

Cocina Colectiva

*Para el intercambio de
saberes*

2022

Xochimilco, Oaxaca y Chiapas

Lucía Pérez Volkow,
Mariana Martínez Balvanera,
Héctor Nicolás Roldán Rueda,
Diego Hernández Muciño

Índice

- 01. Resumen**
- 02. Objetivo(s)**
- 03. Introducción**
- 04. Metodología**
- 05. Cocina 01: Cena Multisensorial:
Unidades del Paisaje**
- 06. Cocina 02: Cocinando para Cocineras**
- 07. Cocina 03: Cocina Móvil en la
Chinampa**
- 08. Reflexiones finales**
- 09. Conclusión**
- 10. Agradecimientos**

Resumen

La cocina como punto de encuentro

El presente informe relata tres acciones de cocina colectiva realizadas por Cocina Colaboratorio. La primera “Cena de Biopas” fue un evento realizado en Loma Bonita y Reforma Agraria, Chiapas, donde un grupo de investigadores, personas de la comunidad y artistas compartieron una cena cocinada con productos locales provenientes de un bosque comestible y de solares de las comunidades. El segundo evento titulado “Cocinando para Cocineras” se realizó en la comunidad Santo Domingo Tomaltepec, en la que parte del equipo, preparó una cena a una grupo de cocineras tradicionales de la comunidad en agradecimiento a todas las atenciones que ellas siempre han tenido. Por último, se relata un evento de cocina móvil realizado en la chinampa Ayécatl en Xochimilco, donde se llevaron excedentes de productos chinamperos y se invitaron a vecinos, transeúntes, cocineras y científicos a crear recetas al momento y de manera colectiva. Las tres actividades fueron realizadas en territorios diversos, pero de manera conjunta muestran el potencial de compartir y aprender que tienen los eventos de cocina colectiva.

Objetivo

Objetivos generales

- Llevar a cabo acciones conjuntas para transformar los sistemas alimentarios desde arenas de intercambio y experimentación centradas en la cocina. La cocina es el espacio físico y simbólico más básico, donde se comparten alimentos, visiones y sueños. Al cocinar o comer en comunidad, ir compartiendo conocimientos, ir experimentando con nuevos cambios en sus componentes (columnas) y puntos de apalancamiento.
- Entretejer de saberes, haceres y sentires a través de la interacción sensorial con los alimentos en la experiencia de cocinar y comer de forma colectiva.

Objetivos específicos por sitio

- La Cena de Biopas tenía la intención de crear un vínculo entre académicas, la comunidad con el territorio a través de una experiencia sensorial, para generar empatía entre grupos y brindar un espacio de intercambio de conocimientos en torno al paisaje alimentario y los procesos socio-ecológicos.
- El evento de Cocinando para las Cocineras fue con el objetivo de ofrecerles un momento recreativo para agradecerles todas las atenciones que han tenido al equipo de Cocina Colaboratorio. La intención fue crear un momento de reconocimiento a su trabajo, así como brindarles un momento de paz, una comida rica y un espacio de convivio entre ellas.
- La acción de Cocina Colectiva en el Barrio de Asunción en Xochimilco se realizó con el objetivo de generar un laboratorio de experimentación con cultivos de excedentes chinamperos, para evitar su desperdicio e innovar en formas de cocinarlos y distribuirlos. Un segundo objetivo fue fortalecer las redes del equipo en territorio, y generar vínculos con las personas que habitan en el barrio, productoras y productores locales, y cocineras de los comedores comunitarios de Xochimilco.

Introducción

Tal vez la única salida que nos queda es rescatar el fuego civilizador y convertirlo nuevamente en el centro de nuestro hogar. Reunámonos junto a él para reflexionar sobre nuestra relación íntima con la vida. Recuperemos el culto a la cocina, para que dentro de ese espacio de libertad y democracia, podamos recordar cuál es el significado de nuestra existencia.

(Esquivel, 1989,p.4).

Las cocinas de los hogares son espacios donde manos y vidas se han dedicado a la transformación de ingredientes en comida. Los conocimientos que se expresan en las recetas y técnicas de cocina echan mano del fogón, sartenes y ollas para crear aromas, sabores y texturas que además de alimentar vidas, impactan en el paisaje.

El punto de partida del proyecto es la cocina, al ser un espacio multidimensional que permite vincular personas y a una comunidad con su territorio. Desde la cocina, se cuentan historias, se comparten saberes, se pone en práctica la creatividad, se mueven los sentidos, se comparten sueños, visiones y se construyen arenas de encuentros. La cocina es un taller donde se activan y generan relaciones y conocimientos al hacer.

El cocinar implica un gran conocimiento y trabajo de por medio, este requiere conocer los ingredientes, saber cómo recolectarlos, madurarlos, limpiarlos, cortarlos, fermentarlos, combinarlos, presentarlos: cocinar.



Olla en el fogón. Foto de Lucía Pérez

Todas estas acciones invariablemente nos llevan a manos y vidas de mujeres a lo largo de generaciones. Es, en su vasta mayoría, gracias a mamás, abuelas, bisabuelas que nos podemos sentar en mesas a compartir platillos, los cuales forman la base de la dieta, y son parte de nuestra identidad comunitaria. También la cocina es el puente entre entre la selva, bosques, milpas, chinampas, con la mesa. Es la cocina es un espacio de memoria biocultural, desde ahí, se lleva a cabo el diálogo entre las recetas que se desean preparar, con los cultivos que se

promueven, con las semillas que se deciden sembrar, los ingredientes que se intercambian o que se compran en las tiendas.

Como resultado de sus múltiples dimensiones, en la cocina se activan las metáforas implícitas de nuestra cotidianidad, permitiendo visibilizar y deconstruir los paradigmas dominantes. Permite la posibilidad de desarrollar acciones conjuntas, dando lugar a otras narrativas, nuevos tipos de expresión colectiva y alternativas a los problemas relacionados con los sistemas alimentarios.

Cocinar es la forma más básica de compartir, de cuidar a los demás y, desde

ahí, re-conectar y potencializar lo colectivo entre los miembros del equipo, actores comunitarios, creativos, académicos, organizaciones de la sociedad civil, gobiernos y el territorio.

En la potencia del vínculo afectivo radica la producción de lo común. De aquí, la apuesta de este proyecto, de partir de los vínculos cotidianos, basándose en una metodología anti-extractivista donde el conocimiento no se extrae de la comunidad, sino que se cocina junto con ella, donde transmitir los aprendizajes y reflexiones que se generan nos acerca a formas novedosas y genuinas para aproximarnos al comprender, más que al conocer.



Taller de cacao en Santo Domingo Tomaltepec. Foto de Tess Plein

Metodología

Cena multisensorial: Unidades del Paisaje

En el marco de la reunión anual de colaboradores del proyecto de investigación “Efectos de la deforestación de selvas sobre la biodiversidad en paisajes agroforestales tropicales” (En adelante llamado como BIOPAS), se realizó una *cena multisensorial* en el centro ecoturístico las Guacamayas para 40 personas, liderada por el colectivo Cocina Colaboratorio y dónde participaron estudiantes, académicos, autoridades de distintos ejidos de Marqués de Comillas y productores de la región. Esta actividad tenía como objetivo ser un espacio de encuentro, diálogo y reflexión sobre el valor del territorio desde la perspectiva del que lo habita, lo estudia y lo gestiona y sobre la necesidad de lograr aprendizajes y soluciones conjuntas.

Cocinando para Cocineras

El equipo de Cocina Colaboratorio decidió cocinarle una cena a las cocineras tradicionales de Santo Domingo Tomaltepec en agradecimiento a todo el tiempo y las atenciones que siempre han tenido. La cena se llevó a cabo en casa de una de las familias invitadas. Aunque la invitación estaba abierta a mujeres y hombres de la familia, el enfatizar que era una cena para cocineras, promovió que solo mujeres asistieran al evento. Llegaron 5 familias de mujeres, algunas con sus primas, hijas, mamás y hermanas. En total compartieron alimentos 35 personas. Se desarrolló un menú de tres tiempos hecho en su mayoría con productos locales. Cada platillo venía acompañado de una narrativa que se compartió de manera pública durante la cena. Después de la cena, se realizó un recetario con las recetas compartidas esa noche y se le entregó de manera personal a cada invitada.

Cocina móvil en chinampa

Dos productores agroecológicos de San Gregorio Atlapulco donaron el excedente de su producción para un evento de cocina público realizado en el chinampa Ayécatl en el Barrio Asunción de Xochimilco. En la chinampa se instaló una cocina móvil, con utensilios de cocina, un fogón de gas, los ingredientes donados así como diversas especias. Se acercaron al evento más de 50 personas, algunas compartieron recetas, otras probaron los platillos preparados y compartieron historias, pláticas y el momento.



Cocina 01

**Cena
Multisensorial:
Unidades del
Paisaje**

Cocina 01

Cena Multisensorial: Unidades del Paisaje en las Guacamayas

Conectando a investigadores con la comunidad

BIOPAS es un proyecto que opera desde hace ya unos años en la región de Marqués de Comillas y Loma Bonita, al sur de la Lacandona, Chiapas. Su proyecto se enfoca en monitorear los cambios que ha tenido el paisaje en transición de selva tropical a cultivos, pastizales y monocultivos.

En juntas previas con algunos organizadores del grupo se platicó quienes son el grupo de BIOPAS, dónde trabajan, qué investigaciones realizan y algunos de los hallazgos que han obtenido. Una vez compartida esta información se diseñaron las actividades del encuentro, en donde se decidió que el objetivo sería visibilizar el rol de las personas de la comunidad en el manejo y la conservación de la selva y la necesidad de escuchar y entender sus vínculos con el territorio, con el fin de incorporar esta perspectiva en las investigaciones de BIOPAS y buscar puntos de encuentros con las autoridades y productores locales.

Para lo mismo, diseñamos una serie de intercambios de conocimiento en torno a las Unidades de Paisaje de Marqués de Comillas, desde sus manejos, sus identidades, sus saberes y sus sabores.



Recorridos en las Unidades de Paisaje. Foto por Mariana Martínez

Recorridos narrativos para vincularnos con el territorio

De esta primera planeación se determinó realizar dos recorridos en donde se les pedirá reflexionar a los participantes ¿Cómo nos alimentamos del paisaje (manejamos)? Y ¿Cómo se alimenta (regula y conserva) el paisaje? Así mismo, se les pidió coleccionar tanto en la selva como en la milpa un objeto personalmente significativo que les permitiera expresar cómo se relacionan en lo personal y/o profesionalmente con los paisajes que visitamos.

Como seguimiento a esta primer etapa, se pusieron en marcha dos actividades más como parte de esta serie de intercambios con el proyecto BIOPAS: un encuentro de intercambio a través de la cocina en la parcela experimental de Loma Bonita y una cena multisensorial en el centro ecoturístico las Guacamayas.

Encuentro en la parcela experimental

A través de una acción colectiva de cocina experimental en el ejido de Loma Bonita, se activó un espacio de encuentro entre personas de la comunidad y el grupo de investigadores de BIOPAS, que permitió generar vínculos entre los saberes locales, académicos y técnicos.

Esta arena de intercambio de saberes, se activó alrededor del horno comunitario, del archivo biocultural y los distintos espacios de la parcela experimental, en donde los estudiantes y académicos visitantes fueron invitados a interactuar y participar a través de los distintos detonadores: ingredientes, audios, semillas, preguntas, talleres, etc.

1. **Hotel Polinizadores:** Se realizó un taller de hoteles para polinizadores con estudiantes y profesores, para hablar sobre la importancia de la biodiversidad de polinizadores en los sistemas de producción.
2. **Radio Móvil:** Se instaló una radio móvil en una de las plataformas de la parcela experimental para favorecer el diálogo entre académicos y miembros de la comunidad.
3. **Cocina Colectiva de Pizzas y pan:** De manera colectiva, se prepararon pizzas y pan de plátano con recetas previamente compartidas al proyecto, utilizando ingredientes que fueron recogidos en el territorio y la propia parcela experimental para generar un intercambio entre actores.



Cocina Colectiva en la parcela. Foto por Mariana Martínez



El horno en la parcela experimental. Foto por Mariana Martínez



Pizzas horneadas en colectivo. Foto por Mariana Martínez

Cena con Biopas en las Guacamayas

Como parte de la programación de intercambio de conocimientos con el grupo de BIOPAS, se preparó una *cena multisensorial*, que activó un espacio de encuentro entre el colectivo de Cocina Colaboratorio, estudiantes, académicos, autoridades de distintos ejidos de Marqués de Comillas y productores locales, a través de platillos que representan y cuentan a través de sus ingredientes los distintos paisajes de la región.

Previo al evento, se visitó a distintos productores locales quienes compartieron ingredientes y productos obtenidos y elaborados en la región, entre ellos: tortillas de yuca, palmito, queso fresco, pozol, cacao, chocolate, momo, jamaica, aceite de coco, guineos, Huixcoyol, vinagres de hongo madre, entre otros.

Con los insumos recolectados, se planeó una experiencia narrativa de 4 tiempos que invitó a los asistentes a activar su imaginación y pensar en los frutos de cada paisaje, así como su relevancia en la alimentación local. Durante la cena, se procuró generar un ambiente informal y de intercambio, por lo mismo diseñamos una mesa redonda donde personas se sentaban dentro y fuera del círculo. En cada tiempo, las personas rotaban (círculo interno a la izquierda, círculo externo a la derecha), y la productora o el productor que representaba a cada paisaje presentaba el platillo. Esto permitió que las personas tuvieran oportunidad de conocerse e intercambiar visiones e historias.

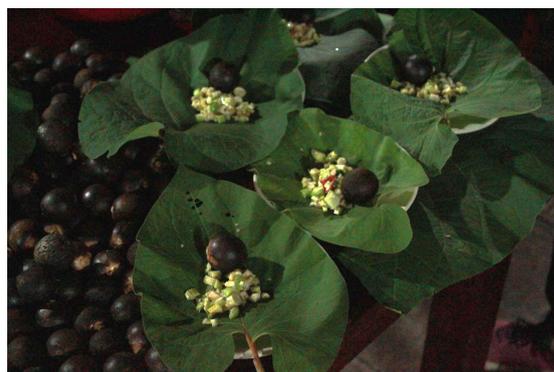
Como parte de la experiencia, se compartieron audios con reflexiones, recetas e historias de los platillos y del territorio y se dio el micrófono a los

productores, cocineras y agricultores que compartieron sus saberes en esta velada.

Finalmente la cena concluyó con un espacio para la venta de productos locales dónde se propició la comunicación entre productores y administradores del centro ecoturístico las Guacamayas con el propósito de favorecer futuros acuerdos de venta en el lugar.



Tortillas de yuca y chips de malanga. Foto por Mariana Martínez



Ensalada del bosque comestible. Foto por Mariana Martínez



A la mesa de intercambio. Foto por Mariana Martínez

Menú: Unidades del Paisaje Comestible

01 Unidad Selva

Ensalada del bosque comestible

Pacayas, pepinillo silvestre, momo, cañita agria, jengibre, cebolla, tomate, palmito y huiscoyol en una vinagreta de uva silvestre con aceite de coco.



Preparación de la cena con ingredientes del bosque comestible. Foto por Natsuho Endo

02 Unidad Milpa

Chips de la parcela

Chips de camote y malanga con salsa de cacahuete y chile habanero servidas en totomoxtle.



Intercambios en la mesa. Foto por Eduardo Argueta

03 Unidad Potrero

Crepas de yuca con jamaica

Tortillas de yuca rellenas de frijoles con queso fresco y guarnición de jamaica caramelizada.

04 Unidad Acahual

Probaditas del acahual

Bolitas de queso fresco empanizadas con una mezcla de pinole, donita de plátano, pedacitos de chocolate y acompañado con un café de ramón.



Prototipos y vendimia de productos locales. Foto por Eduardo Argueta

Reflexiones

Como reflexión de este proceso de intercambio de saberes y experiencias, fue sumamente enriquecedor para todos (especialmente los visitantes), el escuchar la historia del territorio en la voz de sus protagonistas, entender sus motivaciones para llegar a la región, las condiciones a las que se enfrentaron y lo que los llevó a tomar cada una de las decisiones de manejo que tomaron (el contexto, político, económico, ambiental, etc.), lo que nos lleva a ser mucho más empáticos y más cuidadosos al momento de hacer propuestas o compromisos. Otro aspecto importante a destacar, es la diversidad de saberes que existen en torno a la comida y cómo estos se relacionan con temas tan amplios y complejos como la conservación de la selva, la diversificación de productos, la apertura de nuevos mercados, etc. Finalmente otro punto muy importante a considerar, es la conexión que existe de parte de cada uno de los asistentes a la cena con el territorio y su deseo genuino de conservar su riqueza y como esto es un punto de unión y fuerza.

Resultados

1. Organizar espacios de intercambio de conocimientos entre actores locales e investigadores que transitan el área.
2. Mejor entendimiento de las prácticas y visiones de cada grupo, al igual que el intercambio de estrategias en torno al paisaje.
3. Arena de cena sensorial: desarrollo de espacio, diseño de menú, organización de narrativa.
4. Recetas de acuerdo a las unidades del paisaje comestible
5. Prototipo de “plaza móvil” para comercializar productos locales de las parcelas agroforestales y solares de los colaboradores locales.

Aspectos en discusión de los diferentes componentes del sistema alimentario	Producción: Promoción de productos locales a través de plaza móvil.
	Preparación: Desarrollo de menú con ingredientes de unidades del paisaje.
	Consumo: La preparación y el consumo colectivo de alimentos como medio para formar vínculos profundos entre miembros de la comunidad, con el proyecto y el territorio.
	Territorio: Conexión con el territorio a través de sus ingredientes, datos, prácticas e historias.

Pan de plátano

Emilio Hernández y Celia Álvarez

En los traspacios y solares de Loma Bonita se encuentran hasta once variedades distintas de plátanos: oro, dominico, guienito, guienito de azúcar piñalito, macho alto, macho enano, manzanito, república, roatán, rojo y cuadrado. La planta del plátano no es un árbol (aunque parezca), en realidad es la hierba más grande conocida. Esto es porque no tiene un tronco leñoso, si no que un tallo muy alto y grueso que sostiene sus hojas y frutos. Las semillas de los plátanos que conocemos son estériles, eso significa que no tienen la capacidad de crecer y reproducirse, por lo tanto la única forma de reproducir un plátano es a través de los hijuelos que van creciendo a su alrededor.

Esta receta de pan de plátano fué compartida en la parcela comunitaria experimental por Emilio durante el encuentro con Biopas en Loma Bonita. Durante el día Emilio, Celia, Paco y Rafa colectaron plátanos de la parcela y prendieron fuego al horno comunitario. A la llegada de los invitados, hicieron la mezcla en conjunto, la metieron en un molde y hornearon por unos 20 minutos. El resultado fue este rico pan que disfrutaron en conjunto acompañado por un rico atole de plátano hecho por Nelva y sus hijas.



Ingredientes

- 10 plátanos
- 100g de azúcar
- 75g de mantequilla
- 1 huevo
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 200g de harina
- 1 pisco de sal
- 1 cucharadita de bicarbonato

Preparación

Se precalienta el horno a 350°C.

Machacas los plátanos. Añades la mantequilla derretida, el bicarbonato y la sal. Agregas el azúcar, el huevo y la vainilla. Añade la harina y mezcla todo hasta tener una masa homogénea.

Hornea por 50 minutos.



Cocina 02



**Cocinando para
cocineras en
Santo Domingo
Tomaltepec**

Cocina 02

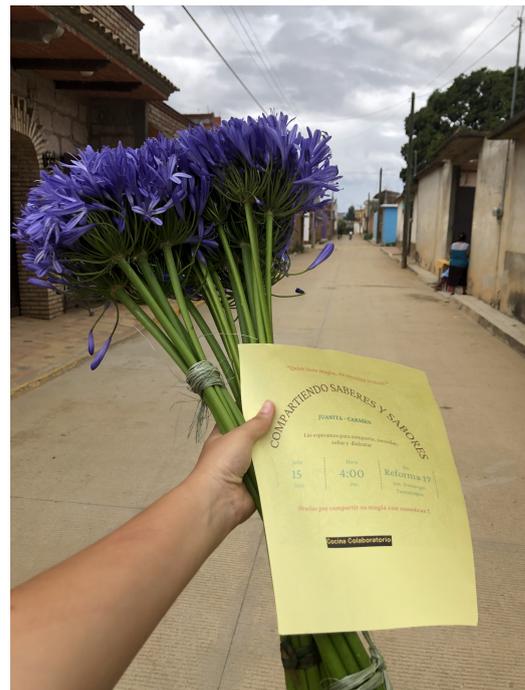
Cocinando para Cocineras en Santo Domingo Tomaltepec

Trabajo con cocineras tradicionales

En el marco del proyecto Cocina Colaboratorio de Oaxaca, el trabajo con mujeres cocineras tradicionales de Santo Domingo Tomaltepec ha permitido tener un acercamiento donde la escucha, el diálogo, los espacios y relaciones cotidianas han generado vínculos entre ellas y las personas que integran el equipo de trabajo. Ellas han abierto sus puertas, cocinas y fogones para ayudarnos a comprender las múltiples tramas que se tejen en estos espacios, pero que también hablan del huerto, del molino, del mercado, de la presa, de la ciudad, la distancia y la memoria, entre otras cosas.

Ser cocinera tradicional en Santo Domingo Tomaltepec es un gran honor ya que en sus manos llevan una tradición culinaria de varias generaciones. Esta tradición, no solo implica el conocimiento, sino las habilidades necesarias para recrear y dar un toque personal a los platillos tradicionales del pueblo. Las cocineras son las encargadas de cocinar para las festividades del pueblo, bodas, cumpleaños, funerales. Las personas de la comunidad las consultan para preguntar cuál sería el platillo correcto para pedir la mano de una futura esposa, para despedir a un ser querido o celebrar unos quince años y las contratan para

que lo cocinen. Los platillos que cocinan requieren de tiempo y dedicación, desde la selección de los ingredientes en cantidades y calidad adecuada, como para la preparación. Ellas saben dónde conseguir, sembrar, alimentar los ingredientes adecuados, almacenarlos, prepararlos, cocinarlos y servirlos.



*Invitación y flores entregadas a cada cocinera
Fotografía: Sharon Aguilar*

Intención de la Cena

A raíz de todas las vivencias compartidas con las cocineras, el equipo de Cocina Colaboratorio sintió la necesidad de mostrar su agradecimiento hacia ellas. Un

agradecimiento en un sentido personal, pero también en una búsqueda por crear reciprocidad con ellas respecto a todo el conocimiento que compartieron para la investigación-acción del proyecto.

Surgieron varias ideas, desde regalos materiales, hasta fotografías, pero fue la idea de cocinarles una cena a ellas, la que

resonó más entre todo el equipo. Esta cena, se concibió como un espacio que permitiera dislocar el lugar desde el cual estas mujeres se han situado como cuidadoras, quienes sirven, siempre están de pie y trabajando, a ser por un instante quienes se sientan, disfrutan y descansan. Compartimos un relato personal de la intención de la cena:

Cocina Colaboratorio pasó un mes de trabajo de campo en Santo Domingo Tomaltepec. En ese mes se compartieron muchas historias y semillas, se hicieron macetas y mapas, prendimos y apagamos muchos fuegos. Todos los días a la hora de comer, mujeres que llevan cocinando toda la vida, nos sorprendían con platillos deliciosos sobre la mesa, mole negro, verde, amarillo, empanadas, agua de horchata con tuna, ahora un postrecito, “no dejen de probar el pan de yema y aquí va otra tortillita calentita”, “seguro que quieres más”, “si no repites es porque no te gustó”. “No se vayan sin probar el atole espuma”, “las espero el sábado para hacerlo juntas”. “A ti te hice este plato especial, solo para ti, sin pimienta, sin mucho chile, sin carne, ni queso, pero con mucho cariño para que lo comas y te guste”. Y claro que dábamos las gracias, claro que repetíamos, una vez, dos, algunas hasta tres o cuatro veces. ¡Qué delicioso quedó todo! Hubo veces que nosotras queríamos ser quienes llevaran la delantera en compartir algo lindo, pero de pronto ya nos encontrábamos sentadas en su mesa, rodeadas de más atole espuma, más pan de yema y en la segunda memela. Y el cariño no es de una vía, es recíproco, pero nos quedamos con ganas de que al menos por un día, ellas fueran las sentadas en la mesa. Así nos surgió la idea de un día cocinarles.

El menú y la cena

Realizamos una cena de tres tiempos que evocaban el pasado y la distancia, a través de unos patacones¹ como entrada, los cuales habilitaron no sólo una preparación no muy conocida en el lugar, sino que permitió explorar sabores de otros lugares. Como segundo platillo, se sirvieron tres diferentes raviolis hechos a mano por integrantes del equipo y rellenos de ingredientes del lugar: flor de

calabaza, epazote, chichilo², junto con una ensalada de germinado de lentejas, zanahoria y betabel, permitiendo evidenciar innovaciones y complementariedades que desde la cocina y la alimentación dan lugar a múltiples configuraciones del sistema alimentario a nivel local.

Finalmente, un postre sin azúcar añadida, a base de mango -fruta de temporada- mezclado con uno de los ingredientes recurrentes de Santo Domingo Tomaltepec, el cacao y una exploración de sabores a través del cardamomo que permitió evidenciar las posibilidades de

¹ un platillo típico de Colombia y Venezuela hecho a base de plátano macho frito con una salsa de jitomate y carne deshebrada o con guacamole

² un platillo típico de Santo Domingo Tomaltepec hecho a base de carne de cerdo, chile guajillo seco y maíz cocinado con ceniza.

innovación y cambios como expresión del dinamismo del lugar.



Postre de mango. Fotografía de Nicolás Roldán Rueda



Derecha: Cocinando los raviolis Foto de Lucía Pérez Volkow

Durante la cena, se llevaron a cabo reflexiones entre las cocineras, y entre ellas y nuestro equipo que fueron exploradas a través de diálogos e intercambios durante la cena, permitiendo de esta manera conocer sus reflexiones y

retroalimentación frente a los temas propuestos: la memoria, el territorio y la distancia; la identidad y sus múltiples transformaciones y dinanismos; y la invitación a explorar y conocer nuevos sabores y experiencias.



Invitadas junto con el equipo de Cocina Colaboratorio Fotografía: Lucía Pérez Volkow

Después del postre, se sirvió café y mezcal, y la música se tornó más alegre. Nos pusimos las canastas sobre la cabeza, y bailamos mientras otras personas lanzaban pétalos de flores. Hubo muchas risas, sonrisas, aplausos. Pasando el baile, muchas mujeres regresaron a sus casas a atender los múltiples deberes que dejaron en pausa para poder asistir. Quedaron las mujeres mayores, que ya teniendo menos responsabilidades les fue posible

quedarse más tiempo y el espacio se transformó de festivo a uno de mucha liberación emocional. Nos dimos cuenta de que esta cena era su primer espacio de encuentro después de la pandemia, donde muchas habían perdido esposos, padres, madres, hermanos, hermanas. Todas habían sufrido en mucha soledad el dolor de la pérdida y en este momento entre abrazos y lágrimas se compartieron tristezas, ausencia y pesares.



Momento de baile. Foto de Lucía Pérez

Reflexiones

En este apartado compartimos algunas reflexiones que surgieron durante la cena de agradecimiento. Uno de los aspectos que se habló repetidas veces fue torno al poco tiempo y espacio que las mujeres se dan para su autocuidado y su descanso:

“es que las mujeres no nos dedicamos nada de tiempo, siempre en el trabajo” (Cocinera tradicional de SDT, cena de agradecimiento, junio 2021)

“en un pueblo así es, desde que amanece, la cabeza ya está pensando, que voy a hacer esto, que voy a hacer lo otro, pero de que voy a decir, me voy a sentar un rato sola para mí, no se puede”. (Cocinera tradicional de SDT, cena de agradecimiento, junio 2021)

En síntesis, el preámbulo de la cena permitió generar diálogos e intercambios surgidos desde la experiencia cotidiana, reconocerse desde otros roles y posibilidades, o simplemente sentirse alegres y consentidas por un momento.

Durante la cena hubo varios momentos en donde distintas mujeres se levantaron a decir unas palabras, muchas partían del agradecimiento por crear este momento y por la expectativa de que este sea el primero de varios convivios o momentos juntas:

“les doy las repetidas gracias, qué bonito que estamos aquí conviviendo con todos ustedes, con todas las personas del pueblo también, bonito recuerdo que nos va a dejar y siempre los vamos a recordar este día y este momento tan agradable que estamos conviviendo con ustedes, que ya probamos ricas comidas que hayan preparado para nosotras”. (Cocinera tradicional SDT, cena de agradecimiento, junio 2021)

Otra participante hizo hincapié en agradecer el espacio para convivir:

“Acá nosotras estamos en el pueblo trabajamos, vivimos, y para mí la verdad es la primera vez en diez años tal vez que tengo este convivio, porque no quería salir de donde yo estaba, y esto que trajeron es nuevo para mí [...] Ahora que estamos en esta reunión ya me hacía falta convivio, convivir con las personas, platicar de lo que yo tengo en mi corazón y que ellos también platiquen conmigo, es nuevo y es hermoso porque estoy conociendo a personas que no son acá del pueblo sus palabras, cambiar cosas, cambiar lo que ustedes hacen, lo que yo hago, me gusta que lleguen a la casa, me gusta que haya felicidad en mi casa”

(Cocinera tradicional SDT, cena de agradecimiento, junio 2021)



Recetario. Fotografía de Emilio Hernández

Resultados

1. Entrega del recetario

Durante la cena una pregunta recurrente fue cómo preparar los platillos, por lo que el equipo decidió hacer un recetario que incluyera el paso a paso de los platillos que se presentaron en la cena, así como una memoria del evento. El [Recetario](#) se entregó unas semanas después del evento y se les preguntó a las participantes ¿cómo se habían sentido? y ¿qué fue lo que más les gusto? Las respuestas hacían alusión al momento lindo que se compartió, a la convivencia, a tener más reuniones futuras, a compartir conocimientos, a los nuevos sabores, a sentirse feliz, al espacio “*sobre todo apreciando este espacio de convivencia en los momentos de la pandemia*” (Cocinera tradicional SDT, cena de agradecimiento, junio 2021).

2. Capítulo de libro (en prensa)

Roldán Rueda, H.N. y Pérez Volkow, L. Cocinando para cocineras, del fogón a la mesa, de la teoría a la acción. Libro de Seminario Estudios de Alimentación en América Latina.

Aspectos en discusión de los diferentes componentes del sistema alimentario	Preparación: Reconocimiento del trabajo y los saberes de las cocineras tradicionales de Santo Domingo Tomaltepec. Desarrollo de un menú que experimentaba con ingredientes locales, mezclándolos de formas novedosas para la comunidad. Mostrar equidad de género al momento de preparar y servir los alimentos.
	Consumo: La preparación y el consumo colectivo de alimentos como medio para formar vínculos profundos.
	Territorio: Conexión con el territorio a través de sus ingredientes, historias, memorias compartidas a lo largo de la cena.

Raviolis de flor de calabaza y epazote

Nicolás Roldán y Lucía Pérez

Esta receta nació de la intención de mostrar nuevas formas de consumir algunos de nuestros alimentos cotidianos en una nueva presentación. Es una forma de reconocer el dinamismo de la alimentación en nuestros días, sin perder de vista la importancia de integrar los saberes y sabores locales. Los raviolis son un tipo de pasta rellena a base de harina de trigo y huevo. El relleno permite crear y experimentar, por lo mismo esta receta experimenta con ingredientes a la mano: la flor de calabaza, el epazote, los hongos y el chipotle.



Raviolis de pasta fresca. Foto por Lucía Pérez

Ingredientes

Para el relleno

- Queso fresco
- Flor de calabaza
- Epazote
- Ajo
- Sal
- Aceite de oliva

Para masa de pasta

- 400g de harina de trigo
- 4 huevos
- 1 cucharadita de aceite
- sal

Para salsa bechamel

- Champiñones
- Caldo de pollo
- Harina tostada
- Mantequilla

Preparación

Para el relleno

Para la flor de calabaza, después de limpiarle la tierra, se saltea un poco con ajo y el queso desmoronado, un poco de sal, se reserva y se deja enfriar.

Para el epazote, se arrancan las hojas y se pica finamente, se saltea un poco con ajo y el queso desmoronado, un poco de sal, se reserva y se deja enfriar.

Para masa de pasta

Sobre una mesa se hace un volcán con la harina, en medio se ponen los huevos batidos y una cucharadita de aceite y una pizca de sal.

Con las manos, se comienza a integrar la harina con los huevos hasta que se

consigue una bola de una textura uniforme. El punto en el que se sabe que la harina está lista, es cuando al apretarle con un dedo la masa vuelve a su posición original en pocos segundos, si la huella del dedo queda en la masa, es necesario seguir amasando un poco más.

Una vez encontrado el punto de la masa se reserva en la nevera por al menos 30 minutos. Posteriormente se saca de la nevera y se parte en cuatro, se toma de una de las partes y el resto se lleva de nuevo a refrigeración.

Es una masa muy delicada que no puede recibir mucho aire porque se seca. Primero se le da un poco de calor a la masa con las manos y se forma una bola uniforme.

Con bastante harina en el mesón o la mesa se comienza a aplastar con la ayuda de un rodillo o una botella. Es importante ir agregando harina al mesón y a la masa para que no se pegue a la superficie. El punto de aplanado se conocerá cuando al levantarla se pueda ver la luz del otro lado de la masa.

Una vez lista se hacen tiras de rectangulares de 4 cm x 8 cm (o del tamaño de su preferencia) y se rellenan de tal forma que se puedan cerrar. Para esto es importante tener agua para poner con la punta del dedo sobre los bordes y sellar los raviolis. Con un tenedor se podrán marcar los bordes para decorar. Recomendamos poner harina de manera constante para evitar que se peguen.

Al ser una pasta fresca, su tiempo de cocción es muy breve, el agua con sal debe estar hirviendo y una vez se ponen los raviolis o la pasta es necesario retirarla a los

4 minutos. En todo caso se podrán ir sacando de a uno para ver el punto de cocción.

Para la salsa bechamel

La bechamel es una salsa blanca a base de harina con un fondo de pollo, res o leche. En una olla a fuego medio, dejar caer una taza de harina ligeramente tostada, lentamente ir integrando el líquido de preferencia e ir mezclando evitando que se hagan grumos.

Cuando la consistencia está espesa se integran los champiñones, previamente salteados con ajo y perejil. Finalmente se integra el chipotle licuado al gusto. Sirve encima de los raviolis calientitos y disfruta.



Rellenando el ravioli. Foto por Lucía Pérez



Salsa y raviolis listos. Foto por Lucía Pérez

Cocina 03

Cocina Móvil en la Chinampa

Cocina móvil en la chinampa

Excedente de producción en las chinampas

Junto con el Colectivo Ahuejote y Humedalia AC, se realizaron visitas con productores agroecológicos en el pueblo de San Gregorio Atlapulco, Xochimilco. Durante estas visitas, una de las problemáticas que más se discutió fue que es complicado acomodar todos los productos de la chinampa en el mercado, por lo que los productores muchas veces terminan con un excedente de producción y a veces este excedente es con cultivos que ellos y sus familias no acostumbran comer e inclusive conocen poco cómo cocinarlas. De aquí surge la propuesta de hacer un evento de experimentación culinaria, donde se llevaran estos excedentes a un espacio donde se pudieran experimentar con recetas nuevas, compartir recetas propias y probar sabores nuevos.

Se eligió la chinampa Ayécatl ubicada entre calles estrechas y canales del Barrio de la Asunción es un ejemplo del territorio anfibio de Xochimilco. También es un ejemplo del territorio en resistencia, en esta parte del barrio, es la única chinampa remanente entre un lago de cemento. Esta chinampa es el paso de muchas personas del barrio, pero tampoco se encuentra en un lugar tan público como una plaza central, esto resultaba importante para tener un mayor

control de la limpieza de los alimentos y el paso de las personas, aunque para entonces el semáforo de COVID ya no estaba en rojo, pero queríamos tener control de las medidas sanitarias.

Una cocina movilizada en bicitaxi



Cocina movilizada en bicitaxi. Foto de Lucía Pérez

El día del evento, una parte del equipo fue a recoger las donaciones de los productores Raúl Camacho y Andrés a San Gregorio Atlapulco, solamente uno de ellos nos pudo posteriormente acompañar a la experimentación culinaria. El resto del equipo se dirigió a la chinampa Ayécatl a montar la cocina móvil.

En palabras de una participante:

“Cocinamos en cocinas móviles. Llenamos nuestros huacales con cazuelas, cucharones, sal, chiles y nos vamos pa donde toque. En medio del usual ajetreo del Barrio Asunción, la lluvia y calles estrechas fue turno que los bicitaxis le abrieran paso a nuestra cocina. El sitio de reunión, la chinampa Ayécatl. El suelo vivo nos prestó su espacio para cocinar. Trajimos distintas verduras en perfecto estado que no habían encontrado un espacio en el mercado rapaz, comúnmente llamadas merma o excedentes, y las adoptamos. Nuestra intención era cocinar las verduras adoptadas, probar recetas tradicionales, inventar nuevas recetas y compartir el momento, saberes y sabores. Quedaron muchas panzas satisfechas.”



Recogiendo el excedente chinampero con Raúl Camacho. Foto de Rubén Garay

Durante el evento de cocina, se reunió un diverso grupo de personas, asistieron vecinas y estudiantes universitarios de Xochimilco que llevan viviendo toda su vida en el barrio, también se acercaron personas de otros estados que tenía poco tiempo que acababan de migrar a Xochimilco para trabajar como jornaleros. Junto al evento se encuentra el taller de acallis, llamado Tres Generaciones. En este taller trabajan muchos jóvenes que también se acercaron al evento y les gustó mucho probar la comida. Ya casi al

final, contamos con la presencia de cocineras de una cocina comunitaria de Xochimilco, las cuales son subsidiadas por el gobierno de la Ciudad de México y estuvieron muy interesadas en experimentar con el excedente de producción. Asistieron también personas que vieron la invitación al evento en redes sociales. Fue un momento emotivo, donde quienes se animaron a cocinar, terminaron cocinando más de una receta y todo quien formó parte del momento pudo probar los platillos.

Se aprovechó el evento de experimentación culinaria como espacio para compartir otras arenas de acción del proyecto. Había una mesa donde se mostraban todas las semillas que forman parte del Archivo Biocultural Vivo, se invitó a las personas a donar semillas y a llevarse alguna que les interesara.



Experimentación culinaria. Foto de Rubén Garay



Experimentación culinaria. Foto de Rubén Garay



Intercambio de semillas. Foto de Rubén Garay

También se instaló un espacio de Radio Comunitaria en Acalli. Se invitó a transeúntes a entablar una conversación en torno al tema de la alimentación, esta conversación se compartía al resto del público a través de bocinas.



Radio comunitaria en acalli. Foto de Rubén Garay



Experimentación culinaria. Foto de Rubén Garay

Reflexiones

El evento permitió una convivencia entre un grupo muy diverso de participantes. Se intercambiaron recetas, números, experiencias, sentires. Muchas de las conversaciones giraron en torno a la defensa del territorio de Xochimilco.

Había un sentimiento de indignación al pensar que todos estos productos normalmente son desechados porque el mercado no quiere pagar un precio que los productores consideran justo. Pero a la vez, resultaba sanador, poder cocinarlos, compartirlos, disfrutarlos de manera colectiva y así, formar parte de una pequeña resistencia al desperdicio.

También se comentó mucho al respecto de que nos encontrábamos en una de las pocas chinampas remanentes en esa zona. Las personas mayores que se acercaban, nos describían como este mismo lugar hace no muchos años, se veía muy diferente, mucho más verde. Y los productores que se encontraban en el evento, reconocían como día con día se enfrentaban con grandes dificultades.

Se habló también de cómo el cambio en el paisaje había promovido también un cambio en la dieta. Muchas verduras, hortalizas, pescados tradicionales ya no son fáciles de encontrar, por lo que sus recetas se dejan de cocinar. Las cocineras que se acercaron al evento nos compartían sus recetas de cómo cocinar quelites, huauzontle, así como de recetas que ellas conocían, que ya casi no cocinan.

Resultados

1. Documentación de recetas tradicionales y de experimentación culinaria
2. Recetario de audio e intercambios en la Radio móvil
3. Nuevas oportunidades y relaciones para aprovechar los alimentos de desperdicio en Xochimilco.

Aspectos en discusión de los diferentes componentes del sistema alimentario	Producción: Promoción de productos locales agroecológicos.
	Preparación: Diseño colectivo de recetas de innovación basadas en excedentes chinamperos y productos locales.
	Consumo: La preparación y el consumo colectivo de alimentos como medio para formar vínculos profundos entre miembros de la comunidad, con el proyecto y el territorio.
	Deshecho: Recolección y utilización de productos provenientes de excedente chinampero.
	Territorio: Conexión con el territorio a través de sus ingredientes, sabores, historias, personas.

Tortitas de huazontle y amaranto

Gaby Fuentes

El huazontle y el amaranto son dos plantas que nos han acompañado en estas tierras por al menos 3500 años. Desde tiempos prehispánicos, se reconoció la importancia nutricional de estas plantas -ambas tienen alto contenido de proteínas, hierro, vitaminas- así como un gran sabor y versatilidad en la cocina. Sus platillos ayudaron a levantar ciudades como Teotihuacán y Tenochtitlán, y aún siguen nutriendo las mesas de muchas casas, sobre todo en el centro del país.

Estas plantas, junto con el maíz, el frijol, la calabaza y la chía, fueron esenciales para el mantenimiento y buena salud de la población. Tan valiosas eran que formaban parte de los tributos que los mexicas exigían a otros pueblos mesoamericanos.

Además fueron plantas asociadas a diversas ceremonias religiosas. Una de ellas consistía en mezclar sus semillas con miel y con esta masa, artísticamente crear esculturas de antiguas deidades (algo similar a las calaveras de amaranto y a las alegrías rectangulares que conoces), para después consumir las figurillas. Tras el contacto europeo, los españoles consideraron la elaboración de estos dioses comestibles un sacrilegio, por su parecido a la eucaristía cristiana. Lo que provocó que durante la colonia, el cultivo de huazontle y el amaranto fueran prohibido. Esta receta forma parte de la resistencia cultural de los pueblos originarios, ámate a probarla.



Tortitas de Huazontle. Foto de Rubén Garay

Ingredientes

- huazontle
- medio kilo de jitomate
- 2 ajos
- ¼ de cebolla
- 1 chile serrano
- harina de amaranto
- 1 huevo
- queso panela

Preparación

Se hierva el huazontle por 5 minutos, se retira el agua. Se corta el queso en pedazos grandes, se cubren con huazontle y se aprieta un poco para no perder la forma. Para el capeado, se cubre la tortita de huazontle con harina de amaranto, y se cubre del huevo batido. Se pone a cocinar con un poco de aceite. Para la salsa poner a tatemar el jitomate, la cebolla, chile serrano y ajo. Se batan todos los ingredientes en una licuadora y se añade un poco de sal. Se pone a hervir la mezcla. Después de 5 minutos de hervor. Se usa la salsa para acompañar el huazontle.

Reflexiones finales

Cocinando e imaginando sistemas alimentarios sustentables

Los tres eventos descritos se desarrollaron en territorios diversos y responden a retos y contextos locales particulares.

Para el caso del evento de Biopas en Loma Bonita y Reforma Agraria, esta actividad responde a una petición constante de la comunidad de promover la innovación de platillos con productos locales. Las comunidades en esta zona, se formaron hace 40 años por familias provenientes de otros estados del país. En múltiples ocasiones, nos han narrado como a su llegada, la selva Lacandona resultaba un ambiente desconocido e inclusive aterrador para muchas de ellas. Fue en estos años, que ocurrió una gran deforestación en esta zona del país. Con el paso del tiempo, las comunidades han ido aprendiendo a convivir con la selva. La cocina es un espacio que permite mostrar formas distintas de relacionarse con el lugar desde la producción de sus alimentos, a través de un bosque comestibles, hasta en su preparación innovando recetas con productos locales.

Si bien en un inicio la cena para las cocineras tradicionales de Santo Domingo Tomaltepec, se pensó solamente como una acción de agradecimiento, a medida

que se planeaba el evento y durante el mismo, el equipo se dió cuenta que la cena era también una arena que permitió discutir problemáticas profundas de la comunidad. De manera muy importante, se visualizaron, compartieron y se discutieron activamente problemas de inequidad de género en la comunidad. Nos dimos cuenta que no hay muchos espacios donde mujeres puedan discutirlos o inclusive que tengan el tiempo para hacerlo. Otro tema importante discutido fue la importancia de las mujeres como guardianas del patrimonio culinario de la comunidad, y no solo como reproductoras del mismo, sino como creadoras activas, dado que muchas recetas ahora tienen innovaciones que ellas inventaron, en términos de sabores, pero también utensilios que utilizan. Así la cena permitió discutir las complejidades del patrimonio biocultural de la comunidad con una perspectiva de género.

El evento de cocina móvil en Xochimilco responde a problemáticas enfrentadas por pequeños productores, como la falta de mercados donde colocar sus productos, en medio de un mercado que no los favorece. Sin embargo, de manera importante también promueve la vinculación de personas y el tejido de redes. Esto es relevante en un lugar como Xochimilco, donde hay una gran cantidad de personas, organizaciones, tipos de territorios e intereses de por medio, donde pareciera que hay muchos esfuerzos por buscar un mejor presente y

futuro para el lugar, pero estos esfuerzos están desarticulados. Uno de los principales objetivos del colectivo en este territorio es tejer una red de redes, siendo este evento de cocina uno de nuestros medios para lograrlo.



Intercambios intergeneracionales en la chinampa. Foto de Rubén Garay

Conclusión

Una apuesta por la creación de vínculos desde la cotidianeidad

Hoy en día uno de los grandes retos de la investigación-acción radica en la distancia que se ha tomado de las personas y contextos en los que trabajamos. Esta distancia se aprecia de muchas formas en el vínculo cercano que se crea -o no- con la otredad y la importancia de resignificarla como elemento transversal de la investigación.

La experimentación culinaria colectiva es una apuesta por evidenciar que otras formas de hacer y pensar las investigaciones, acciones, relaciones y la academia no solo son posibles, sino que se construyen en los espacios cotidianos, en las formas de acercarnos, de compartir, de diseñar nuestros proyectos, de articularnos con diversidades de historias, trayectorias y formas de conocer.

A través de las relatorías de estos tres eventos, Cocina Colaboratorio muestra cómo la cocina es un punto de encuentro capaz de vincular y de crear diálogo entre diversas personas y entre las personas y su territorio.

Bibliografía

Esquivel, L. 1989. Como agua para chocolate. Suma de Letras.

Roldán Rueda, H.N. y Pérez Volkow, L. (en prensa) Cocinando para cocineras, del fogón a la mesa, de la teoría a la acción. Libro de Seminario Estudios de Alimentación en América Latina.

Agradecimientos

BIOPAS

Al proyecto BIOPAS (“Efectos de la deforestación de selvas sobre la biodiversidad en paisajes agroforestales tropicales”), a las productoras y productores de Marqués de Comillas y Loma Bonita: Rafaél Gutiérrez, Verónica Domínguez, Celia Álvarez, Celina Baldovinos, Rafael Lombra, Nelva Jamangapé, Lila Jamangapé, Nery López, Aurora Baldovinos. A los y las habitantes de Loma Bonita quienes acompañaron durante la sesión de pizzas y pan colectivo: Miguel Romero, Pascual Jamangapé, Eva Ku, Oralia García. A quienes participaron en el diseño y producción de la cena multisensorial y menú narrativo: Emilio Hernández, Elizabeth Guerrero, Yolotzin Bravo, Mónica Borda, Natsuho Endo, Eduardo Argueta, Diego Hernández, Rafael Lombrea y Mariana Martínez.

Cocinando para Cocineras

A todas las cocineras y su familias, que nos brindan su confianza y cariño, nos compartieron de su tiempo y sus historias: Inés Ramírez, Marcela Cortés, Cinthia Pérez, Eliza Pérez, Juanita Martínez, Ernestina Bautista, Carmen Santiago, Felicitas Martínez, Lizbeth Pérez, Magaly Pérez, Virginia García, Josefina García, Carmela Canseco, Ana L. Salazar y María Soto. Este trabajo no hubiera sido posible sin todo el apoyo del equipo de Cocina Colaboratorio quienes fueron fundamentales en la planeación, preparación, ejecución y recopilación de ideas y reflexiones de la cena. A Nicolás Roldán Rueda, Sharon Aguilar, Daniela Sclavo, Lucía Pérez Volkow, Emilio Hernández, Eréndira Mejía, Paola Miguel, Francisco Moctezuma y Amanda Ruiz.

Cocina Móvil en Chinampa

A los chinamperos Andrés y Raul Camacho que donaron los productos, a la organización de Humedalia y Colectivo Ahuejote por acompañarnos en el proceso. Al taller de acalli Tres Generaciones por participar en la logística y en el evento. A todas las personas que participaron organizando y cocinando el evento: Nuri Flores Abreu, Michelle Buelba, Gabriela Alejandra Morales Valdelamar, Leonardo Guerra, Elizabeth Guerrero, Lucía Pérez Volkow, Felipe Arreola, Claudia Heindorf, Tanya González, Adriana Cadena Roa, Rubén Garay, Mariana Martínez Balvanera, Emilio Hernández, Gabriela Fuentes, Gonzalo Álvarez, Sharon Aguilar, Daniela Sclavo, Kevin Arvizu, Eduardo Escudero, Julio Sarabia, Mayam Escobar, Doña Josefina, a las muchas otras personas que nos faltaron nombrar y que hicieron que el evento fuese posible.

Cocina CoLaboratorio

es un laboratorio transdisciplinario que reúne a comunidades de agricultores y productores, académica/os, creativa/os y chefs alrededor de la mesa de cocina para intercambiar saberes y prototipar nuevas de relacionarnos a sistemas agroalimentarios más justos, solidarios y resilientes. Un laboratorio de creación e innovación que busca conciliar la restauración del paisaje y el cuidado de la biodiversidad con la producción de alimentos, y los modos de vida agro-rurales y agro-urbanos.

Este reporte se elaboró en el año 2022 en el marco del proyecto *Cocina CoLaboratorio* y es posible gracias a: *Universidad Nacional Autónoma de México a través del Instituto de Investigaciones en Ecosistemas y Sustentabilidad. PRONACE-CONACYT No. de proyecto: 319065; PAPIIT No. de proyecto: IV-200120 ; Fondo para el Medio Ambiente Mundial-9380-Agrobiodiversidad Mexicana CONABIO IE-20409; Wageningen University, FOREFRONT-INREF program no. de proyecto IE-26507; 2° lugar al Premio William Bullock de Museología Crítica USC Fisher Museum of Art + Patronato MUAC + Palabra de Clío, Museo Universitario Arte Contemporáneo, Secretaría de Cultura de México y el Instituto Nacional de Bellas Artes y Literatura.*

www.colaboratorykitchen.com

