BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA

FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN

LICENCIATURA EN GASTRONOMÍA

LA GASTRONOMÍA POBLANA Y SU RELACIÓN CON LAS TRADICIONES Y COSTUMBRES

TESIS

PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN GASTRONOMÍA

PRESENTA
ESTEFANÍA GONZÁLEZ HERNÁNDEZ

DIRECTORA DE TESIS
DRA. NORMA ANGÉLICA SANTIESTEBAN LÓPEZ

PUEBLA, PUE. **MAYO, 2023.**

"HUP, 50 años de enseñanza y salud"

DRA. NORMA ANGÉLICA SANTIESTEBAN LÓPEZ
DOCENTE
FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN
PRESENTE.

Por este medio reciba un cordial saludo, al mismo tiempo, le solicito de la manera más atenta, proporcione la **DIRECCIÓN,** necesaria a la pasante:

ESTEFANÍA GONZÁLEZ HERNÁNDEZ
MATRÍCULA 201668023

Lo anterior, con el fin de brindar su apoyo en el desarrollo y elaboración del trabajo de **TESIS LIBRE,** de la Licenciatura en Gastronomía, que ésta Facultad ha tenido a bien designarle, con el tema denominado:

"LA GASTRONOMÍA POBLANA Y SU RELACIÓN CON LAS TRADICIONES Y COSTUMBRES"

Agradezco de antemano su atención, y quedo de Usted.

ATENTAMENTE
"PENSAR BIEN, PARA VIVIR MEJOR"
H. Puebla de Z. a 17 de Junio de 2022.

DR. JOSÉ AURELIO CRUZ DE LOS ÁNGELES
DIRECTOR

Facultad de Administración
Claudio S/N Edificio ADM1
San Manuel
Ciudad Universitaria, Puebla, Pue.
01(222) 229 55 00 Ext. 7754

BUAP Facultad de Administración	BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA ***Formato Virtual para Liberación del Trabajo de Titulación***	
FO-TIT-13	FECHA DE ACTUALIZACIÓN: 08 DE OCTUBREBRE DEL 2019	VERSIÓN: 03	PÁGINA 1

Mtro. Emilio A. Calderón Mora
Secretario Académico
Facultad de Administración
Benemérita Universidad
Autónoma de Puebla
Presente.

Por este conducto y en mi carácter de Director *hago constar que el (los) alumno (s)* Estefanía González Hernández *de la Licenciatura en* Gastronomía *con número (s) de matrícula* 201668023 *ha (n) concluido satisfactoriamente su Trabajo de Titulación denominado:* La Gastronomía poblana y su relación con las tradiciones y costumbres*, de la modalidad de titulación:* Tesis libre*, para que pueda (n) seguir con los trámites de titulación correspondientes.*

Atentamente:

Puebla, Pue. a 18 *de* Octubre *de 20* 22.

N. Angélica Santiesteban López
Nombre y firma

Folio No. *0188*

BUAP

"HUP, 50 años de enseñanza y salud"

DRA. TERESA GLADYS CERÓN CARRILLO
DOCENTE
FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN
PRESENTE.

Por este medio reciba un cordial saludo, así mismo le informo que ha sido nombrada para la **REVISIÓN** del trabajo de **TESIS LIBRE**, de la Licenciatura en Gastronomía:

"LA GASTRONOMÍA POBLANA Y SU RELACIÓN CON LAS TRADICIONES Y COSTUMBRES"

Elaborado por la pasante:
ESTEFANÍA GONZÁLEZ HERNÁNDEZ
MATRÍCULA 201668023

Agradezco de antemano su atención para la revisión de dicha investigación. Señalándole que tiene 5 días hábiles, para efectos de entrega a ésta Coordinación del trabajo en cuestión.

ATENTAMENTE
"PENSAR BIEN, PARA VIVIR MEJOR"
H. Puebla de Z. a 27 de Octubre de 2022.

DR. JOSÉ AURELIO CRUZ DE LOS ÁNGELES
DIRECTOR

c.c.p. Archivo
EACM/BAAN/MECS

Facultad de Administración
Av. San Claudio S/N Edificio ADM1
Col. San Manuel
Ciudad Universitaria, Puebla, Pue.
01(222) 229 55 00 Ext. 7754

Mtro. Emilio A. Calderón Mora
Secretario Académico
Facultad de Administración
Benemérita Universidad
Autónoma de Puebla
Presente.

Por este conducto y en mi carácter de Revisora hago constar que el (los) alumno (s) Estefania González Hernández de la Licenciatura en Gastronomía con número (s) de matrícula 201668023 ha (n) concluido satisfactoriamente su Trabajo de Titulación denominado La Gastronomía Poblana y su relación con las tradiciones y costumbres , de la modalidad de titulación: Tesis Libre, para que pueda (n) seguir con los trámites de titulación correspondientes.

Atentamente:

Puebla, Pue. A 7 de febrero de 2023.

Teresa Gladys Cerón Carrillo

Folio No. 0209

"HUP, 50 años de enseñanza y salud"

MTRA. LUISA FERNANDA VELÁZQUEZ RODRÍGUEZ
DOCENTE
FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN
PRESENTE.

Por este medio reciba un cordial saludo, así mismo le informo que ha sido nombrada para la **REVISIÓN** del trabajo de **TESIS LIBRE,** de la Licenciatura en Gastronomía:

"LA GASTRONOMÍA POBLANA Y SU RELACIÓN CON LAS TRADICIONES Y COSTUMBRES"

Elaborado por la pasante:
ESTEFANÍA GONZÁLEZ HERNÁNDEZ
MATRÍCULA 201668023

Agradezco de antemano su atención para la revisión de dicha investigación. Señalándole que tiene 5 días hábiles, para efectos de entrega a ésta Coordinación del trabajo en cuestión.

ATENTAMENTE
"PENSAR BIEN, PARA VIVIR MEJOR"
H. Puebla de Z. a 27 de Octubre de 2022.

DR. JOSÉ AURELIO CRUZ DE LOS ÁNGELES
DIRECTOR

c.c.p. Archivo
EACM/BAAN/MECS

Facultad de Administración
Av. San Claudio S/N Edificio ADM1
Col. San Manuel
Ciudad Universitaria, Puebla, Pue.
01(222) 229 55 00 Ext. 7754

Mtro. Emilio A. Calderón Mora

Secretario Académico

Facultad de Administración

Benemérita Universidad

Autónoma de Puebla

Presente.

Por este conducto y en mi carácter de _REVISORA_ hago constar que el (los) alumno (s) __ESTEFANIA GONZALEZ HERNANDEZ de la Licenciatura en GASTRONOMIA_ con número (s) de matrícula __201668023__ ha (n) concluido satisfactoriamente su Trabajo de Titulación denominado: LA GASTRONOMIA POBLANA Y SU RELACION CON LAS TRADICIONES Y COSTUMBRES , de la modalidad de titulación: _TESIS LIBRE_, para que pueda (n) seguir con los trámites de titulación correspondientes.

Atentamente:

Puebla, Pue. a _06_de_Febrero_de 2023_.

_Chef Luisa Fernanda Velázquez Rodríguez___

Nombre y firma

***Folio No.** 0191*

Índice

Introducción 1
Delimitación del tema 2
¿Por qué resulta importante este tema? 3
Planteamiento del problema 5
Justificación 6
Preguntas de investigación 7
Pregunta central. 7
Preguntas específicas 7
Objetivos 8
Objetivo general 8
Objetivos específicos 8
Hipótesis 9
Marco teórico 10
Puebla 10
Gastronomía 11
Gastronomía poblana 12
Tradiciones y costumbres 16
Platillos típicos 18
Definición de dulce 28
Dulces típicos 28
Aportación gastronómica de los pueblos mágicos de Puebla 35
Metodología 41
Formato general de encuesta 43
Resultados y discusión 45
Conclusiones 65
Recomendaciones 66
Bibliografía 67

LA GASTRONOMÍA POBLANA Y SU RELACIÓN CON LAS TRADICIONES Y COSTUMBRES

Introducción

Hoy en día, la gastronomía poblana es uno de los temas que involucran una de las cocinas más emblemáticas de este país, no solamente por la variedad de sus platillos, sino porque, pertenece a nuestras raíces que cómo en el caminar de nuestra historia se entretejen y muestran de qué estamos hechos los mexicanos (Gastronomía y cultura, 2015).

Actualmente la gastronomía poblana se ha considerado como Patrimonio Intangible de la Humanidad.

La Gastronomía poblana muestra una gran tradición, todo esto es gracias a los platillos que son realizados en este maravilloso estado, la cultura alimenticia de este estado va de la mano de los ingredientes que se ocupan para realizar algunos de sus platillos, unos de los principales alimentos son los que están elaborados a base de maíz (chalupas, tamales, quesadillas, tacos, etc) que para los mexicanos es la base fundamental de la alimentación, además de poseer una gastronomía muy especial y deliciosa, el origen del repertorio de los platillos poblanos proviene de los conventos, donde las monjas creaban delicias con una gran variedad de ingredientes mexicanos y españoles por lo tanto las recetas de la cocina conventual son muy relevantes, pero qué poco a poco se ha ido perdiendo la originalidad de las mismas por su forma de preparar, los ingredientes y utensilios que ocupaban, pero gracias a la historia de cada uno de

ellos se han convertido en parte de la tradición de Puebla y se han mantenido en la actualidad como lo es el mole y los chiles en nogada, que se podría decir que son los platillos más importantes de este estado y proporcionan la identidad al país.

Cabe señalar que la presente investigación también abordará el tema de los dulces típicos poblanos (camote, borrachitos, gaznates, entre otros) que al igual que los platillos típicos son parte importante para la historia y tradición de Puebla, además de investigar cómo se han mantenido a lo largo de los años y se describirá la historia de algunos de ellos. Por lo anterior, el objetivo del presente trabajo es investigar la relación que existe entre las tradiciones y costumbres de la gastronomía poblana con el fin de dar a conocer la historia y proveniencia de algunos platillos y dulces representativos del estado debido a que actualmente no se le ha dado la importancia que merece sobre todo en jóvenes y adultos jóvenes que han ido perdiendo las tradiciones de generación en generación.

Delimitación del tema

La costumbre es un conjunto de prácticas o hábitos que se adquieren mediante la repetición y la constancia. Pueden pertenecer a un ser humano o a una sociedad entera, y forman parte de su idiosincrasia particular y de su identidad familiar, regional o nacional. (Raffino, 2020)

Las tradiciones son costumbres que se preservan en el tiempo y que gozan de aceptación plena en la comunidad que las practica, ya que las toma como parte de su identidad ancestral. (Raffino, 2020)

Por lo tanto, se puede definir a un platillo típico como un alimento o bebida que representa en particular a algún lugar.

Se considera así a los platillos que están elaborados con algún ingrediente que es elaborado o cultivado en el mismo lugar o porque los habitantes se sienten identificados con él.

La palabra Puebla significa pueblo o pueblos y su origen proviene del castellano antiguo. Se utilizó esta palabra para denominar a la ciudad hoy conocida como Puebla de Zaragoza cerca de 1531. El origen de esta palabra ha sido siempre controvertido porque, aunque se le adjudica a la palabra pueblo en latín, ésta no coincide. Muchos han tratado también de adjudicarlo al náhuatl pero tampoco parece haber una correspondencia (Botello, 2017)

¿Por qué resulta importante este tema?

Puebla ha sido designado como el mejor destino gourmet de México y una de las 10 mejores ciudades a visitar en el mundo, todo lo anterior tiene que ver con la tradición gastronómica que se tienen desde la Nueva España (Vera, 2018).

La cocina poblana es considerada única en el mundo, ya que no tiene competencia y es difícil de igualar por la variedad de ingredientes y su diversidad, la mezcla que hay en esta cocina, pero sobre todo la preparación tan peculiar, las técnicas que se ocupan y los utensilios solo lo hay en Puebla.

No hay mejor forma de conocer a un lugar sino a través de su gastronomía y Puebla no ha sido la excepción.

La gastronomía poblana es considerada la mejor de todo México ya que brinda una gran variedad de platillos a la gastronomía mexicana y sobre todo la más reconocida mundialmente por lo mismo, cuenta con una gran variedad de platillos, bebidas, panes y dulces típicos y derivado de ello, se va presentando según la temporada del año.

Por lo anterior, es importante que las personas conozcan que algunos platillos como los chiles en nogada no pueden ser preparados fuera de tiempo ya que influye mucho en el tipo de ingredientes de temporada que se ocupan para su elaboración; deben aprender e investigar todas aquellas recetas originales que con el paso del tiempo se han ido perdiendo y cambiando, ya que en la actualidad tienden a desaparecer porque la mayoría de las personas buscan lo más práctico y fácil.

La variedad de climas que permite la producción de varios insumos, la temporalidad de las cosechas y el establecimiento de varias órdenes religiosas que eran las encargadas de preparar platillos especiales para recibir a los personajes políticos y religiosos de la época, se unieron para conformar el legado histórico culinario que, generación en generación, ha sido preservado para que nuevas manos con la misma dedicación de antaño, continúen deleitando e incitando el goce y esplendor de los sentidos (Bravo,2014).

Cabe resaltar que vale la pena conocer a la ciudad de Puebla y para lograrlo se debe de probar su gastronomía, ya que cada platillo tiene una historia y sabores que los hace únicos.

Para tal objetivo, se debe saber en qué lugares se siguen realizando las recetas originales de cada platillo ya que muchas personas por ser más prácticas y ahorrar tiempo, no emplean los ingredientes originales que se ocupan para su elaboración.

Planteamiento del problema

En las últimas generaciones de jóvenes y adultos jóvenes ya no se siguen muchas tradiciones y costumbres que se tienen en Puebla como día de muertos en Huaquechula, la semana del culto del maíz, el carnaval de Huejotzingo, la feria de la manzana en Zacatlán, el equinoccio de primavera en Cholula, la feria del árbol y la esfera en Chignahuapan, la gastronomía, entre otros.

En relación a los platillos típicos, las personas dedicadas al comercio de estos no tienen conocimiento o pasas por el alto el modo de preparación original. Un ejemplo de esto son los chiles en nogada que tradicionalmente, la nogada está hecha a base de nuez de castilla, pero algunas personas lo llegan a hacer con almendra o con nuez pecana con el objetivo de economizar el platillo.

La importancia de la gastronomía de cada una de las regiones del mundo radica en conocer de la cultura de cada uno de los pueblos a los que pertenece; y es que la gastronomía, además de proporcionar sabores deliciosos y platos únicos, puede decirnos de forma indirecta sobre las costumbres y estilo de vida (Importancia, 2014).

El término gastronomía no solo se refiere a la comida, sino también a la historia que hay detrás de cada uno de los platillos, esta es muy importante ya que atrae el turismo al lugar.

Mientras las tradiciones y costumbres se sigan manteniendo, hablando de festividades y gastronomía, se tendrá un buen desempeño turístico y por ende la economía subirá.

La mayoría de las personas, incluso los mismos poblanos no prestan mucha atención a la historia que tiene cada platillo, en su mayoría solo se degustan por comer, nunca se presta atención a más allá de solo un platillo y es considerado en algunos lados como cultura general saber la historia.

Justificación

Para poder conocer sobre la gastronomía de un lugar, primero se debe reconocer la historia del lugar y la historia de sus platillos para así poder identificar las costumbres y tradiciones que tienen. En este caso, se abordará la gastronomía y tradiciones de Puebla y se ampliará el conocimiento sobre cada uno de esos platillos más reconocidos.

En la presente investigación el estudio tendrá su relevancia en las costumbres y tradiciones más sobresalientes del estado de Puebla, las cuales se han ido perdiendo conforme al paso del tiempo por lo que también se relacionará con la gastronomía del estado.

Hablar sobre gastronomía, no necesariamente se refiere a la comida sino también se deben tomar en cuenta otras tradiciones como el consumo de los dulces típicos ya que son una parte importante y esencial de Puebla, y saber que la gastronomía de este estado es una mezcla de la cocina precolombina local y la cocina española, pero se le agregó un toque de originalidad con los colores, sabores, olores y texturas.

En la opinión del autor se aborda el tema de Puebla porque aparte de ser su lugar de origen, le parece que es un estado muy importante y con una historia muy atractiva que todos deberían conocer, cuenta con una gran variedad de platillos y dulces, los más conocidos tienen una gran historia que pocas personas están relacionadas con ellas.

El origen de la cocina poblana se encuentra en los fogones de los conventos y en las cocinas de las casas de los mestizos y criollos. Fue en esos templos de sabor, donde las mujeres poblanas mezclaron productos nativos de la región como el maíz, chile, fríjol, jitomate y guajolote, con ingredientes de ultramar, tales como el aceite de oliva, trigo, cebolla y ajo, entre otros; utilizando para ello, diversos utensilios como ollas de barro, metates y cucharas de madera, distintos a los del resto del país. (García, 2015)

Lo que se pretende lograr con esta investigación es que las personas conozcan, valoren las costumbres y tradiciones que se tenían en Puebla, pero sobre todo se puedan apreciar algunas de las maravillosas cosas que tiene el estado y las mejoras que se han ido realizando.

Preguntas de investigación

Pregunta central.

¿Cómo se relaciona la gastronomía poblana con sus tradiciones y costumbres?

Preguntas específicas

1. ¿Cuáles son los platillos típicos de Puebla y cuál es su historia?
2. ¿Cuáles son los utensilios que se utilizaban antes y como han evolucionado?

3. ¿Cuáles son los dulces típicos de Puebla y cuál es su historia?
4. ¿Cómo ha cambiado la preparación de los platillos típicos?
5. ¿Cuáles son las tradiciones y costumbres más sobresalientes de Puebla con relación a su gastronomía

Objetivos

Objetivo general

- Explicar la relación que existe entre las tradiciones y costumbres con la gastronomía poblana con el fin de no perder la esencia e historia que está detrás de cada platillo representativo del estado.

Objetivos específicos

1. Especificar cuáles son las tradiciones y costumbres más importantes con relación a la gastronomía poblana.
2. Identificar cuáles son y cuál es la historia de cada uno de los platillos típicos de la gastronomía poblana.
3. Identificar si han cambiado los utensilios que originalmente se utilizaron en las preparaciones de los platillos típicos.
4. Explicar cuál es la diferencia de la preparación de los platillos típicos de Puebla con el paso del tiempo.
5. Reconocer los dulces típicos más consumidos en Puebla e identificar cual es la historia de cada uno de ellos.

Hipótesis

Las nuevas generaciones han influido mucho en la transformación de la gastronomía poblana con el transcurso del tiempo, debido a que se han modificado algunas recetas típicas tanto en el procedimiento, ingredientes y en algunos utensilios.

Marco teórico

A lo largo de este apartado, se pretende mostrar los conceptos básicos de la cocina poblana, así como de las técnicas que permiten al desarrollo de cada alimento y los platillos que se elaboran en cada temporada.

La gastronomía poblana es una de las más interesantes de México y es muy reconocida, todo gracias a las costumbres y tradiciones que tiene el estado. La riqueza de la comida poblana está basada en la producción regional, en la cual se combina una gran variedad de productos que ofrece la naturaleza gracias a la cultura de distintas etnias que habitan en el territorio nacional; además, los platillos se elaboran con los productos que nos da la naturaleza.

Los alimentos de las regiones también influyen en los platillos que son elaborados en el estado, que gracias a sus costumbres y tradiciones llaman la atención y se distribuyen en todos lados. Las condiciones económicas repercuten mucho en las regiones donde se elabora su gastronomía por lo que optan por otras variantes; una de ellas es la necesidad de producir platillos y que sean reconocidos en otros lados, todo esto pasa por la necesidad de ganar dinero y poder alimentarse bien en esta época de crisis modificando sus hábitos alimenticios.

Puebla

La palabra Puebla significa pueblo o pueblos y su origen proviene del castellano antiguo. Se utilizó esta palabra para denominar a la ciudad hoy conocida como Puebla de Zaragoza cerca de 1531. El origen de esta palabra ha sido siempre controvertido porque, aunque se le adjudica a la palabra pueblo en latín, ésta no coincide. Muchos

han tratado también de adjudicarlo al náhuatl pero tampoco parece haber una correspondencia (Botello, 2017).

Figura 1. Ubicación geográfica del estado

Fuente: Para todo México (2019)

El estado de Puebla está situado en la parte centro - este de México Colinda al norte y al este con el estado de Veracruz, al oeste con los estados de Hidalgo, Tlaxcala, México y Morelos y al sur con los estados de Guerrero y Oaxaca. (Para todo México, 2019) (Ver figura 1)

La gastronomía poblana se sustenta en el uso de tres ingredientes principales: el maíz, el frijol y el chile, y aunque el mole poblano, los chiles en nogada y el mole de caderas son los platillos más representativos, también es característico el consumo de: antojitos, chalupas, cemitas, tamales o tortas. (México gastronomía, 2017)

Gastronomía

La Gastronomía es el estudio de la relación entre cultura y alimento. A menudo se piensa erróneamente que el término gastronomía únicamente tiene relación con el arte de cocinar y los platillos alrededor de una mesa. Sin embargo, esta es una pequeña parte de dicha disciplina (Gutiérrez, 2012).

La gastronomía debería de ser considerada una actividad relacionada con muchas más disciplinas como lo son las matemáticas, el arte, entre otras.

La Gastronomía es el conocimiento razonado de todo lo que se relaciona con el hombre en lo que a su alimentación se refiere. Depende de la historia Natural - Por lo

que se refiere a la clasificación de los insumos /substancias. Depende de la Física – Por el examen de su composición y calidad. Depende de la Química – Por lo que se refiere a su análisis y químico y su desglose nutricional. Depende de la cocina – Por lo que se refiere al arte de preparar los insumos y convertirlos en algo agradable al gusto. Depende del comercio – Por lo que se refiere a la búsqueda de formas de compra que permitan al consumidor adquirir la mercancía con las mejores ventajas de calidad y precio. Depende de la Política – Por lo que representa en materia de recaudación fiscal, e intercambio comercial globalizado (Gutiérrez, 2012).

Gastronomía poblana

Una de las maneras más placenteras de conocer la historia, tradiciones y cultura de un lugar es a través de sus sabores. Los platillos que se preparan en cada región del mundo son fruto de cientos de años, el resultado de la mezcla de la materia prima disponible en el lugar, la experiencia de los antiguos pobladores y las transformaciones que ha sufrido la tierra, las personas y las costumbres con el paso del tiempo.(El Anafre Rojo, 2017)

Hablar de la cocina mexicana es inconcebible si no se menciona a la cocina poblana, su gastronomía es fruto de la mezcla de la cocina precolombina local y la gastronomía española debido al periodo colonial español en el país junto con un mestizaje de elementos indígenas, franceses y asiáticos, la cual es muy vasta, rica y variada, en Puebla para elaborar la mayoría de los platillos se consideran como ingredientes base el frijol, el maíz y el chile, con la combinación de estos surge una infinidad de platillos.

La gastronomía poblana es producto del mestizaje, que devino con la Conquista de México por parte de los españoles, siendo una de las más representativas de la República Mexicana. (Acle-Mena, Santos-Díaz, & Herrera-López, 2020).

La gastronomía poblana es considerada Patrimonio de la Humanidad y es la que aporta la mayoría de los platillos más sobresalientes de México y lo que hace que sean importantes es la tradición de la preparación de las recetas y técnicas, la originalidad que tienen cada uno de sus platillos, la sofisticación de los mismos, los ingredientes originarios de la región que se ocupan para cada una de las recetas ya que aunque se pueden encontrar estos mismos en diferentes partes del país, son reconocidos por ocuparse en platillos poblanos (El Anafre Rojo,2017)

Puebla contó desde sus orígenes con varios monasterios de distintas órdenes religiosas. Entre ellos destacaron los conventos de las monjas angelopolitanas, que, a parte de las tareas piadosas, también se dedicaban al arte de la cocina, donde se destacaron por la creación de todo tipo de platillos y repostería de la época colonial (Moreno & Coromoto, 2011). Las monjas durante su tiempo libre, se dedicaban al bordado y a la cocina. Su esmero en la elaboración de los platillos era para impresionar a los nobles y sus invitados. Es así, como nace la mesa poblana, expresada en la tradición y las costumbres de la ciudad de Puebla de los Ángeles, en la que además de los platillos, existe un ambiente singular, en el que no pueden faltar los objetos de barro y madera, así como las elegantes vajillas de talavera (Kiosko, 2004). (Acle-Mena, Santos-Díaz, & Herrera-López, 2020).

Elementos fundamentales son los diversos utensilios que se usaban según el tipo de alimentos a preparar, para no mezclar lo dulce con lo salado. Por ello

encontramos muchas cazuelas, ollas y cacerolas de formas diversas y diferentes tamaños, todo generalmente de barro. Las cucharas o cucharones son de madera generalmente; las cazuelas para los dulces son de cobre, son detalles monjiles que perduran en la actualidad, para conservar lo más que se pueda la forma de realizar estos platillos. En la cocina antigua vamos a tener además: cedazos, cernidores, metate y metlapilli o (mano de metate), molcajete y tejolote, molinillo y rodillo. El fogón y horno deberán estar forrados de talavera. (Santos Morales, 2017)

La mejor forma de conocer un lugar es saber su historia, cultura y tradiciones a través de su gastronomía, por eso los platillos típicos de la región se preparan con ingredientes dados en la misma.

La comida, los platillos que se realizan en una comunidad son el resultado de cientos de años de tradición, el fin de esa mezcla de materias primas disponibles en el lugar con la experiencia de los antiguos pobladores. (Baez Pelcastre, 2019)

Puebla es uno de los estados que han tenido un gran aporte a la gastronomía del país, una de las muchas razones por las cuales Puebla es conocida nacional e internacionalmente, es por su rica gastronomía que es una combinación de la cocina indígena e hispana que dan como resultado varios platillos de estupendo sabor tales como: moles y pipianes, ya que para guisarlos contaban con guajolotes o pavo, numerosas variedades de chiles y semillas, así como de jitomates y tomates. Muestra de ello es el mole poblano, los chiles en nogada son considerados como el platillo nacional mexicano; el espinazo de cabra, trucha, tamales de comino que son elaborados con maíz, haba y ceniza, huevos borrachos, hongos totolcoxcatl en escabeche, mole de caderas estilo Tehuacán, chalupas, tinga, tamales y muchos más. Estas combinaciones

no se hubieran podido realizar sin la ayuda de utensilios de la zona como lo son las ollas de barro, los metates, las cucharas de madera (Gobierno del Estado de Puebla, 2004).

Chalupas, gorditas, quesadillas, molotes, cemitas, tostadas, tamales, tacos, garnachas, memelas, guajolotes, pambazos, pelonas, o un chileatole o champurrado en la época de frío, son una pequeña parte de la oferta gastronómica poblana que se venden por la noche en puestos pequeños ubicados en el clásico zaguán, hasta en los restaurantes más lujosos que intentan reflejar en sus menús este antojo con una demanda al alza. Puebla, es indudablemente, un lugar donde se ama y se respeta la buena comida. Una mesa poblana es arte, es una ciencia social viva, una ventana al pasado y a un mundo lleno de cultura y tradición. (Ynsense, Vazquez, Lozano, 2017)

La tradición panadera local incluye diversos panes salados y dulces cuyas recetas fueron producto de la mezcla entre la gastronomía indígena y la europea, por ejemplo: batidas, canillas, campechanas, cemitas, cuernos, colchones, chilindrinas, conchas, cocoles, cocodrilos, colorados, chamberinas, chimisclán, hogazas, lolas, ojos de pancha, orejas, pañuelos, polvorones, pambazos, rascabuche, roscas, tejamanil, volcanes, entre otros.(Baez Pelcastre, 2019)

El origen de la gastronomía poblana viene de los conventos. La cocina poblana se ha hecho famosa y reconocida gracias a algunos de sus platillos con una gran historia que ha marcado al estado como lo son el mole poblano y los chiles en nogada.

Una característica de esta cocina es el uso de utensilios como el cedazo, las cucharas moleras, las ollas de barro, las cucharas de madera, el metate y los molcajetes, que aseguran proveen a los platillos de un singular sabor (NTX, 2011).

Se dice en muchos lugares de Puebla en donde se sigue cocinando con ese tipo de utensilios que no hay un buen mole sin una buena cazuela y así es cómo se logran hacer magníficos moles en el estado, se cree que el barro hace que cambie el sabor de la comida, las ollas de barro no solo se ocupa para hacer mole sino también para frijoles, atoles, chocolate y café, todas son trabajadas artesanalmente con técnicas de hace más de 100 años y gracias a ello se han hecho los mejores guisos de la región.

Los tamaños de esas cazuelas poblanas son impresionantes, basta con mirar las de "campana" y "media campana", como les llaman a aquellas ollas en las que se pueden preparar moles hasta para 300 personas. Sin embargo, la más grande, y por mucho, es la que hicieron para romper el Récord Guiness de la cazuela de barro más grande de la historia, 1.40 metros de diámetro por 1.40 de alto y que daba de comer a miles de personas en una sola guisada (Animal gourmet, 2014).

El molcajete es un mortero de piedra en forma esférica, con tres soportes cónicos el interior áspero de este molino de mano permite, junto con la muela que es el elemento móvil denominado *tejolote*, moler o triturar diversos tipos de chiles y otros condimentos, sobre todo aquellos que por su consistencia semilíquida no pueden ser remolidos en el metate. El molcajete ha sido utilizado desde tiempos prehispánicos, más o menos desde hace 7 mil años, según lo muestran la muela ápoda del Cenolítico Superior (9,000 a 2,000 a. C.), para preparar e incluso para servir las salsas. Son molinos manuales y platos a la vez. (Mayola, 2014).

Tradiciones y costumbres

La costumbre es un conjunto de prácticas o hábitos que se adquieren mediante la repetición y la constancia. Pueden pertenecer a un ser humano o a una sociedad entera,

y forman parte de su idiosincrasia particular y de su identidad familiar, regional o nacional. Las costumbres son formas de comportamiento compartidas por una comunidad y que la distinguen de otras. Se transmiten de generación en generación de manera oral, mediante la práctica o como instituciones. Si se instauran durante el tiempo suficiente, las costumbres se vuelven tradiciones. Entre las costumbres de una comunidad particular se encuentran sus danzas folklóricas, sus formas de artesanía, su música popular, su gastronomía, sus ritos religiosos y fiestas locales. (Concepto, 2020)

La tradición es el conjunto de valores, costumbres y creencias que se transmite a través de las distintas generaciones en las sociedades (a este conjunto se lo suele llamar bienes culturales). Esta transmisión es hecha por un gran número de actores sociales: familia, amigos, escuela, etc. La tradición refiere al hecho de entregar o transmitir algo a una determinada persona. El término tradición proviene del latín *traditio.* De esta raíz etimológica podemos deducir que lo característico de la tradición es su característica de ser transmitido. Las tradiciones son costumbres que se preservan en el tiempo y que gozan de aceptación plena en la comunidad que las practica, ya que las toma como parte de su identidad ancestral (Concepto, 2020).

Algunas de las tradiciones y costumbres de las que se tienen en Puebla son la temporada de chile en nogada ya que es considerado uno de los mejores platillos del estado, el día de muertos en Huaquechula Puebla, este lugar es muy conocido ya que es considerado el lugar de Puebla en donde más importancia le dan a estas fechas, se hacen ofrendas para las personas difuntas en todas las casas y se pueden ir visitando sin necesidad de conocerlos, también se celebra el culto al maíz en Ixcaquixtla, es el

único municipio mixteca que rinde culto al maíz en Puebla, el festival de globos de papel de china en Zongozotla y Tuzamapan de Galeana es un festival en donde se reúnen los pobladores a construir globos hechos de miles de pliegos de papel china, también se celebra la feria del árbol y la esfera en Chignahuapan en este lugar en épocas decembrinas puedes encontrar las mejores esferas de México, la feria de la manzana en Zacatlán, es una de las ferias más importantes del pueblo mágico y esta celebración coincide con la celebración en honor a la Virgen de la Asunción, el equinoccio de primavera en la gran pirámide de Cholula, miles de personas se reúnen en la parte más alta para recibir energía, observar danzas, rituales prehispánicos y disfrutar del pueblo mágico, el carnaval de Huejotzingo es la máxima fiesta del municipio y se inicia el miércoles de ceniza, el desfile conmemorativo a la batalla de Puebla, este desfile se lleva a cabo el día 5 de mayo y la temporada del mole de caderas en Tehuacán en donde se hace el festival de la matanza con bailes y danzas.(Cajal, 2021)

Platillos típicos

Un platillo típico es algún alimento o bebida que representa algún lugar en específico y se dice que es típico porque se ocupan ingredientes nativos de ese lugar o porque simboliza algo importante como lo es el ejemplo de los chiles en nogada de Puebla, simbolizan los colores de la bandera de México y se utilizan para su elaboración ingredientes que son dados en esa temporada.

En Puebla se consideran platillos típicos a los ya anteriormente mencionados como los chiles en nogada que fueron creados por las monjas agustinas para celebrar la independencia de México y este platillo se prepara en los meses de agosto y septiembre porque en esas fechas es la temporada de la granada y la nuez de castilla y

es considerado el platillo por excelencia, otro de los platillos típicos es el mole poblano, es de los más conocidos en Puebla y también en el país y como en cada uno de las recetas hay muchas teorías, para elaborarlo es una gran mezcla de ingredientes y una gran variedad de chiles, en junio de todos los años hay una feria del mole poblano y se premia al mejor, otros platillos son los antojitos típicos y estos por lo regular los encuentras en los puestos de la calle como lo son las chalupas, tamales, molotes, pozole, mole de olla, tacos, entre otros, el mole de caderas es también considerado típico de Puebla y es de los más representativos, es elaborado con carne y huesos de chivo y una salsa hecha con diferentes chiles, las cemitas son muy representativas de Puebla y al principio cuando se hacían se rellenaban con ingredientes que se tuvieran a la mano como queso fresco, verduras, polo, barbacoa y carnitas, en la actualidad hay una gran variedad de ingredientes para ponerle.

Cuando escuchamos la palabra cocina poblana lo primero que viene a la mente son platillos típicos conocidos como: mole poblana, chiles en nogada, guaxmole, chalupas, cecina, clásicos que dejó la fusión cultural española o la dificultad económica que se vivió en el Siglo XIX. (Enríquez, et al., 2021).

Unos de los aportadores de recetas de platillos típicos de Puebla eran los conventos, inventaban platillos usando ingredientes de la región, muchos de los conventos se dieron a conocer por sus especialidades culinarias.

El mole poblano es sin duda, junto con los chiles en nogada, un símbolo de la gastronomía nacional y una importante carta de presentación de la cocina mexicana ante el mundo (Unión Puebla ,2017).

Existen una infinidad de platillos típicos poblanos, unos más conocidos que otros, por mencionar algunos como lo son:

Mole poblano

El mole, fue un guiso que se afamó como obra de una monja llamada sor Andrea de la Asunción, del convento de Santa Rosa, existen diferentes teorías sobre la creación del mole como lo son que fue creado por un accidente de la cena que le iban a hacer al obispo y la otra teoría es donde se dice que la monja creó el mole con inspiración divina. (Gutiérrez, 2019)

Las recetas que existen del mole poblano son muy diferentes, los ingredientes varían en todos los lugares donde lo elaboran, cada quien lo muele y sazona a su manera, cabe mencionar que la proteína que se usaba originalmente era guajolote, pero desde hace unos años se ha acostumbrado a comer con pollo (Gutiérrez, 2019)

Figura 1. Mole poblano, uno de los orgullos de Puebla

Fuente: Gobierno de México, 2022

Chile en nogada

Al igual que con el mole, existen muchas teorías sobre la historia del chile en nogada, pero las más popular dice que fueron inventados por las monjas del Convento de Santa Mónica en Puebla, como una celebración a la firma de Independencia de México con los Tratados de Córdoba entre Agustín de Iturbide y Juan O'Donojú. (Relatos e historias en México, 2021)

El chile en nogada denominado como "platillo poblano por excelencia", es considerado uno de los principales platillos representativos de la gastronomía poblana, sus colores hacen referencia a los colores de la bandera de México, el verde es el perejil y el chile poblano, el color blanco es la nogada y el color rojo la granada, se compone de un chile poblano capeado, relleno de carne molida o deshebrada con frutas de temporada, cubierto de una salsa de nuez de castilla, decorado con granada.

El ingrediente principal de este platillo como lo dice su nombre es el chile poblano y es importante mencionar que Puebla es el principal productor de chile

poblano, algunos de los municipios donde se cultiva es en San Martin Texmelucan, San Salvador el Verde y Huejotzingo (Noticieros Televisa, 2015)

Este ingrediente se encuentra amenazado por la venta del chile poblano chino ya que cuatro de cada diez chiles consumidos en Puebla son de China, viene siendo el clon del chile poblano criollo (El Universal, 2021)

Figura 2. Los chiles en nogada del Mural de los Poblanos llegan a CDMX

Fuente: Food & wine, 2022

Cemita poblana

La cemita es eminentemente ibérica y es el resultado de dos variedades de pan que, durante el Virreinato, la ciudad de Puebla entregaba como tributo a la corona española. Otra característica del pan de la cemita es el adorno con ajonjolí que lleva en la tapa, en la que los artesanos alcanzaron gran destreza y la decoraban con flores, estrellas, animales, frases, nombres y paisajes. (Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural, 2021)

En el siglo XIX, las cemitas se preparaban en casa y se rellenaban con papa, frijol y nopal (Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural, 2021)

Las cemitas poblanas son un pan crujiente con ajonjolí arriba, rellena de diferentes ingredientes como milanesa, quesillo, aguacate, queso, chile chipotle. Pápalo y cebolla.

Se dice que la gastronomía poblana es sofisticada porque según la revista neoyorquina Condé Nast Traveler (CN Traveler), las cemitas poblanas son consideradas entre los mejores sándwiches a nivel mundial.

Figura 3. Como preparar deliciosas cemitas poblanas, ¡desde el pan hasta el relleno!

Fuente: Cocina delirante, 2022

Mole de caderas

El mole de caderas es un platillo insignia de la región mixteca, principalmente en Oaxaca, Puebla y Guerrero. Su peculiar forma de producirse y prepararse lo hace todo un platillo tradicional. El Festival Étnico de la Matanza celebrado en Tehuacán, Puebla, se realiza año con año con el fin de agradecer por el trabajo y la salud. Esta verbena fue incluida en 1996 en el directorio de festivales de la Comisión Nacional

para la Cultura y las Artes (CONACULTA) y declarada Patrimonio Cultural del Estado de Puebla en octubre de 2004 (Larousse Cocina, 2021)

Algunos de los pastoreros empiezan a llegar desde finales de septiembre al lugar donde se realizará el sacrificio del chivo y dar inicio a la temporada de matanza. En Puebla se realizan bailables y grandes fiestas. Hoy en día, este platillo tradicional es ofrecido, entre los meses de octubre y noviembre, en restaurantes como "mole de caderas" o "huaxmole de caderas", y consumirlo es todo un lujo. (Larousse Cocina, 2021)

Figura 4: Mole de caderas: Conoce la historia de una de las preparaciones más polémicas

Fuente: Gastrolab, 2022

Molotes

Es un antojito mexicano de origen poblano, es una bola de masa de maíz nixtamalizado que se aplana en forma de tortilla, se rellena de diferentes guisados como

lo puede ser tinga, papa, queso, requesón, ente otros guisos, se dobla cm quesadilla y se fríe con aceite hasta que quede crujiente y antes se comía solo así, per de un tiempo a la fecha se le agrega salsa, crema y queso.

Figura 5: Molotes poblanos de 3 quesos

Fuente: Con sal y azúcar, 2022

Chalupas

El origen de las chalupas no es muy claro. La historia dice que esta es una receta inventada por los frailes quienes utilizaron restos de pollo y los mezclaron con un poco de masa de maíz. Sin embargo, sintieron que la mezcla resultante estaba seca por lo que agregaron salsa y rebanadas de cebolla. (Spanish Institute of Puebla, 2020)

Las chalupas pertenecen a los antojitos más famosos de Puebla, las chalupas son hechas en diferentes estados, pero a diferencia de ellos las chalupas poblanas son hechas por tortillas pequeñas, fritas en manteca, con salsa, cebolla picada y carne deshebrada.

Figura 6: Chalupas poblanas

Fuente: Kiwilimón, 2022

Pipián verde

”Al Pipián se le conocía en tiempos de Moctezuma con el nombre de Totolin Patzcalmollo” (Sibaris, 2017) que era la referencia de un caldo de gallina con chili bermejo (chile rojo), tomates y pepitas de calabaza molidas se dice que el pipián era el platillo favorito de Moctezuma.

El pipián verde tiene diferentes variaciones en otros estados de la república, pero es en Puebla donde adquiere una singular popularidad, tan así, que lo puedes encontrar en la carta de cualquier restaurante de comida típica y mexicana a lo largo de todo el año. Y gran parte de esa popularidad se debe, curiosamente, a una plaga que asoló a la Angelópolis, entre los siglos XVIII y XI. (Enríquez, et al., 2021)

Figura 7: Pipián verde, un platillo nacido entre historia y leyenda

Fuente: Sibaris, 2022

Manchamanteles

El origen del manchamanteles se encuentra peleado entre los estados de Oaxaca y Puebla, los cuales son las entidades del país con el mayor número de recetas de moles como el delicioso mole poblano o alguno de los famosos siete moles de Oaxaca. (Ruiz, 2021)

Una de las leyendas acerca de la creación de esta deliciosa receta cuenta que fue creada en un convento poblano por una monja clarisa que estaba sorda y que, debido a su falta de oído, confundió los ingredientes del tradicional mole poblano agregando chile, plátano, pera, manzanas y piña; el resultado fue sorprendente y a las monjas les gustó tanto que se lo comieron rápidamente manchando todo el mantel que cubría la mesa. (Ruiz, 2021)

Éste es un mole ceremonial, que se ocupa para hacer en bodas, es un mole dulce, que tiene carne de cerdo, una salsa de chile mulato y chile ancho y diferentes frutas. A diferencia de otros platillos típicos, éste es muy poco conocido.

Cabe señalar que en este estudio también se abordará el tema de los dulces típicos por lo que a continuación se definirá dicho concepto.

Figura 8: Manchamanteles, el exquisito mole con fruta

Fuente: México desconocido, 2022.

Definición de dulce

Proveniente en su etimología del latín "*dulcis*", es un sabor agradable al paladar, opuesto al amargo, y ciertos alimentos que tienen ese sabor como los caramelos y confituras también se denominan así. También se fabrican dulces de frutas hirviéndolas con azúcar. En general los dulces son muy apreciados por todos, especialmente los niños, quienes lo reclaman como postre o colación. (De Concepto, 2020)

Dulces típicos

Desde tiempos antiguos, el dulce ha sido una parte importante de nuestra alimentación, en Puebla el dulce se obtenía de las abejas silvestres y del maguey pero con la llegada de los españoles se introdujeron muchos más elementos que se fusionaron con los ingredientes poblanos para crear nuevos sabores dulces; gracias a la

combinación de ingredientes españoles e indígenas se creó una repostería poblana muy elaborada. (Exclusivas Puebla, 2019)

En aquellos tiempos en las casas y los conventos no podían faltar los dulces típicos, los consumían desde las clases altas, hasta las más humildes. La dulcería poblana es una de las más reconocidas a nivel nacional.

La Gran Fama fue el primer establecimiento dulcero que se estableció en la ciudad de Puebla. (Domínguez, 2005)

La dulcería poblana evidentemente es un producto histórico y social que en el largo proceso que dio lugar a su origen, desarrollo y afianzamiento, generó una especie de identidad a la ciudad, siendo tanta su demanda que fueron surgiendo espacios precisos, conocidos como dulcerías (Culinary Art School,2015)

Por otro lado, los dulces típicos son también conocidos así porque se hacen representando a la región con ingredientes que son originarios del mismo, también los dulces típicos de Puebla fueron creados en el convento de las monjas de Santa Clara y de Santa Rosa, de estos hay una gran variedad como los son los camotes, los muéganos, merengues, turrón de almendra, macarrones, tortitas de santa clara y muchos más. Unos de los dulces típicos que se consideraban de temporada para las épocas navideñas eran los polvorones sevillanos, los muéganos y el turrón.

En la prehistoria se hacían figuras de amaranto y a estos les llamaban Alfeñiques, se usaban para poner en las ofrendas el día de muertos.

Los conventos se caracterizaban por producir un número infinito de dulces gracias a la variedad de materias primas como el azúcar y las frutas. La misma autora menciona

que la producción doméstica fue muy importante, parece ser casi seguro que en las familias de clase acomodada fue desarrollándose una tradición dulcera que después alcanzo su apogeo. (Domínguez, 2005)

En el siglo XVIII aparecen dulces, como: tortitas de santa Clara, camotes poblanos, jamoncillos, mazapanes, suspiros de monja, cocadas, alfajores, dulces de huevo y buñuelos, atribuidos al convento de Santa Clara. En el siglo XIX, la ciudad de Puebla hizo una importante contribución a la gastronomía, con la producción de recetarios (Acle-Mena & Montiel, 2018). (Acle-Mena, Santos-Díaz, & Herrera-López, 2020).

La dulcería poblana se posiciono como un factor de identidad, debido a que preserva y mantiene una larga tradición. Es el resultado de un devenir histórico y social, que involucro a diferentes grupos sociales con diversos intereses, sobre todo los asociados a los gustos que van íntimamente ligados a las costumbres y tradiciones gastronómicas, a las posibilidades económicas y al acceso de las materias primas. (Domínguez, 2005)

Algunos de los famosos dulces típicos son:

Tortitas de Santa Clara

Las Tortitas de Santa Clara son uno de los dulces más reconocidos en Puebla, producidos en el Convento de Santa Clara por las monjas durante la época colonial. La historia narra que una de las religiosas buscaba una nueva receta con el dulce de pepita y se le ocurrió mezclarlo con una galleta, este dulce, está elaborado a base de harina,

azúcar glass, tequesquite, agua, bicarbonato, manteca de cerdo, yemas de huevo, pepita de calabaza, leche y azúcar (Flores, 2019). (Juárez, 2020)

Figura 2. Tortitas de Santa Clara, el dulce típico más vendido de Puebla

Fuente: El Universal Puebla, 2022

Camotes

Los camotes, tienen su origen en un convento según referencias en la *vox populli*. El dulce de camote es característico del estado de Puebla y se prepara con agua, azúcar y esencia de limón hasta que se obtenga una pasta. Su presentación es diferente a muchos dulces, ya que a la pasta una vez que se le da forma cilíndrica se envuelve en un papel encerado y posteriormente se empaquetan en cajas pequeñas para su venta. Al momento de su exhibición se pueden ver las cajas con diversos colores, llenas de camotes de diferentes colores y sabores, listos para su consumo (Fernández, 1997). (Juárez, 2020)

Figura 3. Camotes de Puebla. Historia del dulce típico que surgió por un error y una travesura

Fuente: El Universal Puebla, 2022

Jamoncillos

La historia del jamoncillo y de otros dulces típicos de México se remonta a la época de la Colonia. En los conventos, las monjas eran excelentes cocineras y reposteras que solían experimentar con diversos ingredientes (Enriquez, 2021)

Los jamoncillos son dulces poblanos típicos hechos a base de pepita, azúcar y leche.

Figura 4. De qué están hechos los jamoncillos de Puebla

Fuente: El Universal Puebla, 2022

Borrachitos

Son dulces elaborados a base de harina y espolvoreados con azúcar y un relleno cremoso de una gran cantidad de sabores como piña, limón, fresa, naranja, entre otros. El principal toque de este dulce es el licor, y gracias a dicho ingrediente se le asigna el nombre de "borrachitos" ((Castro y González, 2000) (Juárez, 2020)

Figura 5. De qué están hechos los borrachitos?

Fuente: El Universal, 2022

Gaznate

De acuerdo con Larousse el gaznate es un dulce popular de forma cilíndrica, elaborado con una pasta de harina de trigo similar a la de los buñuelos, que se fríe y se rellena con merengue. Se consume en los estados del centro del país y en Oaxaca. Su venta es ambulante, aunque también se encuentra con frecuencia en las dulcerías. Recibe este nombre por su forma, ya que la tráquea también es conocida como gaznate. (Melara, 2021)

Figura 6. Gaznates

Fuente: Madeleine cocina, 2022

Muéganos de Tehuacán

Estos dulces poblanos poco tienen que ver con aquellas bolitas de masa de trigo crujiente. Se trata más bien de una especie de galleta -también cubierta con piloncillo- que se coloca en forma de sándwich entre obleas. (Animal Gourmet, 2021)

Figura 7. ¿El muégano nació en Tehuacán?

Fuente: Hecho en Tehuacán, 2022

El alfeñique

Se dice que la palabra alfeñique es de origen árabe y se usaba para designar a la pasta de azúcar cocida y estirada en barras muy delgadas y retorcidas, en México con figuras del dulce harinosa o azúcar glass que se hacen principalmente en día de muertos (Rubín, 2016)

Figura 8. La dulce historia del alfeñique

Fuente: Tres PM, 2022

Entre otros muchos más dulces típicos que existen en Puebla.

Aportación gastronómica de los pueblos mágicos de Puebla

Un Pueblo Mágico es un sitio con símbolos y leyendas, poblados con historia que en muchos casos han sido escenario de hechos trascendentes para nuestro país, son lugares que muestran la identidad nacional en cada uno de sus rincones. (Secretaria de Turismo, 2020)

Los pueblos mágicos son utilizados para desarrollo turístico, dando a conocer sus festividades, lugares más atractivos del lugar, gastronomía, tradiciones, entre otras cosas.

Los nueve pueblos mágicos de Puebla son:

Cuetzalan del progreso

El significado de su nombre en náhuatl es "lugar donde abundan las plumas hermosas". Está situado en la Sierra Madre Oriental, a 900 metros de altura sobre el nivel del mar. Sus principales atractivos turísticos son la zona arqueológica de Yohualichán, las cascadas de la cuenca hidrológica del río Tecolutla, la feria del huipil y del café, la iglesia de los jarritos y las grutas. Adquirió su nombramiento como pueblo mágico en el año 2002 (Garcia, y otros, 2016)

En su gastronomía se encuentran diversos platillos como lo son el itacate que son enmoladas o enfrijoladas con cecina arriba envueltas en una hoja de plátano, acamayas, la cecina con tlayoyos, frijoles con xocoyoli, tamales de frijol, chilpozonte de pollo, pipián con pollo, chilpozonte de res con chayotes, dentro de sus bebidas se pueden encontrar el *yolixpa* que es una mezcla de alrededor 20 plantas medicinales con aguardiente de caña, atole de maíz conocido como *xocoatol* en Náhuatl y sus dulces típicos como la calabaza con panela, yuca con panela, piloncillo y jamoncillo.

Zacatlán de las manzanas

Su nombre en náhuatl significa “lugar donde abundan los zacates”, se encuentra enclavado en la serranía norteña del estado de Puebla. Sus principales atractivos turísticos son la zona típica monumental, el conjunto conventual “Templo Franciscano siglo XVI”, la parroquia de San Pedro y San Pablo, la fábrica y museo de relojería, las piedras encimadas, la cascada San Pedro y Tulimán, la pirotecnia, el pan típico y las artesanías. En 2011 fue nombrado pueblo mágico. (Garcia, y otros, 2016)

Uno de los platillos típicos de Zacatlán son los tlacoyos ahogados, sopa de habas con nopales, chalupas que se sirven diferente que, en Puebla, mixiotes (pollo, res, conejo, carnero), el pan de queso muy típico de allá, sidras, el mondongo, mole, refrescos de manzana, conejo encacahuatado o enchilado, mole de olla, tlacoyos de alverjón o frijol.

Pahuatlán de valle

Su nombre en náhuatl significa “lugar de grandes aguacates llamados pahuas” y forma parte de la Sierra Norte de Puebla. Sus principales atractivos turísticos son las grutas de Tamborillo, la cueva del águila, el cerro del cirio, la poza de la campana, los vestigios y ruinas de la Atla y Xolotla, San Pablito, las artesanías y los platillos típicos. En 2012 lo nombraron pueblo mágico. (Garcia, y otros, 2016)

El licor de acachul también se hace en Pahuatlan, las hormigas chicalas también se usan para salsas o fritas con chiltepín, es muy típico el pan de granillo y el de huevo.

Chignahuapan

Su nombre en náhuatl significa “sobre las nueve aguas”, sus principales atractivos turísticos son las aguas termales, la producción de esferas navideñas, la Basílica de la Virgen de la Inmaculada Concepción tallada a mano en madera, las cascadas del salto de Quetzalapan, la laguna de Chignahuapan, la feria nacional del árbol y la esfera, y el festival de la luz y la vida. En 2012 fue nombrado pueblo mágico. (Garcia, y otros, 2016)

Algunos de los platillos típicos de este lugar son el conejo enchiltepinado, en época de cuaresma los escamoles, tamales de hollejo que están hecho con la cascara del grano elote y tamales de pascal que son una mezcla de frijoles con cacahuate.

Cholula

Fue el primer pueblo mágico del país que logró reunir la colaboración y el trabajo conjunto de dos municipios de gran trascendencia en el estado: San Andrés y San Pedro Cholula. Sus principales atractivos son la monumental pirámide, así como su riqueza cultural, gastronómica y artesanal. En 2012 ambos lugares fueron nombrados pueblos mágicos. (Garcia, et al., 2016)

Como todos los pueblos mágicos tiene sus diferentes platillos típicos como lo son las orejas de elefante, es una tortilla de maíz rellena de frijoles, salsa, queso y cebolla, la sopa cholulteca que es también conocida como sopa poblana, lleva elote, calabaza, champiñones, rajas poblanas y queso panela, la cecina cholulteca es otro de los platillos representativos del lugar, se acompaña de queso de canasta, rajas rojas y aguacate, las cuetlas son unos gusanos comestibles que abundan en Cholula, y por

ultimo una de las bebidas representativas del lugar es el cacao, es una bebida preparada de agua, chocolate y maíz molido, es conocido como el "Elixir de los Dioses".

Tlatlauquitepec

Es un municipio enclavado en la Sierra Norte del estado, nombrado pueblo mágico en 2012. Dentro de su oferta cultural están las danzas típicas. Sus principales atractivos turísticos son el cerro Cabezón, el ex convento franciscano, el templo de la Virgen de Asunción, así como el santuario del Señor de Huaxtla. (Garcia, y otros, 2016)

Algunos de los platillos representativos de Tlatlauquitepec son los tlacoyos de papa y alverjón, el mole ranchero, las garnachas, el caldo de menudos, el chilposonte de pollo, el caldo de barbacoa, la torta de camarón, el manjar, el gaznate, el jamoncillo y unas de las bebidas lo son el yolixpa y los vinos de fruta. Cabe mencionar que no son dulces los moles que se hacen aquí, la mayoría son picosos.

Xicotepec

Municipio localizado en la Sierra Norte de Puebla, fue nombrado pueblo mágico en 2012. Entre sus principales atractivos turísticos se encuentran la monumental Virgen de Guadalupe, la parroquia de San Juan Bautista, el centro ceremonial la Xochipila y el Museo Casa Carranza. (Garcia, y otros, 2016)

Tienen algunas bebidas como el vino de *acachul* y maracuyá. el *acachul* es una fruta que se da por el mes de mayo y en esas épocas se venden aguas, paletas y dulces de esta, molotes diferentes a los que conocemos, tamales envueltos en hoja de papatla,

gorditas de canasta, hormigas chicatanas, galletas esponjadas que solo se pueden hacer allá por cuestión de clima, un pan llamado charro.

Atlixco

El significado de su nombre en náhuatl es “lugar del valle de agua”, también conocido como “Atlixco de las Flores”. El último domingo de septiembre, en la explanada del cerro de San Miguel, Atlixco se convierte en la sede de un festival que reúne a representantes de las once regiones culturales del estado, llamado “Huey Atlixcáyotl” que es patrimonio cultural de Puebla. Entre sus principales atractivos están la parroquia de Santa María de la Natividad, el palacio municipal, el ex convento Carmelita, el parque Colón y la pinacoteca, entre otros. (Garcia, y otros, 2016)

De los platillos tradicionales de Atlixco se encuentra la cecina, los tlacoyos, el consomé atlixquense, la trucha preparada, el chileatole, el atole de arroz y nieves de diferentes sabores.

Huauchinango

La palabra “Huauchinango” significa en náhuatl “lugar rodeado de árboles”. Con montañas, ríos y cascadas, es el lugar ideal para el turismo de naturaleza y la aventura extrema. Sus principales atractivos son el palacio municipal, el conjunto conventual, la

casa del general Rafael Cravioto y la Casa de Cultura, entre otros. (Garcia, y otros, 2016)

Unos de los platillos típicos que ofrece la gastronomía de Huauchinango son las gorditas con tuétano, los tamales de bola o de puñete, el adobo de pollo con hongos, enchiladas de chile macho, mixiotes, chilacayote, pan de elote, una de las bebidas típicas es el vino de capulín y algunas otras frutas.

Metodología

En el presente trabajo la metodología ha emplear es la siguiente:

Métodos descriptivo y cualitativo ya que al principio del trabajo se hará una descripción completa de ¿qué es la gastronomía poblana?

De la misma forma, se recopilarán documentos relacionados con la comida típica del estado de Puebla.

También se realizarán revisiones de páginas web, páginas especializadas sobre gastronomía poblana y se emplearán técnicas de investigación documental en donde se recurrirá a fuentes primarias y secundarias para la investigación.

Por otra parte, también para el estudio serán importantes las fuentes secundarias, como por ejemplo artículos de diferentes revistas de gastronomía.

Se empleará el método de la entrevista cara a cara a ciertos pobladores que estén relacionados o involucrados con el desarrollo de la investigación.

Es importante, mencionar que, para la realización de las entrevistas, se llevarán a cabo las clases de métodos cualitativos y métodos cuantitativos de investigación.

Cabe mencionar que éstos son algunos métodos y técnicas que se utilizarán en la investigación, pero a lo largo del proceso se pudieron retomar algunos más.

La investigación empleada será aplicación científica debido a que es más rigurosa y organizada.

Para ello, se llevarán a cabo dos tipos de investigaciones, documental y de campo ya que con ayuda de recolección de datos en libros, documentos, periódicos, revistas y ayuda de información de personas conocedoras del tema y residentes de Puebla se obtendrá la información.

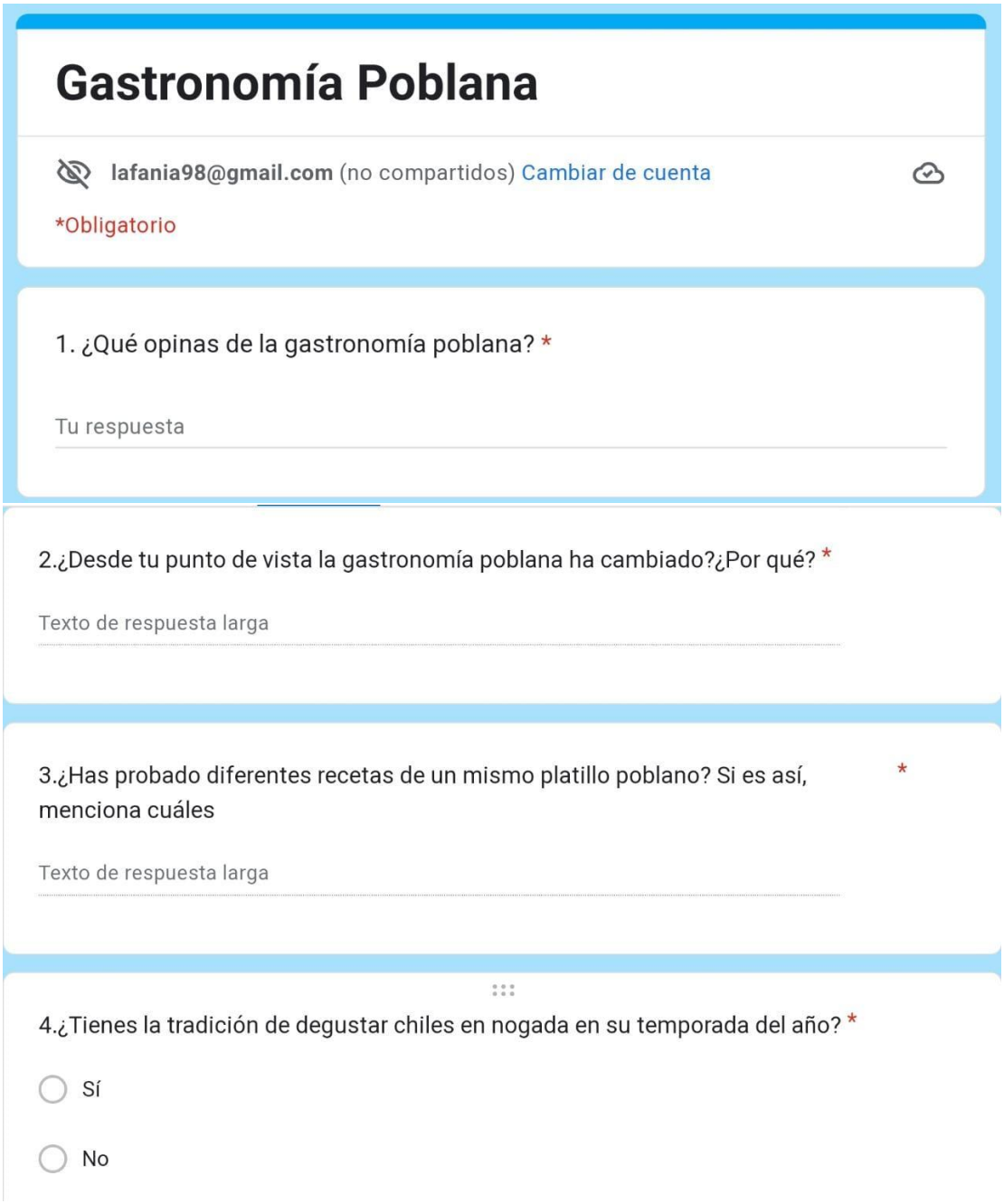
La investigación ayudará a recolectar información sobre diferentes partes del estado de Puebla y se planteará en el marco teórico, para confirmar datos los obtenidos y dar a conocer datos desconocidos

Con la ayuda de una encuesta estructurada con preguntas abiertas y de opción múltiple realizadas en Microsoft Forms, se aplicará a 264 personas en un rango de 20 a 40 años de edad que viven en diferentes partes del estado de Puebla, las encuestas serán distribuidas de forma virtual a través de diferentes medios virtuales y redes sociales (correo electrónico, WhatsApp, Facebook, Instagram) a personas cuyo lugar de residedencia son diferentes partes de Puebla

Posterior a realizar las encuestas, se procedió a interpretar las respuestas, para ello se tuvieron que analizar cada una de ellas ya que en su mayoría eran preguntas abiertas y

el resto de opción múltiple. Una vez que se obtengan las respuestas de la encuesta se analizarán y graficarán las respuestas con ayuda del programa Microsoft Excel.

Formato general de encuesta



5.¿En qué piensas que han cambiado las recetas que has probado del chile en nogada? *

Texto de respuesta larga

6. ¿Has comido mole poblano? *

- Sí
- No

7. ¿Crees que se ha modificado su sabor? ¿en qué? *

Texto de respuesta larga

8. ¿Has ido a algún pueblo mágico de Puebla? *

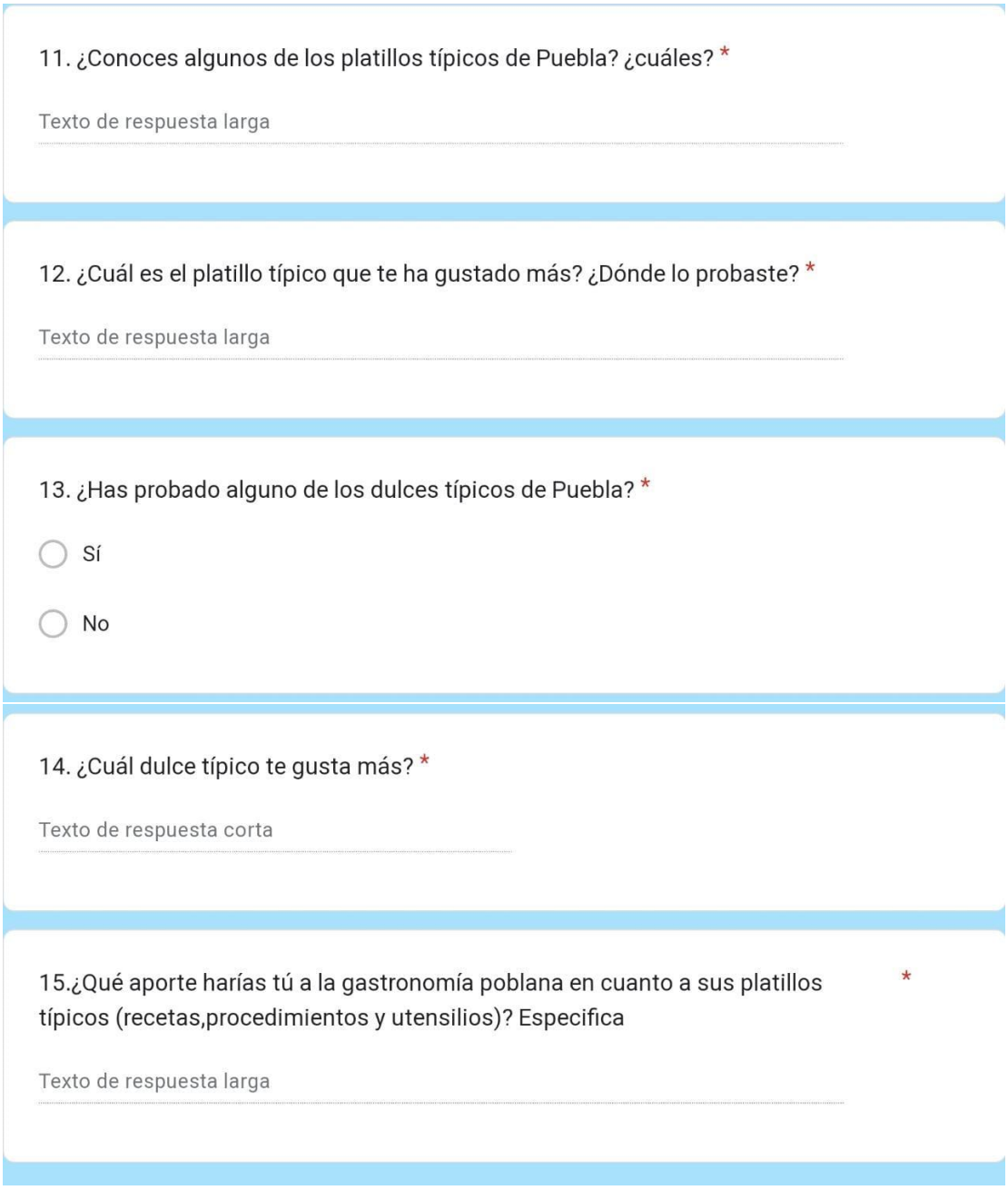
- Sí
- No

9. ¿Has probado algún platillo típico de su gastronomía? *

- Sí
- No

10. ¿Conoces alguna tradición o costumbre de Puebla?Si la respuesta es sí, ¿cuáles? *

Texto de respuesta larga



Fuente: Elaboración propia

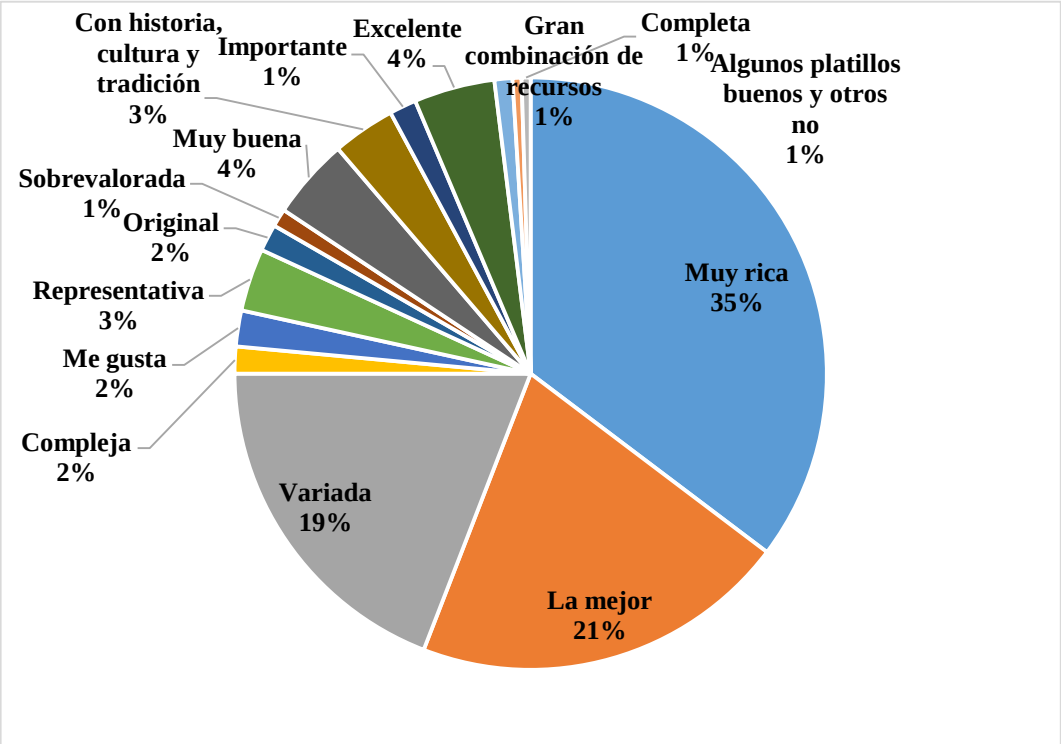
Resultados y discusión

Con ayuda de la encuesta estructurada con preguntas abiertas y de opción múltiple realizadas en Microsoft Forms, aplicadas a 204 personas en un rango de 20 a 40 años de edad que viven en diferentes partes del estado de Puebla, y después de que fueron distribuidos los cuestionarios realizados en Microsoft forms a través de las diferentes

redes sociales se procedió a analizar los resultados, los cuales se presentan a continuación.

Como primer ítem del cuestionario aplicado a los jóvenes y adultos jóvenes se tiene ¿Qué opinas sobre la gastronomía poblana? Y se muestra en la Figura 1

Figura 1. ¿Qué opinas sobre la gastronomía poblana?



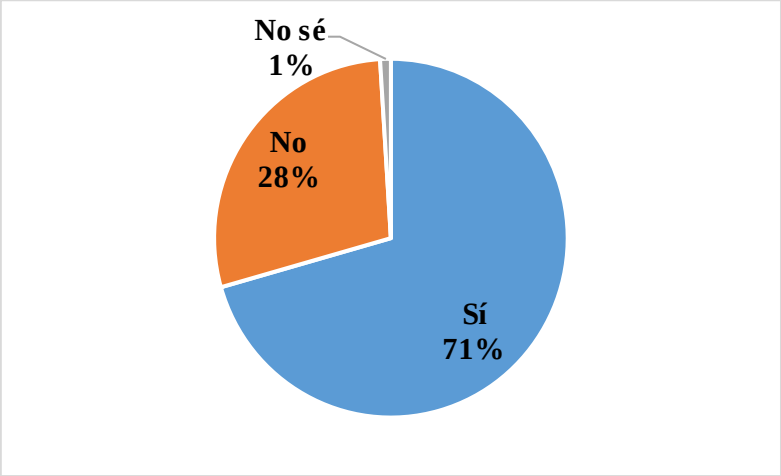
Fuente: Elaboración propia

Se realizó ésta pregunta para ver cómo está posicionada la gastronomía poblana en el punto de vista de poblanos y las respuestas que se obtuvieron de las 204 personas jóvenes y adultos jóvenes entrevistadas de un rango de edad de 20 a 40 años de edad, el 35% (72 personas) de ellos opinaron que es muy rica la gastronomía poblana, el 21% (42 personas) opinaron que es la mejor gastronomía, el 19% (39 personas) opinaron que es variada, el 4% (9 personas) opinaron que es muy buena, otro 4% (9 personas) opinaron que es excelente, un 3% (7 personas) opinaron que es representativa, otro 3% (7 personas) opinaron que es una gastronomía con historia, cultura y tradición, un 2% (4 personas) opinaron que les gusta la gastronomía poblana, un 1% (3 personas) opinaron que es muy compleja, otro 1% (3 personas) opinaron que es original, otro 1% (3 personas) opinaron que es importante, el 1% (2 personas) opinaron que es una gran

combinación de recursos, 1% (2 personas)opinaron que está sobrevalorada, el .5%(1 persona) opinó que tiene algunos platillos buenos y otros no y el otro .5% (1 persona) opinó que es muy completa. Con las respuestas que se obtuvieron en esta pregunta podemos darnos cuenta que son mínimas las personas que tienen malos comentarios sobre la gastronomía poblana y la mayoría de personas que contestaron la pregunta tiene buenos comentarios.

El segundo ítem del cuestionario aplicado fue ¿Desde tu punto de vista la gastronomía poblana ha cambiado? Y se presenta en la Figura 2

Figura 2. ¿Desde tu punto de vista la gastronomía poblana ha cambiado?



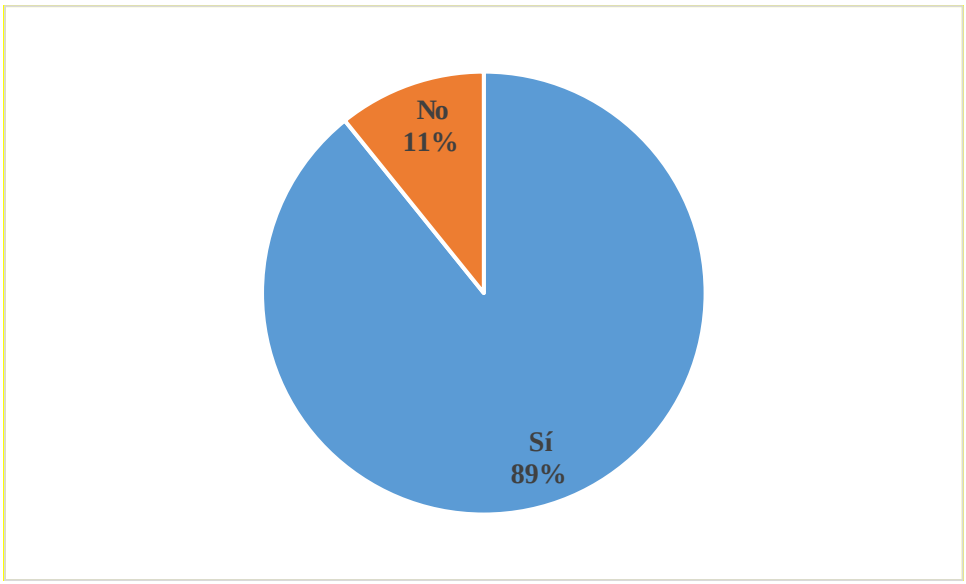
Fuente: Elaboración propia

Se realizó ésta pregunta a 204 personas jóvenes y adultos jóvenes, en un rango de edad de 20 a 40 años, porque se quería saber si la gastronomía poblana en vista y gusto de otras personas sigue siendo lo mismo que antes o ha cambiado, del total de las personas que contestaron la pregunta en su mayoría un 71% (144 personas) piensan que si ha cambiado, el 28% (58 personas) piensan que no ha cambiado y el 1% (2 personas) no saben en realidad si ha cambiado o no, en conclusión con las respuestas que se

obtuvieron la mayoría de las personas piensan que si ha cambiado la gastronomía poblana y se ha perdido lo tradicional.

En la figura 3 se muestra el ítem 3 del cuestionario aplicado a la población objetivo ¿Has probado diferentes recetas de un mismo platillo poblano?

Figura 3. ¿Has probado diferentes recetas de un mismo platillo poblano?

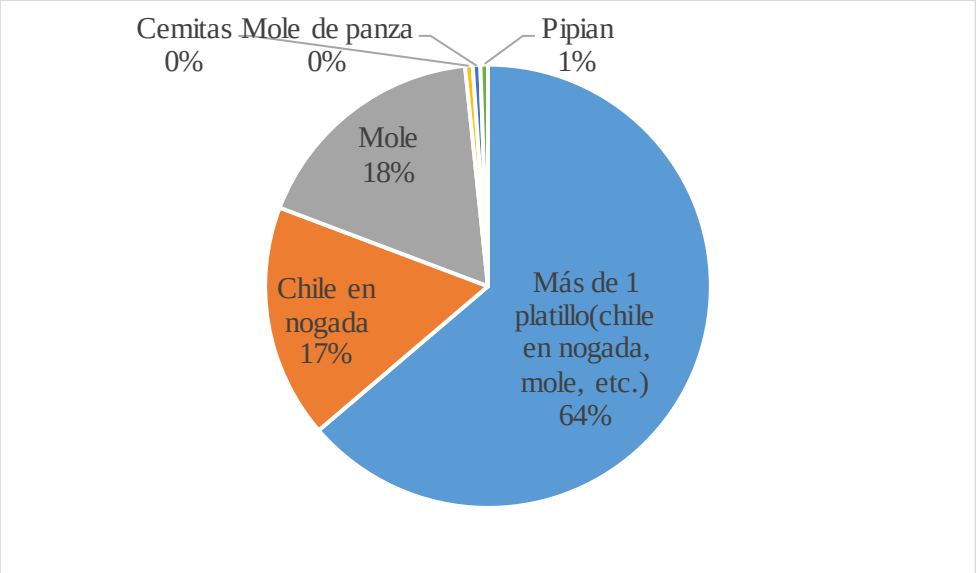


Fuente: Elaboración propia

Ésta pregunta se realizó con el fin de saber si las personas solo conocen una sola receta de cada platillo o han probado diferentes, fueron 204 personas jóvenes y adultos jóvenes en un rango de edad entre 20 y 40 años a las que se les hizo esta pregunta y el 89% (182 personas) sí han probado diferentes recetas, mientras que el otro 11% (22 personas) no lo han hecho, la mayoría de las personas han probado diferentes recetas de algún platillo típico poblano.

Como cuarto ítem del cuestionario aplicado a los jóvenes y adultos jóvenes se tiene la continuación del anterior que Si es así menciona cuales y se puede observar los resultados en la Figura 4

Figura 4. Si es así menciona cuales

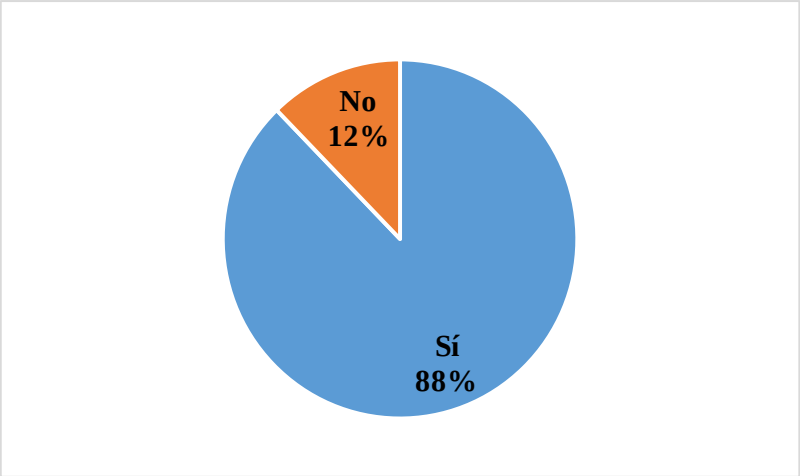


Fuente: Elaboración propia

Continuando con las respuestas de la pregunta anterior el 89% (182 personas) de los 204 jóvenes y adultos jóvenes de un rango de edad de 20 a 40 años que contestaron la pregunta dijeron que si han probado diferentes recetas de un mismo platillo típico poblano, el 64% del 89% que dijeron que sí (116 personas) han probado diferentes recetas de más de 1 platillo típico, el 18% del 89% que dijeron que sí (32 personas) han probado diferentes recetas del mole poblano, el 17% del 89% que dijeron que sí (31 personas) han probado diferentes recetas del chile en nogada, el 1% del 89% (1 persona) ha probado diferentes recetas del pipián, el .5% del 89% que dijeron que si(1 persona) ha probado diferentes recetas del mole de panza y el .5% del 89% de las personas que dijeron que sí en la pregunta anterior(1 persona) ha probado diferentes recetas de cemitas, en conclusión la mayoría de las personas han probado diferentes recetas de distintos platillos típicos de Puebla.

En la figura 5 se muestra el ítem 5 del cuestionario aplicado a los jóvenes y adultos jóvenes de Puebla ¿Tienes la tradición de degustar chiles en nogada en su temporada del año?

Figura 5. ¿Tienes la tradición de degustar chiles en nogada en su temporada del año?

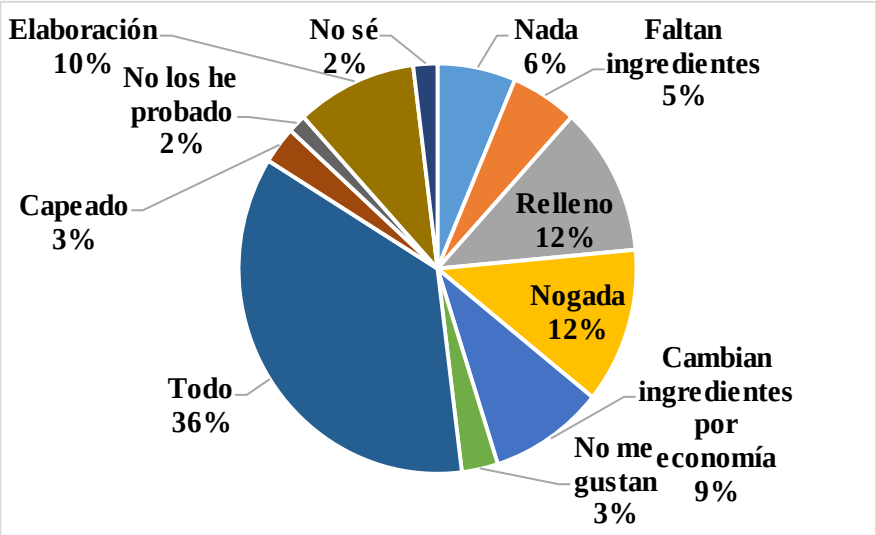


Fuente: Elaboración propia

La pregunta número 4 se realizó con la finalidad de saber si las 204 personas jóvenes y adultos jóvenes de un rango de edad de 20 a 40 años a las que se les realizo, tienen la tradición de degustar chiles en nogada en su temporada y contestaron que el 88% (179 personas) si tienen esa tradición y el otro 12% (25 personas) no lo hace, ya que no les gusta el sabor, la combinación de dulce con salado o no han tenido la oportunidad de hacerlo.

El resultado del ítem 6 se muestra en la Figura 6 del cuestionario que se realizó ¿En qué piensas que han cambiado las recetas que has probado del chile en nogada?

Figura 6. ¿En qué piensas que han cambiado las recetas que has probado del chile en nogada?

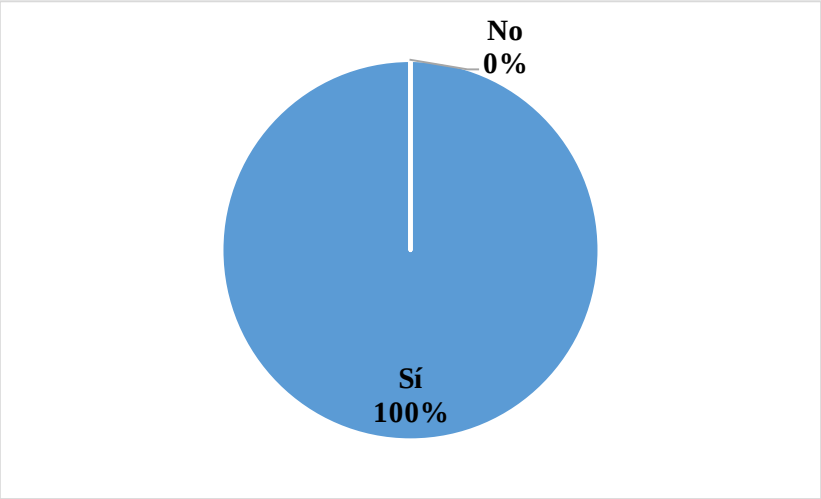


Fuente: Elaboración propia

Se realizó ésta pregunta a 204 personas jóvenes y adultos jóvenes en un rango de edad de 20 a 40 años, para saber en que han cambiado las recetas de chile en nogada que han probado, ya que es bien sabido que en todas las casas como en restaurantes se hace diferente ya sea por gusto o por economía tanto el relleno, si es capeado o no, y la nogada si es de nuez de castilla, de alguna otra o si tiene licor o no, los resultados que se obtuvieron fue que un 36% (73 personas) han dicho que ha cambiado toda la receta, un 12% (24 personas) dijeron que cambio el relleno, otro 12% (25 personas) dijeron que cambia en el relleno, el 10%(20 personas) dijeron que cambia su elaboración, el 9% (19 personas) dijeron que cambian los ingredientes por economía, el 6% (13 personas) dijeron que no han cambiado en nada, el 11% (5 personas) dijeron que faltan ingredientes en las recetas, un 3% (6 personas) dijeron que no les gustan los chiles en nogada, otro 3% (6 personas) dijeron que cambian en el capeado, el 2% (4 personas) no saben en que han cambiado y el 1% (3 personas) no los han probado.

El séptimo ítem del cuestionario aplicado fue ¿Has comido mole poblano? Y se presenta en la Figura 7

Figura 7. ¿Has comido mole poblano?

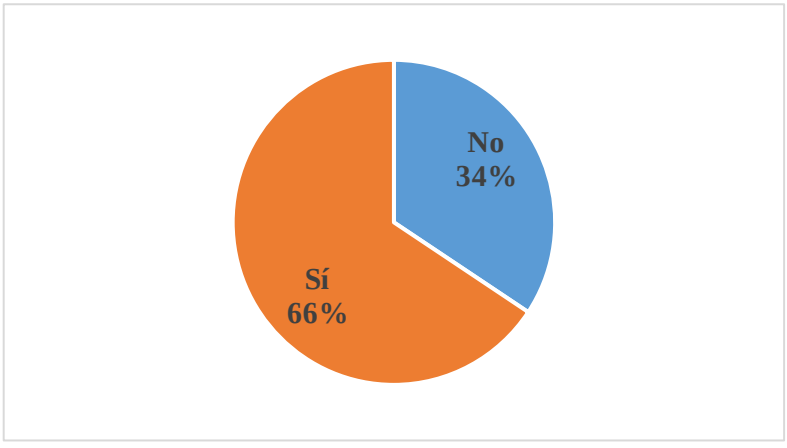


Fuente: Elaboración propia

Se hizo esta pregunta a las 204 personas jóvenes y adultos jóvenes de un rango de edad de 20 a 40 años para saber si han probado el mole poblano y el 100% (204 personas) contestaron que si lo han probado.

El ítem número 8 del cuestionario que se realizó ¿Crees que se ha modificado su sabor? se representa en la Figura 8

Figura 8. ¿Crees que se ha modificado su sabor?

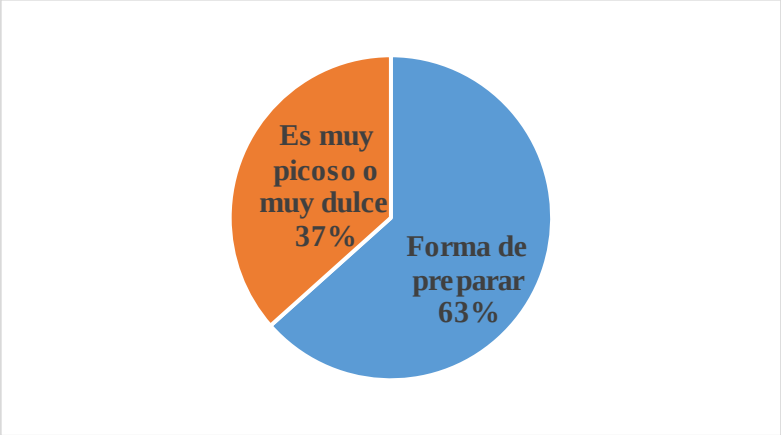


Fuente: Elaboración propia

Ésta pregunta se le hizo a 204 personas jóvenes y adultos jóvenes de 20 a 40 años de edad para saber si piensan que se ha modificado el sabor del mole poblano y el 66% (134 personas) dijeron que si se ha modificado y 34% (70 personas) dijeron que no se ha modificado la receta del mole poblano.

El noveno ítem del cuestionario aplicado es continuación del anterior y fue ¿En qué se ha modificado? Y se presenta en la Figura 9

Figura 9. ¿En qué se ha modificado?

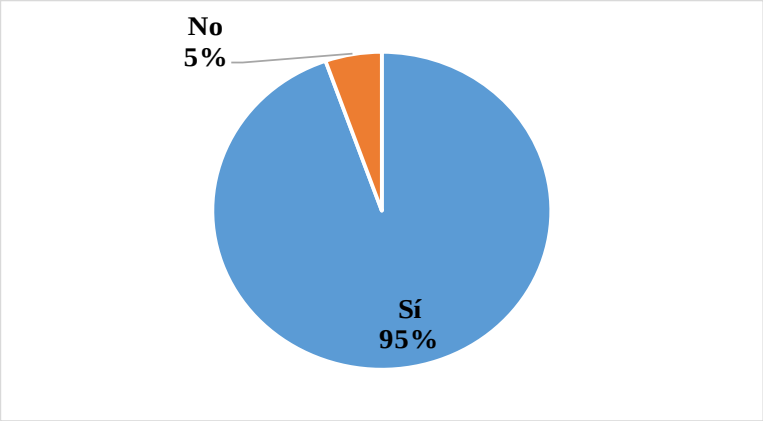


Fuente: Elaboración propia

Como continuación de la pregunta anterior el 66% (134 personas) dijeron que si se ha modificado la receta del mole poblano y se les preguntó en que piensan que se ha modificado la receta del mole poblano el 63% del 66% de los que dijeron que sí en la pregunta anterior (85 personas) dijeron que se ha modificado su forma de preparar y el 37% del 66% de las personas que dijeron que sí en la pregunta anterior (49 personas) dijeron que se ha modificado en que es muy dulce o muy picoso.

El décimo ítem fue ¿Has ido a algún pueblo mágico de Puebla? y se muestra en la Figura 10

Figura 10. ¿Has ido a algún pueblo mágico de Puebla?

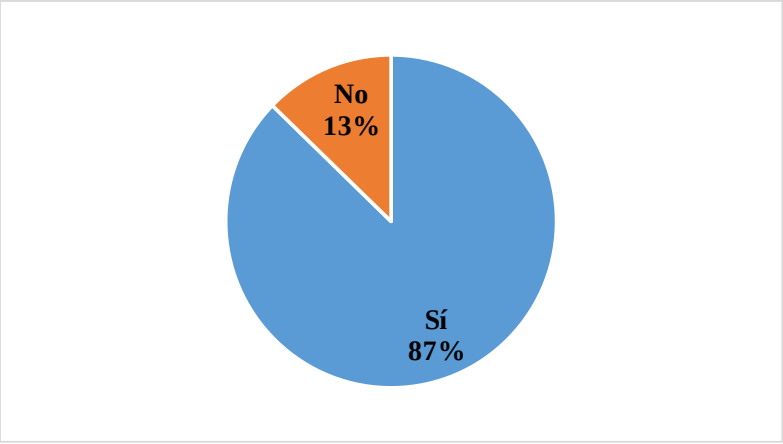


Fuente: Elaboración propia

Ésta pregunta se realizó a 204 personas jóvenes y adultos jóvenes de un rango de edad de 20 a 40 años de edad para saber si alguna vez han ido a algún pueblo mágico de Puebla y el 95% (193 personas) contestaron que si han ido a un pueblo mágico y el otro 5% (11 personas) dijeron que no han ido a ninguno.

El ítem número 11 del cuestionario que se realizó ¿Has probado algún platillo típico de su gastronomía? se representa en la Figura 11

Figura 11. ¿Has probado algún platillo típico de su gastronomía?

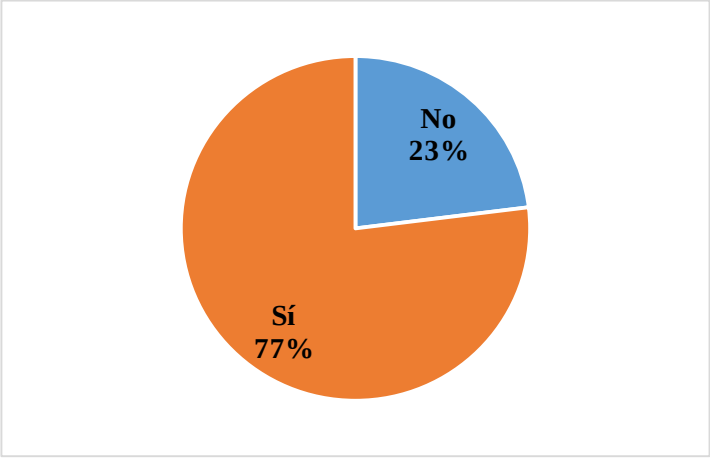


Fuente: Elaboración propia

Se les hizo ésta pregunta a 204 personas jóvenes y adultos jóvenes en un rango de edad de 20 a 40 años de edad para saber si han probado algún platillo típico de un pueblo mágico y el 87% (178 personas) contestaron que si han probado platillos típicos de pueblos mágicos de Puebla y el otro 13% (26 personas) dijeron que no han probado ninguno.

El ítem número 12 obtenido del cuestionario realizado se representa en la Figura 12 y fue ¿Conoces alguna tradición o costumbre de Puebla?

Figura 12. ¿Conoces alguna tradición o costumbre de Puebla?



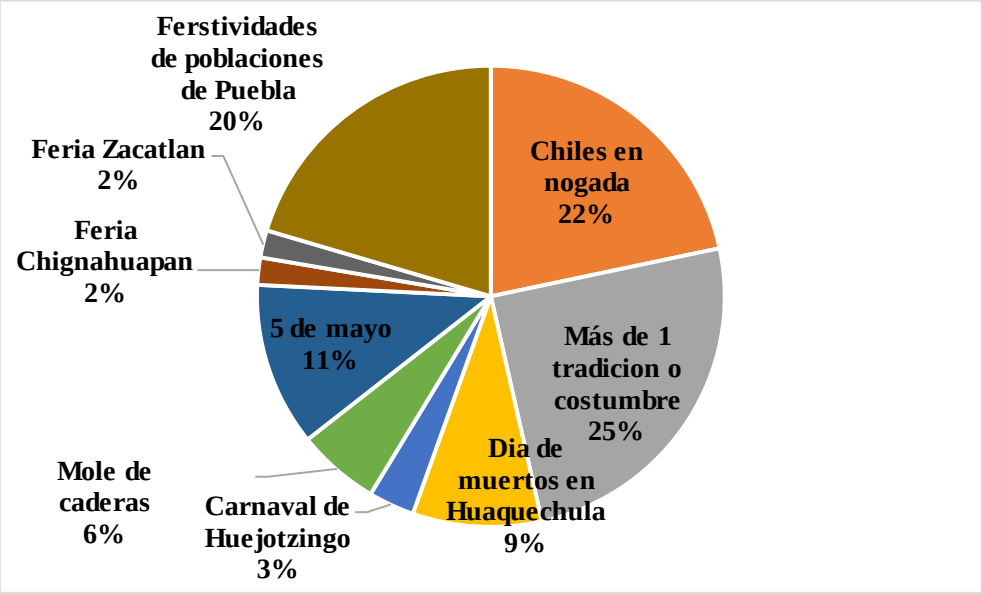
Fuente: Elaboración propia

Ésta pregunta se les realizo a 204 personas jóvenes y adultos jóvenes de un rango de edad de 20 a 40 años de edad para saber si conocen alguna tradición o costumbre de

Puebla, el 77% (157 personas) dijeron que si conocen tradiciones y costumbres de Puebla y el otro 23% (47 personas) dijeron que no conocen ninguna.

El ítem 13 del cuestionario aplicado fue ¿Cuáles costumbre o tradiciones de Puebla conoces? Y se presenta en la Figura 13

Figura 13. ¿Cuáles costumbre o tradiciones de Puebla conoces?

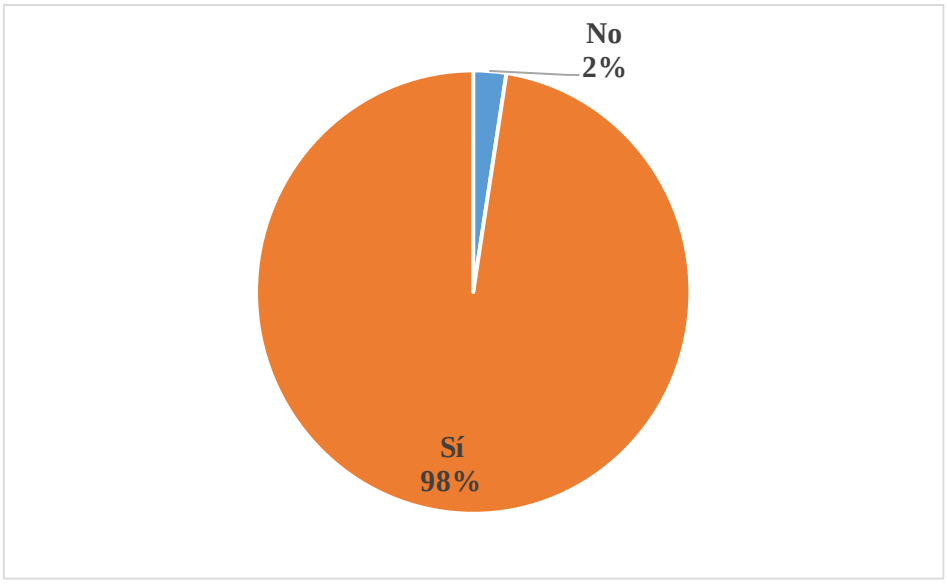


Fuente: Elaboración propia

Continuando con la pregunta anterior el 77% (157 personas) dijeron que si conocían alguna tradición o costumbre de Puebla, se realizó esta pregunta para saber cuál de ellas era la que conocían, el 25% del 77% (39 personas) conocen más de una tradición o costumbre, el 22% del 77% (34 personas) conoce sobre el chile en nogada, el 20% del 77% (32 personas) conocen festividades de lugares de Puebla como lo pueden ser unos ejemplos las alfombras por la celebración de la Virgen de los Dolores en Acatzingo o de algunos otros santos, 11% del 77% (18 personas) contestaron que el 5 de mayo, el 9% del 77% (14 personas) contestaron que los altares del día de muertos en Huaquechula, el 6% del 77% (9 personas) dijeron que la temporada de mole de caderas, el 3% del 77% (5 personas) contestaron que el carnaval de Huejotzingo, el 2% de 77% (3 personas) contestaron que la feria de la manzana en Zacatlán y el 2% de 77% (3 personas) contestaron que la feria del árbol y la esfera de Chignahuapan.

El ítem 14 del cuestionario que se realizó se representa en la Figura 14 y fue ¿Conoces algunos platillos típicos de Puebla?

Figura 14. ¿Conoces algunos platillos típicos de Puebla?

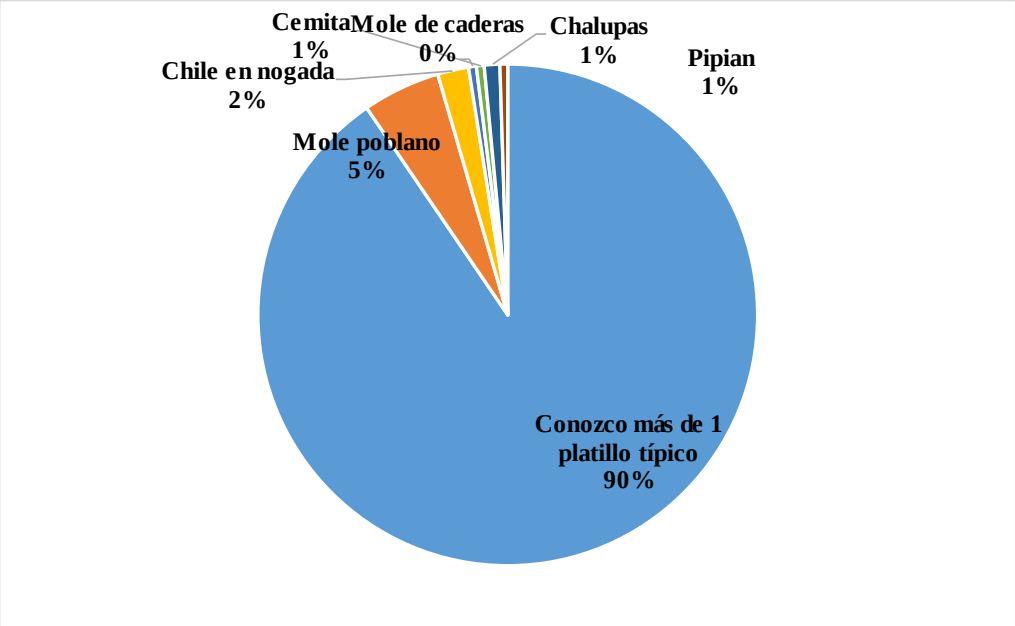


Fuente: Elaboración propia

Ésta pregunta se hizo para saber si las 204 personas jóvenes y adultos jóvenes de un rango de edad de 20 a 40 años de edad a las que se les hizo esta pregunta han probado algún platillo típico de Puebla, el 98% (199 personas) contestaron que sí han comido algún platillo típico, el 2% (5 personas) contestaron que no han probado ningún platillo.

En la Figura 15 se representa el ítem 15 del cuestionario que se realizó y fue .¿Cuáles platillos típicos de Puebla conoces?

Figura 15.¿Cuáles platillos típicos de Puebla conoces?

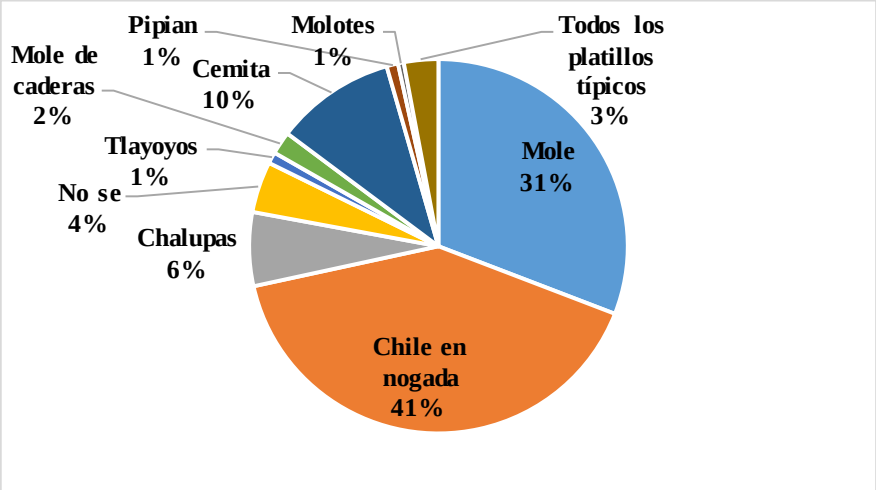


Fuente: Elaboración propia

A continuación de la pregunta anterior, esta pregunta se hizo para saber cuáles son los platillos típicos de Puebla que conocen, el 90% del 98% (108 personas) que dijeron que sí en la pregunta anterior, 5% del 98% (10 personas) contestaron que el mole poblano, el 2% del 98% (4 personas) contestaron que el chile en nogada, el 1% de 98% (2 personas) dijeron que las chalupas, el 1% del 98% (1 persona) dijeron que el mole de caderas, el 1% del 98% (1 persona) contestaron que la cemita, y el 1% del 98% (1 persona) contestaron que el pipián.

En la Figura 16 se muestra el ítem 16 ¿Cuál es el platillo típico que te ha gustado más? del cuestionario que se realizo

Figura 16. ¿Cuál es el platillo típico que te ha gustado más?



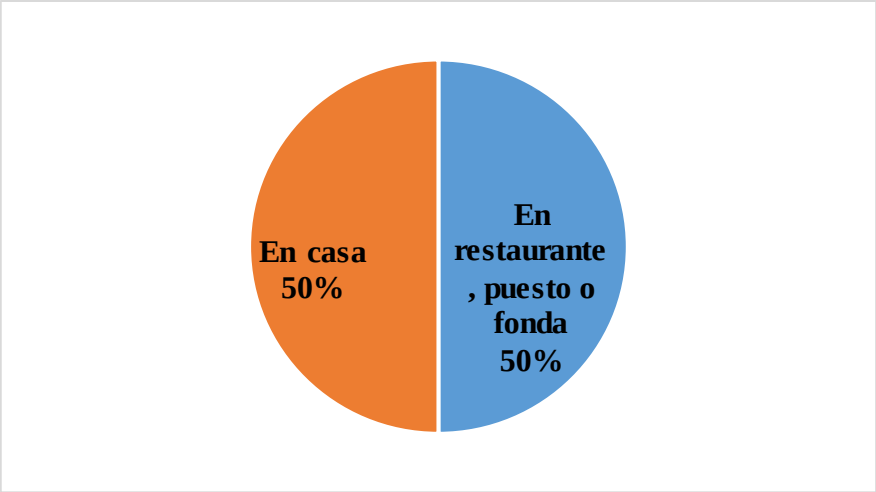
Fuente: Elaboración propia

Ésta pregunta se les hizo a 204 personas jóvenes y adultas jóvenes con el fin de saber cuál es el platillo típico de Puebla que les ha gustado más, a la mayoría que es el 41% (83 personas) les gustan los chiles en nogada, al 31% (63 personas) les gusta el mole

poblano, al 10% (21 personas) les gustan las cemitas, al 6% (13 personas) les gustan las chalupas, el 4% (9 personas) contestaron que no sabían cuál es el platillo típico que les gusta más, el 3% (6 personas) dijeron que les gustan todos los platillos típicos, el 2% (4 personas) contestaron que les gusta el mole de caderas, el 1% (2 personas) le gustan los tlayoyos, a otro 1% (2 personas) les gusta el pipián y al 1% (1 persona) le gustan los molotes.

El ítem 17 ¿Dónde lo probaste? Es continuación del anterior y se muestra en la Figura 17

Figura 17. ¿Dónde lo probaste?



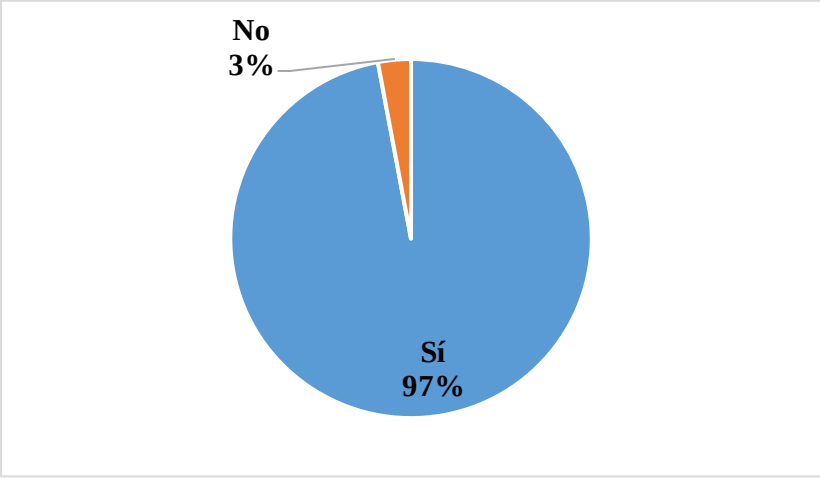
Fuente: Elaboración propia

Continuando con la pregunta anterior, se realizó ésta para saber en qué parte habían probado el platillo típico que más les gusta las 204 personas jóvenes y adultos jóvenes con un rango de edad de 20 a 40 años y se concluyó que el 50% (102 personas) probaron

el platillo en su casa o casa de algún familiar y el otro 50% (102 personas) contesto que lo probo en algún restaurante, puesto o fonda.

El ítem 18 ¿Has probado alguno de los dulces típicos de Puebla? Resultado del cuestionario que se realizó se muestra en la Figura 18

Figura 18. ¿Has probado alguno de los dulces típicos de Puebla?



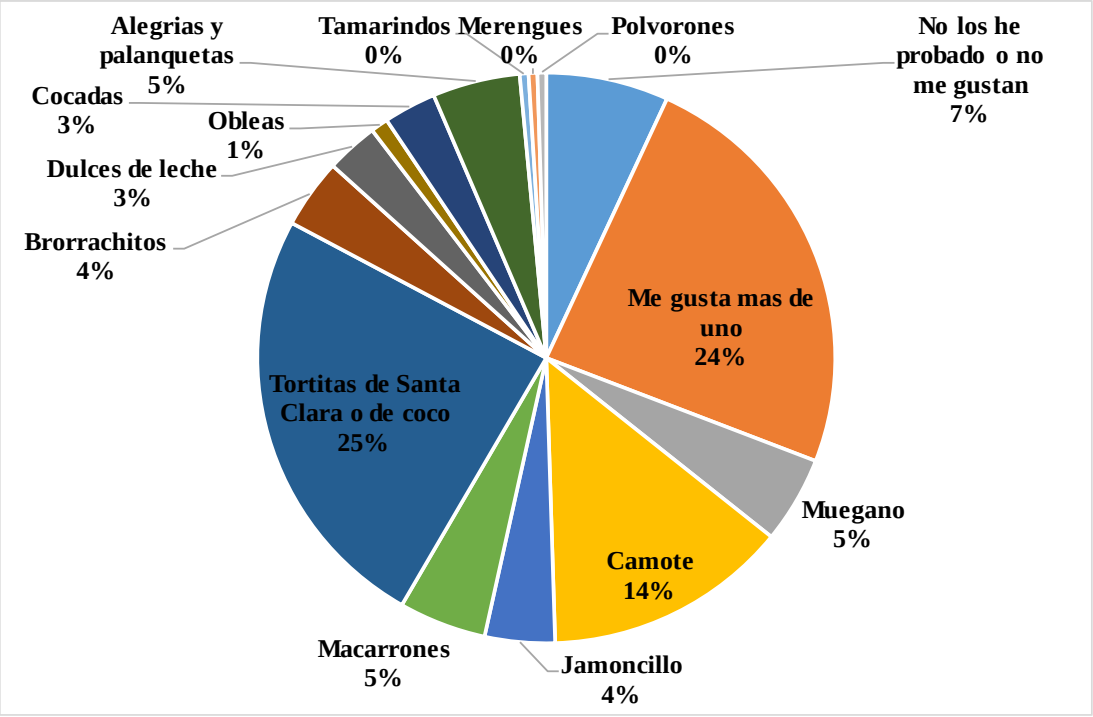
Fuente: Elaboración propia

La pregunta se le hizo a 204 personas jóvenes y adultos jóvenes de 20 a 40 años de edad con el fin de saber si han probado algún dulce típico de Puebla, el 97% (198

personas) contesto que si los ha probado y el 3% (6 personas) contesto que no los ha probado.

El ítem 19 del cuestionario aplicado fue ¿Cuál dulce típico te gusta más? Y se presenta en la Figura 19

Figura 19. ¿Cuál dulce típico te gusta más?

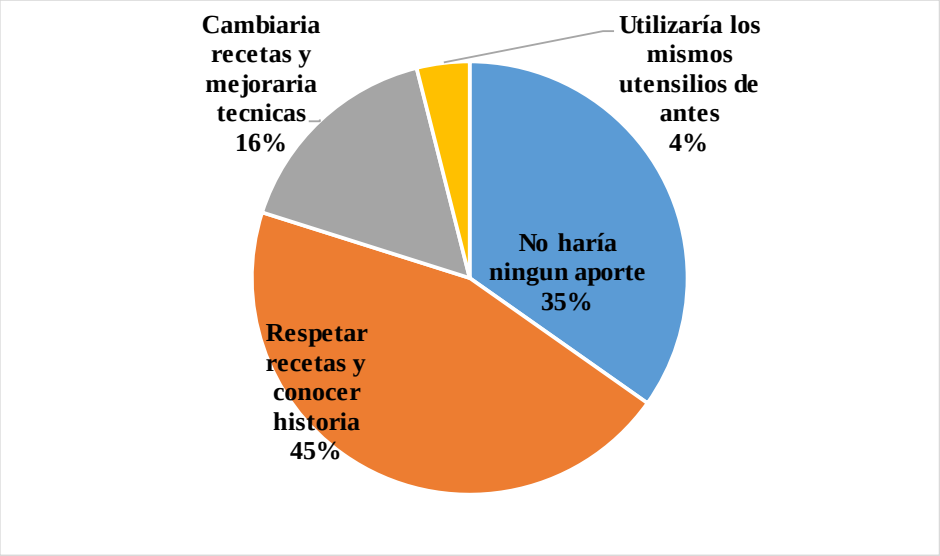


Fuente: Elaboración propia

Se les realizó ésta pregunta a 204 personas jóvenes y adultos jóvenes con un rango de edad de 20 a 40 años de edad para saber cuál es su dulce típico poblano favorito, el 25% (50 personas) contestaron que las tortitas de Santa Clara o tortitas de coco, el 24% (49 personas) contestaron que les gusta más de un dulce típico, el 7% (14 personas) contestaron que no les gustan los dulces típicos, el 5% (10 personas) contestaron que les gustan las alegrías y las palanquetas, el 5% (10 personas) dijeron que les gustan los muéganos, otro 5% (10 personas) contestaron que les gustan los macarrones, el 4% (8 personas) le gustan los borrachitos, el 3% (6 personas) les guastan los dulces de leche, a otro 3% (6 personas) les gustan las cocadas, a 1 persona le gustan los merengues, a 1 persona le gustan los tamarindos y a 1 persona le gustan los polvorones sevillanos.

El ítem 20 del cuestionario aplicado fue ¿Qué aporte harías tú a la gastronomía poblana en cuanto a sus platillos típicos (recetas, procedimientos y utensilios? Y se presenta en la Figura 20

Figura 20. ¿Qué aporte harías tú a la gastronomía poblana en cuanto a sus platillos típicos (recetas, procedimientos y utensilios?



Fuente: Elaboración propia

Se les realizó ésta última pregunta a 204 personas jóvenes y adultos jóvenes de un rango de edad de 20 a 40 años de edad para saber que aportación harían a la gastronomía poblana en cuanto a sus platillos típicos, el 45% (92 personas) respondieron que les gustaría respetar las recetas originales y les gustaría conocer la historia, el 35% (71 personas) respondieron que no harían ningún aporte, el 16% (33 personas) respondieron que a ellos les gustaría cambiar las recetas y mejorar las técnicas y el 4% (8 personas) les gustaría seguir utilizando los mismos utensilios de antes.

Conclusiones

La gastronomía poblana es reconocida internacionalmente por su variedad de historia y platillos, cuando se habla de la gastronomía poblana, no solo nos referimos a ella, al igual que al hablar de los platillos típicos de la ciudad de Puebla, sino a todos los platillos en general del estado, donde se toman en cuenta todas las ciudades y municipios pertenecientes al estado y sus ya conocidos pueblos mágicos.

Según la presente investigación y los resultados que se presentaron se pudo observar que existen muchas tradiciones, costumbres y recetas de la gastronomía poblana que se están perdiendo con el paso del tiempo, son muy pocas personas las que conocen realmente del tema, algunos lo confunden con alguna de otros estados.

Un lugar transmite a través de su gastronomía características importantes de su historia, por ello, en la opinión de las personas muchas de ellas prefieren que se siga manteniendo lo tradicional, por otro lado, todo esto ha ocasionado que las recetas originales en algunos lugares se hayan modificado casi en su totalidad con el objetivo de innovar y eso hace que muchas personas no le den el interés que merece y se pierda su esencia.

Recomendaciones

Puebla cuenta con una gran riqueza histórica y gastronómica que no es tomada en cuenta, es importante que personas residentes del estado tengan el conocimiento de su lugar de origen, hablando de su historia, comida, lugares, tradiciones y costumbres para poder conocer algunos otros lugares. Es fundamental poder contribuir al conocimiento del tema, saber el origen para poder valorarlo.

La investigación que se realizó ayudó a generar propuestas para el conocimiento de la gastronomía poblana en general como lo son:

Una ruta turístico-gastronómica ya que son actividades que se enfocan en su mayoría a la gastronomía y su historia, sería una forma un tanto didáctica de poder conocer un poco más sobre el estado.

Capacitar a gente de restaurantes populares dedicados a la gastronomía poblana para que se pueda contar un poco de la historia de cada platillo a la hora de servirlo.

Bibliografía

- Acle-Mena, R. S., Santos-Díaz, J. Y., & Herrera-López, B. (2020). La gastronomía tradicional como atractivo turístico de la ciudad de puebla, México. Revista de investigación, desarrollo e innovación, 10(2), 237-248.
- Animal Gourmet, (2021) *10 dulces poblanos que debes probar por lo menos una vez en la vida*. Recuperado de https://www.animalgourmet.com/2021/08/05/10-dulces-poblanos-que-debes-probar-por-lo-menos-una-vez-en-la-

vida/#:~:text=Yemitas%2C%20gaznates%2C%20molletes%2C%20polvorones,al%20final%20de%20una%20comida.

- Baez Pelcastre, M. (2019). *Una mirada a la cultura gastronómica poblana y del municipio de San Martín Totoltepec.* Revista Conexxión de Hospitalidad y Gastronomía. Recuperado de http://aliatuniversidades.com.mx/conexxion/wp-content/uploads/2016/09/Art-2CHyG-19.pdf
- Botello, N. (2017) *¿Cuál es el significado de puebla.* Recuperado de https://www.lifeder.com/significado-de-puebla/
- Cajal, A. (2021*). Las 10 Tradiciones y Costumbres de Puebla Más Populares. Lifeder*. Recuperado de https://www.lifeder.com/tradiciones-costumbres-puebla/.
- Castro, P. E. G., Barrientos, M. L. G., Sosa, E. R. C., Hernández, R. D. R. V., García, J. H., Gatica, K. L. & Beristáin, G. S. (2016). Pueblos mágicos en Puebla y su aportación al desarrollo regional. Revista Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas: RICSH, 5(10), 248-259.
- Concepto. (2020) *Definición de costumbre.* Recuperado de https://concepto.de/costumbre/#ixzz6OqIah3Ln
- Concepto. (2020) *Definición de tradición*. Recuperado de https://concepto.de/que-es-tradicion/
- Culinary Art School, (2015), *Dulcería poblana*. Recuperado de http://www.culinaryartschool.edu.mx/cocinasdemexico/wpcontent/uploads/2015/08/Dulcer%C3%ADa-de-Puebla.pdf
- De Concepto (2020.) *Concepto de dulce.* Recuperado de https://deconceptos.com/ciencias-naturales/dulce

- Domínguez, A. (2005). *Análisis de la industria de los dulces típicos de la ciudad de Puebla*. Recuperado de http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lhr/dominguez_p_al/
- El Anafre Rojo (2017), La gastronomía de Puebla. Recuperado de http://www.elanafrerojo.com/la-gastronomia-puebla/
- El Anafe Rojo (2017), *Los platillos típicos de Puebla*. Recuperado de http://www.elanafrerojo.com/los platillos-típicos-puebla/
- El Universal (2019) *De qué están hechos los borrachito.* Recuperado de https://www.eluniversal.com.mx/menu/estos-son-los-ingredientes-de-los-borrachitos
- El Universal (2021) *La triste historia del chile poblano y su batalla contra los piratas chino.* Recuperado de https://www.eluniversalpuebla.com.mx/que-hacer/la-triste-historia-del-chile-poblano-y-su-batalla-contra-los-piratas-chinos
- El Universal Puebla (2021) *Camotes de Puebla. Historia del dulce típico que surgió por un error y una travesura*. Recuperado de https://www.eluniversalpuebla.com.mx/que-hacer/camotes-de-puebla-el-dulce-que-surgio-de-un-error-y-una-travesura
- El Universal Puebla (2022) *De qué están hechos los jamoncillos de Puebla.* Recuperado de https://www.eluniversalpuebla.com.mx/estado/de-que-estan-hechos-los-jamoncillos-de-puebla
- El Universal Puebla (2021). *Tortitas de Santa Clara, el dulce típico más vendido de Puebla.* Recuperado de

https://www.eluniversalpuebla.com.mx/que-hacer/tortitas-de-santa-clara-el-dulce-tipico-mas-vendido-de-puebla-su-historia-y-receta.

- Enríquez, A., Jiménez, A., Vázquez, J.(2021) *Centro cultural de difusión y preservación de Huejotzingo, puebla.* Recuperado de https://repositorioinstitucional.buap.mx/bitstream/handle/20.500.12371/15439/20211028090103-3649-TL.pdf?sequence=1
- Enriquez, Y. (2021) *Historia del jamoncillo, una dulce tentación mexicana.* Recuperado de https://mexicorutamagica.mx/2021/03/05/jamoncillo-historia-tipos-dulce-mexico/
- Exclusivas Puebla, (2019) *Dulces tradicionales poblanos y su historia.* Recuperado de https://www.exclusivaspuebla.com.mx/dulces-tradicionales-poblanos-y-su-historia/
- García, R., (2015). *Gastronomía Poblana.* Recuperado de https://sites.google.com/site/cocinamexicanatodounmundo/historia-de-la-gastronomia-en-mexico/gastronomia-poblana
- Gastronomía y Cultura (2015) *La cultura alimentaria de Puebla.* Recuperado de http://www.culinaryartschool.edu.mx/cocinasdemexico/wpcontent/uploads/2015/08/u9b16.pdf?fbclid=IwAR00E9Otko9eTCTtku92nOpuNgp2BNMHb1L4g1YZiZnh9_BQGv5f-SqzeE
- Gutiérrez, C. (2012). *Historia de la gastronomía.* Recuperado de http://www.aliat.org.mx/BibliotecasDigitales/economico_administrativo/Historia_de_la_gastronomia.pdf
- Gutiérrez, P. (2019). *¿Cuál es la historia del mole poblano?* https://foodandwineespanol.com/el-origen-del-mole-poblano/

- Hecho en Tehuacán (2015) *¿El muégano nació en Tehuacán?*. Recuperado de https://www.icadtotal.com/blog_de_tehuacan/cultural/el-muegano-nacio-en-tehuacan/
- Importancia una guía de ayuda (2014) *Importancia de la gastronomía.* Recuperado de https://www.importancia.org/gastronomia.php?fbclid=IwAR26Cv5hI2DFt_6YmSb2tkmvNE7_R-bJuIIwttG04x45Swj9VeacKQdF6H8
- Juárez , S.(2020) *Evaluación de la calidad microbiológica de tres variedades de dulces típicos (camotes, borrachitos y tortitas de santa clara) comercializados en dos establecimientos de la ciudad de Puebla.* Recuperado de https://repositorioinstitucional.buap.mx/handle/20.500.12371/10375
- Larousse Cocina (2021) *Mole de caderas, toda una tradición culinaria.* Recuperado de https://laroussecocina.mx/nota/mole-de-caderas-toda-una-tradicion-culinaria-2/#:~:text=Unos%20dicen%20que%20es%20originario,de%20Puebla%2C%20como%20en%20Tehuac%C3%A1n.
- Madeleine cocina (2018) *Gaznates.* Recuperado de https://www.madeleinecocina.com/2018/02/gaznates-sabiasque/
- Martínez, C. (2021) *Las 10 tradiciones y costumbres más populares de Puebla.* Recuperado de https://www.lifeder.com/tradiciones-costumbres-puebla/
- Martínez, E., (2015). *Los siete moles de Oaxaca*. Recuperado de https://repositorio.unicach.mx/bitstream/20.500.12114/531/1/GAS%20641.592%20M37S%202015.pdf

- Melara, J. (2021) *Dulces típicos mexicanos: Gaznate.* Recuperado de https://www .cocinafacil.com.mx/recetas-de-comida/receta/gaznate/
- Noticieros Televisa (2015). *Puebla principal productor de chile poblano.* Recuperado de https://noticieros.televisa.com/mexico-estados/puebla-principal-productor-chile-poblano/
- Relatos e historias en México (2021). *¿Cuál es el origen de los chiles en nogada?*. Recuperado de https://relatosehistorias.mx/nuestras-historias/cual-es-el-origen-de-los-chiles-en-nogada
- Rubin, D., (2016) *El alfeñique, endulzó la conquista de México.* Recuperado de https://mexiconuevaera.com/opinion/arturo-rios/gota-de-historia/2016/01/29/el-alfenique-endulzo-la-conquista-de mexico#:~:text=De%20acuerdo%20con%20el%20Dr,principalmente%20en%20d%C3%ADa%20de%20muertos.
- Ruiz, Rodrigo (2021). *Manchamanteles: una receta de la cocina tradicional mexicana especial para fiestas.* Recuperado de https://www.directoalpaladar.com.mx/comida-mexicana/manchamanteles-receta-cocina-tradicional-mexicana-especial-para-fiestas
- Santos Morales, M. (2017). *Aportaciones de la vida monástica al patrimonio culinario de puebla*. Revista Cuetlaxcoapan. Pág. 2-7
- Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural (2021). *Cemita poblana: un manjar relleno de un sinfín de sabores*. Recuperado de https://www.gob.mx/agricultura/articulos/cemita-poblana-un-manjar-relleno-de-un-sinfin-de-sabores?tab=#_ftn1

- Secretaria de Turismo (2020). *Pueblos mágicos de México.* Recuperado de https://www.gob.mx/sectur/articulos/pueblos-magicos-206528#:~:text=Un%20Pueblo%20M%C3%A1gico%20es%20un,visitarlos%20es%20una%20oportunidad%20para
- Spanish Institute of Puebla (2020). *Chalupas poblanas.* Recuperado de *https://www.sipuebla.com/spanishreader/assets/files/Chalupas%20Poblanas.pdf*
- Tres PM (2020). *La dulce historia del alfeñique.* Recuperado de https://www.trespm.mx/cultura/la-dulce-historia-del-alfenique
- Unión Puebla (2017) *El verdadero origen del mole poblano*. Recuperado de https://www.unionpuebla.mx/articulo/2017/12/23/cultura/el-verdadero-origen-del-mole-poblano
- Ynsensé, J., Vázquez, A., Lozano, G. (2017) *Puebla y su cocina*. Revista Cuetlaxcoapan Pág. 37-38

BUAP

Oficio No. F.A. Dir. 1053/2023

Mtro. Alfredo Avendaño Arenaza
Director General de Bibliotecas
Benemérita Universidad Autónoma de Puebla
Presente.

*Por medio del presente, y de acuerdo con la solicitud presentada por el (la) pasante **GONZALEZ HERNANDEZ ESTEFANIA**, de la Licenciatura en **GASTRONOMÍA**, con matrícula **201668023**; hago de su conocimiento que ésta Unidad Académica no tiene inconveniente para que se beneficie con la modalidad de **TITULACIÓN POR TESIS LIBRE**.*

Por lo anterior, solicito a usted tenga a bien llevar a cabo el trámite de Liberación de Bibliotecas con los requisitos establecidos, a excepción de la entrega del ejemplar de tesis profesional, debido a que se ha entregado a la Biblioteca Especializada de nuestra Unidad Académica; a fin de que continúe con los demás tramites de titulación.

***NOTA**: ESTE DOCUMENTO TIENE VIGENCIA POR 6 MESES A PARTIR DE LA FECHA DE SU EXPEDICIÓN.*

Sin otro particular, le reitero mi más alta y distinguida consideración.

ATENTAMENTE
"Pensar Bien, para Vivir Mejor"
H. Puebla de Z., a 27 de Marzo de 2023.

Dr. José Aurelio Cruz de los Ángeles
Director

c.c.p. Archivo
EACM/MECS

Facultad de Administración
Av. San Claudio S/N Edificio ADM1
Col. San Manuel
Ciudad Universitaria, Puebla, Pue.
01(222) 229 55 00 Ext. 7754