el picante se combinan a veces con cosas dulces, como la piña, el mango u otras frutas muy dulces, que se comen con chile y sal. También los niños disfrutaban con los dulces picantes. Y el picante es componente, asimismo, de sabores más complejos, como los diferentes tipos de moles u otras salsas, los frijoles negros, refritos o en sopa, condimentados con menta, y el cabrito o el borrego en barbacoa, con muchas especias. Los chiles de muchas variedades y sabores se escogen, para usarlos por separado o combinados con otras especias, para ciertos platillos. La cocina zapoteca contiene también un número de sabores fuertes característicos. Algunos de ellos provienen de *Chenopodium* spp.; *C. ambrosioides* es el principal condimento de los frijoles negros y de las quesadillas; *C. sp.*, planta aromática que en español y en zapoteco se denomina “epazote del zorrillo”, es el condimento distintivo, que se combina con chile, canela y azúcar moscabado para preparar atole de elote.

Los olores, vinculados con el sabor, caracterizan a éstas y otras especias que se emplean para sazonar los frijoles y las salsas; lo mismo ocurre con otros condimentos

<sup>11</sup> Ellen Messer, “Some Like It Sweet”, en *American Anthropologist*, 88, 1986, p. 637-647.



que se utilizan tostados, como los chiles. El aroma del chocolate y de los chiles que se tuestan y muelen es típico de la fiesta de Todos Santos.

Curiosamente, ciertas plantas aromáticas que existen en la zona no han penetrado a la cocina. La albahaca, de la cual se emplea la planta completa de la especie mexicana, por su perfume, para decorar los altares de los santos y realizar rituales curativos, no se utiliza en la cocina. Tampoco se usa el romero, que se encuentra con frecuencia en los jardines, y que se emplea ocasionalmente en rituales de curación, pero no se incorpora a las salsas. Los mitleños, según vemos, han sido selectivos en el empleo culinario —en oposición al ritual o al curativo— de los aromatizantes y condimentos.

Los alimentos poco condimentados no son muy frecuentes, y hasta ciertas bebidas tradicionalmente insípidas, como el atole y el agua, suelen prepararse ahora con azúcar.

La textura es otra dimensión significativa de la comida, y varía mucho en las diversas preparaciones de maíz molido, como las tortillas y los tamales. Se prefiere el maíz blanco para hacer tortillas, ya que se considera que resultan más suaves que las hechas con maíz amarillo o de otro color. Se distingue también la textura de las tortillas si se las sirve frescas, recalentadas, parcialmente tostadas (clayudas) o tostadas. La textura de los frijoles está dada no sólo por la suavidad y el tiempo de cocción de los mismos, sino también por la densidad de la sopa. La textura interviene asimismo en la evaluación visual conjunta de la frescura y calidad de verduras y flores de calabaza, que son importantes alimentos de la temporada de lluvias.

Las características visuales, que incluyen el tamaño, la forma y el color, son muy importantes para juzgar la calidad de un producto. Las clasificaciones por color en el maíz pueden corresponder a una clasificación cosmológica residual; actualmente los colores son indicadores de la variedad (dónde se puede cultivar mejor) y de la calidad. Además de preferirse el maíz blanco porque las tortillas quedan más suaves, se lo escoge también porque da un atole de aspecto más limpio. El color, combinado con el tamaño, sirve para describir las diferentes variedades de frijol; el local es principalmente negro, y puede ser grande o pequeño. Los frijoles grandes se cultivan en la milpa y sirven para hacer sopa aguada; los frijoles pequeños crecen aparte, como arbustos, y se supone que sirven para hacer sopa espesa. También hay frijoles rojos, pintos y blancos, y para cada uno de ellos se emplean condimentos distintivos.

En lo que se refiere a los huevos, así como a las aves, la gente prefiere las gallinas rojas (y los huevos de color), como indicadores de la cría libre de animales del lugar, en contraste con los pollos blancos criados de manera industrial, aunque la validez de esta distinción se está perdiendo, ya que ahora las granjas avícolas también comercializan gallinas rojas y huevos de color.

El simbolismo del color en los alimentos rituales, no obstante, es menos notorio que los sabores y otras características visuales, como la espuma. Se supone que el chocolate, el tepache y el atole champurrado —bebidas rituales que se preparan y consumen en bodas y en festivales rituales comunitarios relacionados con los

mayordomos— tienen que hacer espuma como señal de buena suerte. Desde el punto de vista local el principio de que la “espuma” devuelve la salud (la vida; en zapoteco *peh*, “aliento” o “viento vital”) puede derivarse de la antigua noción zapoteca de que la “espuma” contiene el “aliento vital” del individuo o del conjunto de individuos. Las bebidas que hacen espuma son elementos significativos de todas las bodas y fiestas de mayordomos (santos patrocinados por la comunidad), y los anfitriones se ocupan de que el chocolate, el champurrado y el tepache —las tres bebidas ceremoniales— hagan buena espuma, como presagio de prosperidad futura. Las medicinas herbolarias que hacen espuma se usan para devolver el alma en la enfermedad local que se describe y denomina “susto”, que produce la “pérdida del alma”.<sup>12</sup>

Los alimentos o los métodos de preparación de comida se clasifican y jerarquizan, asimismo, de acuerdo con sus *efectos fisiológicos percibidos*. Las tortillas y los frijoles se clasifican como nutritivos porque en general llenan mucho, y se prefieren algunas preparaciones porque llenan más que otras. La gente gusta de comer grasa con los frijoles y las verduras no sólo porque tiene buen sabor, sino también porque llena. Las botanas frías, como los tacos de aguacate o de queso, no se consideran llenadores, y por lo tanto se piensa que no son sanos, a menos que se los alterne con comidas calientes; les falta el “jugo” necesario para vitalizar el cuerpo. Otro elemento esencial de la alimentación sana es la sal: no se come carne sin ella. La gente señala también la sensación fortalecedora y agradable de ser estimulado hasta las lágrimas por los chiles picantes, o por el repentino flujo de energía que acompaña la bebida matinal, sumamente azucarada.<sup>13</sup> Otra dimensión cultural para describir los efectos fisiológicos es la de caliente-frío.

### *Dimensiones simbólicas culturales*

Las clasificaciones en caliente y frío son la principal manera de evaluar si las dietas con componentes múltiples son sanas, y de apreciar las consecuencias para la salud. Lo caliente y lo frío, como principio ordenador, brinda un juicio de la calidad intrínseca de los alimentos que puede usarse para organizar el consumo, preparar los componentes de una comida, analizar la indigestión (y en ocasiones otros padecimientos) y los remedios subsecuentes. La gente, razonando por el principio de los opuestos —que lo caliente o lo cálido balancea lo frío o lo fresco, y que el estado ideal es el que está próximo a lo neutro o lo templado— analiza los efectos fisiológicos de la comida en su peculiar contexto corporal, para lograr una dieta y un estado corporal equilibrado y saludable. Aunque muchas personas no emplean conscientemente el razonamiento de caliente-frío en la preparación de platillos o menús,

<sup>12</sup> Ellen Messer, “Systematic and Medicinal Reasoning”, 1991, p. 124.

<sup>13</sup> Ellen Messer, “Some Like It Sweet”, 1986.



pueden analizar después los componentes y diagnosticar qué alimentos pueden haber producido algún desequilibrio en un individuo. En el *continuum* caliente-frío hay siete categorías —aunque no siete lexemas distintos—, que representan una serie de categorías graduadas, con las cuales la gente clasifica las hierbas, los alimentos, las condiciones del cuerpo y algunos otros elementos en “muy caliente”, “caliente”, “muy cálido” o “cálido”, “templado”, “fresco”, “muy fresco”, “frío” o “muy frío”. Los alimentos de difícil digestión se clasifican como “muy calientes” o “muy fríos”, según la persona involucrada percibiera que su cuerpo tuviera una calidad extremadamente caliente o fría en ese momento. En términos ideales los cuerpos y los alimentos están equilibrados y más cerca de lo “templado”. Las tortillas de maíz y el pan de trigo suelen clasificarse como “templados”, al igual que los tubérculos no condimentados que se consideran inocuos (para la digestión), y que otros platillos bien balanceados que combinan especias y componentes proteicos que, según se sabe, tienen cualidades opuestas. El criterio de caliente-frío sirve de base para sazonar la carne de res “caliente” con cilantro “frío”, o el cerdo “frío” con orégano o menta “calientes”. Se considera que los moles combinan variedades de chiles frescas y cálidas.

Otra dimensión del razonamiento caliente-frío es el principio de que todo viene en pares. La carne de res y la de puerco, la de borrego y la de chivo, la de pollo y la de pavo, se ven como opuestos pareados, tal como ocurre con los frijoles negros grandes y chicos, y con las cebollas blancas y moradas. De manera alternativa, algunas personas sostienen que los elementos básicos son neutros, y que es el condimento el que produce las cualidades calientes-frías, también en opuestos pareados (por ejemplo el cilantro fresco en la carne de res frente al orégano cálido en la de puerco). El principio de clasificación es compartido en forma universal, aunque las clasificaciones absolutas de un elemento dado no lo son, y la gente dice que aprende, conoce y experimenta de modo diferente las cualidades calientes y frías de las hierbas. Los individuos que consideran tener el cuerpo caliente como consecuencia de haberse pasado años trabajando al sol suelen clasificar como calientes los alimentos de difícil digestión; los que se consideran como de cuerpo fresco, por haber trabajado durante años a la sombra (tejedores, sastres) pueden clasificar como frías las mismas hierbas difíciles de digerir. Según la condición corporal y el análisis concomitante de la cualidad caliente-fría del alimento que hace daño, se puede racionalizar, además, una clasificación particular en caliente-frío a partir de características extrínsecas perceptibles. Las hojas de calabaza, por ejemplo, pueden ser consideradas calientes (porque crecen al sol) o frías (porque crecen en la temporada de lluvias) por diferentes individuos, que coinciden en que resultan de difícil digestión, de acuerdo con su edad, estado fisiológico, estado emocional y exposición ocupacional o temporal a los elementos.

Un componente adicional del razonamiento que vincula la dieta con la salud es el de la enfermedad: ciertos padecimientos estomacales son calientes, otros son fríos, y son producidos o agravados por alimentos de la misma cualidad o por los que presentan un contraste demasiado marcado. También el estado corporal forma parte

de la estimación, ya que suele considerarse que los niños muy pequeños tienen cuerpos frescos, mientras que las personas de edad que se han dedicado a ocupaciones tradicionales, como la agricultura o la preparación de alimentos cerca de la lumbre, tienden a acercarse al polo caliente del *continuum*. El embarazo y la lactancia también llevan el cuerpo hacia el polo caliente. A las personas que están en esos estados fisiológicos se les aconseja que eviten tanto los alimentos muy calientes como los muy fríos. El estado emocional también afecta, temporalmente, al cuerpo; por lo tanto, alguien que está “caliente” de ira tiene que abstenerse de ingerir chocolate u otros alimentos calientes. La gente no sigue con mucho rigor las precauciones; más bien analiza después, en términos de caliente-frío, por qué se enfermó.

Los nuevos alimentos, al igual que las nuevas medicinas, se integran a la clasificación mediante la observación de los efectos fisiológicos o, una vez más, por el principio de los opuestos (por ejemplo, el Alka Seltzer se clasifica como caliente, y la sal de uvas, otro digestivo, como fría). Las enfermedades nuevas también pueden analizarse y tratarse por medio de la dieta en términos de caliente-frío; por ejemplo la diabetes, que según se observa entraña irritabilidad social, estallidos emocionales, indigestión, debilidad y sed, corresponde a las expectativas de una enfermedad caliente, y se la considera causada, además, por la “bilis”, la “muina” y el “susto”, todos ellos padecimientos calientes. Por consiguiente se la trata con remedios fríos y evitando los alimentos calientes. En una extensión, más que en un alejamiento de este sistema de clasificación caliente-frío, la gente ha aceptado nueva información dietética como un añadido a la categoría templada. Los nuevos productos que se consideran nutritivos se conciben como “puro alimento”: inocuos, buenos para la salud o neutros.

Con respecto a los productos introducidos por los españoles, es probable que a los alimentos nuevos, sobre todo a las frutas y las especias, se les asignaran cualidades de caliente-frío para conformarse a un sistema de clasificación existente previamente. Ya señalé en otro trabajo<sup>14</sup> que en la utilización que hacen los zapotecas de las cualidades de caliente-frío hay la suficiente distinción local como para que resulte improbable que el sistema apareciera por primera vez con la llegada de los españoles. Como la población tiene ideas muy claras de las categorías tradicionales de enfermedad, que además se clasifican y se tratan con hierbas y otros remedios en términos de caliente-frío, resulta poco probable que se trate de un fenómeno nuevo, introducido por primera vez por los españoles.

El estatus ritual y económico también influye en la selección de alimentos. Pese a la abundancia de verduras silvestres durante la temporada de lluvias, se las ve como “comida de pobres”, y quienes tienen o pretenden tener un nivel económico más alto suelen evitarlas. Los alimentos relativamente caros pueden consumirse fuera de proporción con su valor nutricional debido a razones de gusto y de prestigio. El máximo ejemplo moderno es la Coca-cola. Sabemos que en las primeras décadas de

<sup>14</sup> Ellen Messer, “Hot and Cold in Mesoamerican Indigenous and Hispanicized Thought”, 1987.



la presencia española, en el siglo XVI, el acceso a alimentos hispanos como el pan de trigo y la carne de animales domésticos —o en tiempos de escasez hasta el maíz— estaba restringido a las elites. Ahora, como en el pasado, el nivel económico determina cuánta carne y condimentos comprados se consumen, mientras que el estatus ritual puede determinar cuánto se invierte en las preparaciones de las fiestas.

### *El ciclo de las fiestas*

Por la fuerza de la costumbre, todas las casas preparan un platillo muy condimentado (mole o barbacoa) y matan un guajolote, un pollo grande o algún otro animal, en Todos Santos y en la fiesta de San Pablo, el santo patrono (a finales de enero). En esas ocasiones también preparan chocolate y consumen panes especiales. En otros momentos del año, por ejemplo en las fiestas periódicas de las mayordomías (que ahora se asumen voluntaria y ya no obligatoriamente), y en los grandes acontecimientos del ciclo vital, como las bodas, la celebración de los 15 años de una muchacha y, a veces, en otros acontecimientos del ciclo vital, como un bautizo o una confirmación, se preparan y sirven, asimismo, grandes platillos de fiesta y chocolate. Para las mayordomías y las bodas, tradicionales celebraciones que duran una semana, se requieren meses a fin de adquirir los artículos alimenticios necesarios (maíz, chocolate, huevos, guajolotes, especias), y semanas de preparación anticipada.

Tradicionalmente, muchos productos se adquieren a través del sistema de la *guelaguetza*, de préstamos rotativos, que fortalecen los vínculos entre los miembros de la comunidad. La *guelaguetza*, término que se refiere también a un sistema de intercambio de trabajo, es una institución de dádivas ritualizadas y recíprocas, en la cual los regalos (que suelen ser alimentos para llevar a cabo un festival) se registran y evalúan, y tienen que ser devueltos en productos de igual valor. La familia que se hace cargo de la fiesta pide o acepta en préstamo guajolotes, kilos de maíz, docenas de panes y otros productos importantes de los parientes, los parientes ficticios y los vecinos; se toma cuidadosa nota de todos esos préstamos, para devolverlos cuando la familia que los hizo lleve a cabo la misma fiesta más adelante. La *guelaguetza* sumerge a las familias en un ciclo de deuda mutua continua, basada en el intercambio de comida; pero también desempeña un importante papel en la perduración de las fiestas tradicionales y del sistema de intercambio de alimentos que constituyen una parte central de las relaciones sociales. Durante estas fiestas, y gracias al flujo de comida que se produce en el pueblo, se reiteran y refuerzan constantemente la identidad de la comunidad y las líneas de relaciones sociales que la constituyen.

Desde el punto de vista nutricional, las complejas fiestas sirven también para que una gran proporción de la población ingiera alimentos ricos en proteínas y micronutrientes, con lo que se refuerzan los cuerpos físicos, además de los vínculos sociales. En Mitla, al igual que en otros pueblos, la calendarización de las fiestas de mayordomías a lo largo del año representa un importante mecanismo social de

distribución de alimentos de las casas más ricas a las más pobres, sobre todo en tiempos de escasez y en la estación previa a la cosecha de la siguiente temporada de lluvias.

El intercambio de comida y la renovación de las relaciones sociales son también el tema central de Todos Santos, que corresponde a la época de la cosecha. La mayor parte de los alimentos, las flores y las frutas que decoran los altares y van de una a otra casa durante esta fiesta de la cosecha son indígenas, pero las frutas introducidas por los españoles, las bebidas destiladas y —lo más importante— los panes de trigo de esta fiesta, ocupan un lugar preponderante. Si se observa un altar —una verdadera creación artística que combina flores, frutas y otros alimentos típicos de la época—, se aprecia que ese despliegue, que se presenta a los santos y a los difuntos que lo visitarán en esa ocasión, podría hacerse sin elementos introducidos por los españoles, pero se vería mermado. Se pueden hacer efigies de masa de maíz verde, pero lo más común es que se elaboren panes de trigo especiales, copiosamente ornamentados. Estos panes se intercambian también entre las familias, signo visible y comestible de que una relación social ha llegado de visita, a presentarle sus respetos a los difuntos, y también a renovar las relaciones sociales con los vivos. Las frutas son las que han abundado siempre en los cerros y en los huertos, pero también muchas introducidas por los españoles, como naranjas, “manzanitas” y manzanas.

Para el mole y otros platillos se combinan los chiles, los jitomates y los tomates verdes, de origen indígena, con especias tanto nativas como de introducción europea. El elemento central de esos platos de fiesta sigue siendo el guajolote nativo, pero también puede ser el pollo, introducido por los españoles, o algún otro animal doméstico pequeño.

El chocolate es una bebida indígena; en su forma actual, las almendras de cacao molidas con azúcar y canela ponen en evidencia la mezcla de culturas. El maguey es indígena, pero su presencia en forma de mezcal, bebida destilada, atestigua la influencia de la tecnología española.

Tal vez lo más revelador, junto a la comida, sean las flores, la mayor parte de las cuales son indígenas; son flores especiales para Todos Santos: el cempasúchil silvestre (*gibigu*), que tapiza los cerros en esa época del año, y el peculiar aroma de *gi lahk* (*Stevia* sp.), amontonada frente al altar, en el que también se ven los enormes copetes del cempasúchil cultivado, *gi bigu shtil* (literalmente, cempasúchil “español”).

Tras pasar revista al lugar que ocupan los elementos europeos en la cocina zapoteca de Mitla, aboquémonos ahora a analizar nuestras fuentes del siglo XVI, a fin de examinar las posibles influencias tempranas sobre la transición cultural.

## EL TRASFONDO DEL SIGLO XVI Y LA INFLUENCIA ESPAÑOLA

En general pensamos que las principales influencias españolas en la dieta mesoamericana son el pan de trigo, el ganado y las aves, que proporcionaban carne y productos



lácteos. Las evidencias lingüísticas y documentales del siglo XVI (y posteriores) indican, no obstante, que esos importantes alimentos españoles fueron introducidos sólo de manera selectiva en el siglo XVI, y principalmente para las elites. Para el grueso de la población resultaban mucho más significativas las hierbas y las frutas que suplementaban los condimentos y los alimentos ocasionales.

### *Relaciones geográficas (Papeles de la Nueva España)*

Las *Relaciones* proporcionan la primera línea de evidencia acerca de qué alimentos españoles y nativos podían conseguirse en las comunidades en 1580, y ciertas indicaciones respecto a si su uso estaba restringido a las elites y a los españoles. La *Relación* de Mitla, registrada el 23 de agosto de 1580, sugiere que el consumo estaba restringido, en efecto, según la clase, y que sólo los dirigentes locales (los “principales”) comían pan español, carne de cerdo y de res, y todos los demás productos que consumían los españoles. Los dirigentes parecen haber tenido, asimismo, acceso exclusivo a la caza, y comían conejo; ese año, en que hubo poco o nada de maíz, eran los únicos que lo consumían. En contraste, se señala que los plebeyos comían vegetales silvestres de los cerros (hierbas), a los que no daban nombre en español, frutas silvestres (tunas) y maguey. Se indica que la gente común casi nunca comía maíz, porque no lo había.<sup>15</sup> Esta escasez de maíz resulta problemática: como Mitla pagaba tributo en maíz y en dinero en algún momento del ciclo anual, sus habitantes tenían que cultivarlo o comprarlo. Tal vez se observó al pueblo al finalizar una mala temporada; como quiera que fuese, se lo encuestó en la época previa a la siguiente cosecha de maíz.

No obstante, aparte de estos alimentos básicos y secundarios, las frutas, tanto nativas como introducidas, se producían al parecer con gran diversidad y abundancia. Los encuestadores registraron comentarios sobre el aguacate nativo (que los españoles comparaban con los higos, pero con cáscara dura), las ciruelas y las guayabas (a las que encontraban parecidas a los nísperos españoles, que también se introdujeron posteriormente).

Además había frutas españolas: higos, membrillos, granadas, uvas, duraznos, peras, que, según se dice, se daban bien, y que a los nativos les gustaba cultivar. Curiosamente, están ausentes los cítricos, que figuran de manera prominente en el informe sobre Tlacolula (p. 258). Otros cultivos europeos incluían ajo, cebolla, coles, nabos, rábanos, lechuga, hierbabuena; según se señala, toda la población los comía. Entre los animales introducidos por los españoles se contaban ciertas especies de abejas, cabras, cerdos, aves tanto indígenas como españolas (pavos y pollos), codornices, pichones, así como liebres, conejos y venados “en cantidad”. Los mitleños

<sup>15</sup> Francisco del Paso y Troncoso, “Miquitla”, en *Relaciones geográficas del siglo XVI: Antequera*, t. II, edición de René Acuña, México, UNAM, 1984, p. 261.

también tenían sus propias salinas, y cultivaban algodón. A excepción de la dieta de los principales, no se mencionan vacas ni toros, de manera que no podemos más que especular acerca de su presencia en la dieta o de su importancia como animales de carga en la agricultura. Ya entonces los mitleños eran conocidos como comerciantes, que llevaban y traían productos —sobre todo sal, chile y otras menudencias— por los cerros, los valles y las costas. En síntesis, podemos suponer que: 1) muchas de las frutas y plantas aromáticas que persisten en la dieta se conseguían fácilmente y eran consumidas tanto por la gente del común como por la élite; 2) otros alimentos estaban restringidos a las élites, los plebeyos conservaban la dieta nativa. La *Relación* brinda cierta información sobre la comparación que hacían los cronistas entre las frutas nativas y las españolas.

### *Vocabulario español-zapoteco*

Los vocabularios brindan indicadores adicionales de qué plantas se habían introducido hacia finales del siglo XVI, así como una forma de corroborar las observaciones o entrevistas de las *Relaciones geográficas*. Aunque no hay diccionarios del dialecto zapoteco de Mitla, existen tres fuentes fundamentales de los nombres de plantas en otros dialectos del zapoteco: las listas de vocabulario (zapoteco-español) de Juan de Córdoba (1578) (*Vocabulario en lengua zapoteca*, 3 volúmenes, México, reproducido por W. E. Gates); la publicación (1893) de la Junta Colombina de México (*Vocabulario castellano zapoteco*, México, Oficina Tipográfica de la Secretaría de Fomento), que probablemente represente un listado posterior, y la botánica mítica de Blas Reko, el aventurero y médico alemán, *La mitobotánica zapoteca* (Tacubaya, D. F., México, 1949). Los dos primeros se basan en un dialecto del valle, tal vez de Tlacoahuaya; el tercero (sin referencia), en las fuentes más antiguas, junto con otras fuentes más recientes de la sierra zapoteca.

Con estas listas nos damos cierta idea de las hierbas reconocidas que estaban presentes, cómo se las llamaba y por qué. La zanahoria, por ejemplo, se llama *gooxnaaxtilla*<sup>16</sup> —“tubérculo comestible” (*goo*), “rojo” (*xnaa*), “de Castilla” (*xtilla*)—, o tubérculo comestible rojo español. Es una simple traducción descriptiva, que además identifica el lugar de origen. Puede haber habido otros “tubérculos comestibles rojos”, de los cuales se distingue al de Castilla. En un segundo ejemplo, la belladona se denomina *laa pittoxi nocuana* (“hierba del tomate”), lo que describe con precisión la hierba (cuyas hojas se comen en algunas comunidades zapotecas) y su fruta característica: un tomate. Es una planta de tomate de la cual se comen las hojas. La semilla de mostaza brinda un tercer ejemplo de la forma en que los zapotecas traducían lo nuevo a lo conocido. *Xaa guina xtilla*<sup>17</sup> significa literalmente “semilla

<sup>16</sup> Junta Colombina, 1893, p. 221.

<sup>17</sup> Juan de Córdoba, *Vocabulario*, p. 274.



picante de Castilla”: una semilla similar al chile. Estas traducciones nos dan idea de la forma en que se llevaban a cabo las identificaciones y denominaciones en el siglo XVI.

Evidencia etnobotánica reciente sugiere que la fuerte base indígena para evaluar y ubicar plantas nuevas persiste en los siglos siguientes. Por ejemplo, el trigo (denominado “trigo” en español y en zapoteco), solía cultivarse en las afueras de Mitla; también se siembran, ocasionalmente, algunas plantas de sorgo. Éstas se relacionan de las siguientes maneras en la taxonomía etnobotánica zapoteca: el pan de trigo se llama *ye?shtil* (tortilla “española”); el sorgo se denomina *shob yas* (grano de maíz “negro”). Lógicamente, la planta de trigo es distintiva y contrasta de manera radical con la de maíz, pero el pan de trigo, por su papel en la dieta, puede verse como una “especie de” tortilla (de Castilla). El término *yas* para negro no se usa nunca al describir granos de maíz oscuro. De modo alternativo, hoy en día el sorgo, en español, puede denominarse “sorgo” o “maíz sorgo”.

En síntesis, a juzgar por los ejemplos del siglo XVI y también por los contemporáneos, el zapoteco de Mitla maneja de varias maneras los nuevos productos alimenticios, aunque no se conoce la fecha de esos cambios de nombre. La primera de esas maneras consiste en comparar productos similares; tal es el caso del girasol cultivado que se compara con plantas silvestres parecidas; como una planta que se asemeja al girasol; al primero se lo denomina “girasol” (*yäb*), y al segundo “girasol silvestre” (*yäb gihsh*). La segunda consiste en comparar especies de plantas útiles conocidas, comestibles, medicinales u ornamentales, con las de nueva introducción, y llamar a éstas “de España”. Son ejemplos de ello la denominación de la zanahoria, en el siglo XVI, y el nombre contemporáneo del cempasúchil. En un tercer conjunto de casos, el zapoteco adopta la denominación española y le añade el modificador “silvestre” para nombrar otras plantas indígenas, como en “manzana” o “manzanita” (otra especie), que en zapoteco se adaptó a la denominación *manzan.gihsh*, “manzanita silvestre”, *Arctostaphylos pungens* HBK. En los campos y los cerros se encuentran ahora análogos “silvestres” de plantas cultivadas e introducidas, como el romero, los rábanos y otras.

El bilingüismo, sin embargo, complica la identificación y la denominación. Con la introducción de las plantas europeas y el idioma español todo un conjunto de flora y de nombres tuvo que ser absorbido en los sistemas taxonómicos y de nomenclatura. Y algunos nombres y distinciones pueden haberse perdido.

### *Etapas de vida*

Las plantas se designan también por su etapa de vida botánica, por su etapa de vida con respecto al uso, o por ambas. Las hierbas comestibles, como *Amaranthus hybridus*, *Anoda cristata*, *Crotalaria pumila* y *Galinsoga parviflora* se encuentran en los campos y en los terrenos removidos, y se las cosecha en el estado joven y tierno para



cocerlas. Más adelante en su ciclo vital (y en el de la milpa) se las recoge con el follaje del maíz como forraje para los animales.

Los términos españoles confunden un poco este panorama, ya que no todas las especies individuales de hierbas tienen una glosa española distintiva. Así, el término español para las hierbas (“quelites” o “bledos”) puede cubrir varias especies distintas, que tienen nombres zapotecos. El cronista del siglo XVI puede haberse enfrentado al mismo dilema o confusión, y sólo pudo informar que los nativos comían muchas especies de hierbas silvestres ¡a las que no podían dar nombre!

En suma, el problema de la traducción subsiste, y con la creciente pérdida del idioma zapoteco en la generación más joven, pueden desaparecer, no ya las plantas, sino el conocimiento de las mismas.

## CONCLUSIONES

Pese a la incorporación de muchas plantas y de no tantos animales, poco ha cambiado en la estructura básica de la cocina zapoteca. Desde el siglo XVI han persistido la estructura fundamental de alimentos básicos, secundarios y auxiliares (con adiciones en alimentos animales, frutas y vegetales), el condimento característico (con el importante añadido de los limones, la menta y el cilantro, el comino y el perejil) y el procesamiento (con el posible incremento de la fritura gracias a la adición de grasas animales y, en menor medida, de ciertos aceites vegetales; antes de nuestra época pueden no haber tenido gran difusión los aceites vegetales). Se siguen incorporando nuevos alimentos a los patrones existentes, pero no han alterado radicalmente la cocina, sino que más bien la han diversificado. Un cambio importante en la dieta ha sido el uso difundido y abundante del azúcar, pero éste es un fenómeno relativamente reciente.

La introducción hispana del pan, la carne de res y de cerdo y otros productos, en el siglo XVI, se restringió sobre todo a los españoles y a las elites; los plebeyos adquirieron frutas, vegetales y especias. Pueden haber utilizado las demás innovaciones alimentarias, si acaso, en ocasiones rituales. Incluso en el actual contexto alimentario es en los platillos festivos, y en todo el modo culinario de elaboración y ritual, donde vemos los mayores y más atractivos ejemplos de la mezcla de culturas. Cosa algo sorprendente, observamos la principal presentación de elementos españoles en la comida ritual y en las especias o en los alimentos ocasionales, lo cual es, difícilmente, lo que cabría suponer cuando se buscan transformaciones en la cultura alimentaria. Sería de esperar que los alimentos rituales y el condimento característico fuesen la parte más conservadora.

No obstante, en segunda instancia estos hallazgos tal vez no resulten tan sorprendentes. La influencia hispana se concentró, desde los primeros años, en controlar los símbolos de los que fueran rituales indígenas. El hecho de que el pan de trigo español, en diversas formas, el alcohol y la contribución de los condimentos



a los platillos festivos aparezcan en contextos rituales como Todos Santos, sugiere un intento por influir sobre estas fiestas calendáricas. Todos Santos es también la época en que hasta el hogar más pobre procurará preparar un festín digno de un rey. La principal fiesta habría sido el único momento del año en el que a la gente del común se le brindaba (o imponía) el acceso a los alimentos que solían reservarse a la elite.

En el otro extremo del *continuum* alimentario, las hierbas y las frutas son pequeñas, y crecen a partir de semillas; y las semillas podían diseminarse o adquirirse de manera muy fácil y económica. Puesto que no hubo un intento por restringir el acceso a esos productos, no resulta sorprendente que hasta los plebeyos dispusieran de ellos de manera generalizada.

En términos generales, esas adopciones produjeron muy pocos cambios en los principios por los cuales los zapotecas construían la dieta o seleccionaban los productos alimenticios. Las principales influencias fueron las que se introdujeron a través de las especias y los cítricos hispanos, que intervinieron en los sabores complejos que los zapotecas se habían acostumbrado a comer; de las fuentes de proteína animal, que influyeron sobre las características de los platillos complejos, y de la destilación del licor de maguey, que modificó la lubricación de la vida social. Al lenguaje se añadió un término geográfico y conceptual: “de Castilla”. Si los zapotecas de Mitla y de otros lugares tenían categorías culturales geográficas (pero también conceptuales) y nombres de plantas que denotaban localizaciones “silvestres” o “del cerro”, en oposición a “cultivadas”, encontraron que también podían agregar el modificador *shtil*, “de Castilla”, para denotar todas las nuevas categorías de especias, frutas y vegetales, que se parecían un poco a los productos indígenas, y que a veces tenían un olor o un sabor similar, pero que provenían de ese lugar lejano. En un estudio previo de etnobotánica en Mitla escribí:

Los cambios en el medio botánico, los cambios en el medio social, y los cambios en el medio intelectual pueden introducir nuevos sistemas de pensamiento acerca de las plantas. Un propósito de este estudio del conocimiento vegetal de los zapotecas consiste en descubrir qué aspectos de la estructura y el contenido del conocimiento respecto a las plantas son los que menos cambian con el tiempo. Otro objetivo consiste en ver de qué manera el sistema de conocimiento responde a los cambios en el medio biológico, social e intelectual.<sup>18</sup>

En última instancia, esos sistemas de conocimiento responden a la influencia vigente de las culturas no locales mediante la integración de nuevos productos en el repertorio alimenticio cultural, sin perder muchos de los antiguos. El sistema sólo se transforma cuando hay un cambio radical de la comida, de las ideas acerca de la comida, y del papel de la comida en la cultura. Es importante señalar que esos tipos de cambios radicales pueden estar produciéndose ahora.<sup>19</sup> En materia de agricultura

<sup>18</sup> Ellen Messer, *Zapotec Plant Knowledge*, 1978, p. 15.

<sup>19</sup> Se podría argumentar que la introducción del ganado español que transformó las hojas verdes del maíz de

un cambio radical, como un “paquete” agrícola enteramente nuevo, brinda una alternativa al sistema tradicional de conocimiento vegetal de los zapotecas de Mitla, y a la forma en que se relaciona con la producción, la preparación y el consumo de alimentos. Las ocupaciones artesanales y comerciales alejan a la gente de la tierra y de las plantas. En el resto de la cultura alimentaria la creciente comercialización de productos, con un número enorme de artículos nuevos, con publicidad y con la reducción progresiva del tiempo que la mujer pasa en la cocina, en relación con el que dedica a otras labores, más rentables, amenaza con poner fin a esos siglos de conservadurismo con agregados que ha caracterizado la transformación de la cultura alimentaria zapoteca. Por último, la cultura nutricional y médica cosmopolita desalienta que se piense acerca de las plantas en términos tradicionales de las categorías de caliente y frío. En contraposición con estas fuerzas actúa el aprecio que, a nivel local, nacional e internacional, se siente por la comida y la cultura ritual de Oaxaca. Ojalá perduren.

#### BIBLIOGRAFÍA

- ÁVILA HERNÁNDEZ, Dolores, J. Ramón BASTARRACHEA MANZANO, Alberto DÍAZ CARDOSA, Katrin FLECHSIG GRAN, Gabriel MOEDANO NAVARRO, Olivia NORMAN MORA, Guadalupe PÉREZ SAN VICENTE, Gisela SALINAS SÁNCHEZ, Ma. Cristina SUÁREZ Y FARIÁS, Luis A. VARGAS GUADARRAMA, *Gastronomía. Atlas Cultural de México*, México, Secretaría de Educación Pública, Instituto Nacional de Antropología e Historia, Grupo Editorial Planeta, 1988.
- CHANCE, John, *Conquest of the Sierra*, Norman, University of Oklahoma Press, 1989.
- DE CÓRDOBA, Juan, *Vocabulario en lengua zapoteca*, 1578, 3 v., México, reproducido por W. E. Gates.
- Junta Colombina de México, *Vocabulario castellano-zapoteco*, México, Oficina Tipográfica de la Secretaría de Fomento, 1893.
- MESSER, Ellen, “Patterns of ‘Wild’ Plant Consumption in Oaxaca, Mexico”, en *Ecology of Food and Nutrition*, 1, 1972, p. 324-332.
- , *Zapotec Plant Knowledge: Classification. Uses and Communication About Plants in the Valley of Oaxaca, Mexico*, Memoirs of the University of Michigan Museum of Anthropology, n. 10, part 2, 1978.
- , “Hot-Cold Classification: Theoretical and Practical Implications of a Mexico Study”, en *Social Science and Medicine*, 158, 1981, p. 133-145.
- , “Diet in Cross-cultural Perspective”, en *Annual Review of Anthropology*, 13, 1984, p. 205-250.

un posible “fertilizante verde” a un importante forraje animal también constituyó un cambio radical en la percepción del maíz como una planta útil, con un importante papel en el ecosistema agrícola.



- , “Some Like It Sweet: Estimating Sweetness Preferences and Sucrose Intakes from Ethnographic and Experimental Data”, en *American Anthropologist*, 88, 1986, p. 637-647.
- , “The Hot and Cold in Mesoamerican Indigenous and Hispanicized Thought”, en *Social Science and Medicine*, 25, 4, 1987, p. 339-346.
- , “Methods for Studying Determinants of Food Intake”, en Gretel Pelto, P. Pelto y E. Messer, *Research Issues in Nutritional Anthropology*, Tokyo, United Nations University Press, 1989, p. 1-33.
- , “Systematic and Medicinal Reasoning in Mitla Folk Botany”, en *Journal of Ethnopharmacology*, 33, 1991, p. 107-128.
- PASO Y TRONCOSO, Francisco del, “Miquitla”, en *Relaciones geográficas del siglo XVI: Antequera*, t. II, edición de René Acuña, México, UNAM, 1984, p. 258-264.
- ROZIN, Elizabeth, “The Structure of Cuisine”, en L. M. Barker, *The Psychobiology of Human Food Selection*, Westport, Connecticut, Avi Press, 1982, p. 189-204.
- SPORES, Ronald, *The Mixtecs in Ancient and Colonial Times*, Norman, University of Oklahoma Press, 1984.
- WHITECOTTON, Joseph, *The Zapotecs*, Norman, University of Oklahoma Press, 1977.



INSTITUTO  
DE INVESTIGACIONES  
HISTÓRICAS