

Caracterización de la gastronomía lacustre del patrimonio cultural de San Pedro Tultepec, México

Lacustrine Gastronome Characterization of San Pedro Tultepec (Mexico) Cultural Heritage

 <https://doi.org/10.52948/sosquua.v6i1.980>

KARINA HERNÁNDEZ-LECHUGA*

Universidad Autónoma del Estado de México, México


HÉCTOR FAVILA CISNEROS**

Universidad Autónoma del Estado de México, México


RICARDO HERNÁNDEZ LÓPEZ***

Universidad Autónoma del Estado de México, México

*khernandezl425@alumno.uaemex.mx

 <https://orcid.org/0009-0001-6556-0055>

**hfavilac@uaemex.mx

 <https://orcid.org/0000-0003-1070-0118>

***rieherlo@hotmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-7145-3782>

Artículo de investigación

Recepción: 23 de agosto de 2023

Aceptación: 23 de febrero de 2024

Cómo citar este artículo:

Hernández-Lechuga, K., Favila Cisneros, H., & Hernández López, R. (2024). Caracterización de la gastronomía lacustre del patrimonio cultural de San Pedro Tultepec, México. *Sosquua*, 6(1). <https://doi.org/10.52948/sosquua.v6i1.980>

Resumen:

El presente documento tiene por objetivo realizar una caracterización sobre la gastronomía tradicional lacustre entre los habitantes de lo que fueron, y todavía quedan, reminiscencias de la zona lacustre de la cuenca del Alto Lerma, en particular de la laguna del Chimaliapan en el Valle de Toluca. Utiliza el estudio etnográfico que explora la memoria de estos habitantes sobre el conocimiento local de su gastronomía y la importancia que tiene como patrimonio cultural. Se realizaron una serie de entrevistas abiertas y a profundidad para la caracterización de la gastronomía tradicional lacustre de esta localidad. Por último, la información obtenida permitió conocer la manera de clasificar culturalmente la gastronomía lacustre y su importancia como patrimonio cultural intangible.

Palabras clave: patrimonio biocultural; soberanía alimentaria; sistema alimentario local.

Abstract:

The objective of this document is to characterize the traditional lake gastronomy, among the inhabitants of what was (and remain) reminiscences of the Alto Lerma basin lake area, particularly of the Chimaliapan lagoon in the Toluca Valley. It used an ethnographic study that explores the memory of these inhabitants about the local knowledge of their gastronomy and the importance it has as a cultural heritage. It also conducted a series of open and in-depth interviews for the traditional lake gastronomy characterization of this town. The information obtained allowed us to know the way to culturally classify lake gastronomy and its importance as intangible cultural heritage.

Keywords: Cultural heritage; lake gastronomy; swamp; tradition.

Introducción

La investigación *Estudio etnogastronómico de hierbas y especias utilizadas en la gastronomía por los habitantes de la comunidad Quinchuqui*, perteneciente a la parroquia Miguel Egas Cabezas cantón Otavalo, Provincia de Imbabura (Villarreal, 2019) establece información con base en una recolección de hierbas y especias utilizadas con fines gastronómicos por los habitantes de la comunidad de Quinchuqui. Lo anterior, en relación con el conocimiento que tienen con el uso de hierbas y especias en preparaciones culinarias, mediante una recopilación de datos como la importancia de las hierbas y especias en el área gastronómica.

Villarreal (2019) concluye que la mayoría de las hierbas y especias empleadas en preparaciones culinarias son procedentes del continente asiático; en aquella época era utilizada como una moneda de cambio ya que eran consideradas como tesoros de la antigüedad. Asimismo, son usadas en la cocina ya que poseen una serie de beneficios para la salud de las personas, aún más si son empleados en la comida.

Por su parte, en el estudio “La cocina mam como espacio de reproducción del patrimonio etnogastronómico” López-Gómez et al. (2021) describe cómo se ha transformado el espacio de la cocina. Para esto considera las dimensiones físico-arquitectónica, funcional-simbólica, social y cultural; a su vez, analiza el papel de la cocina para la transmisión y reproducción del patrimonio etnogastronómico en familias que habitan en la región del volcán Tacaná. Los autores concluyen en considerar la cocina como espacio; al mismo tiempo, la cocina es el lugar donde se llevan a cabo las actividades más importantes en el ámbito familiar, lo que permite observar las dinámicas y relaciones que se dan entre los sujetos y los espacios que la conforman. En ese sentido, de este modo se exponen importantes trabajos que enmarcan los conocimientos tradicionales para dar sustento al trabajo aquí presentado y establecer un estatus pertinente sobre la gastronomía tradicional de San Pedro Tultepec, Estado de México.

De nuevo, la investigación *Estudio etnogastronómico de hierbas y especias utilizadas por los habitantes de la comunidad Ángel Pamba perteneciente a la parroquia Ilumán cantón Otavalo Provincia de Imbabura* (Villarreal, 2019) establece el uso gastronómico de hierbas y especias, con la ayuda de un inventario sobre aquellas encontradas cuya información fue analizada mediante la matriz etnobotánica. Allí se determinó su nivel de importancia y se interpretaron sus valores, dando como resultado una fuente de datos, la cual determina las especies botánicas que presentan mayor importancia cultural y gastronómica dentro de la comunidad. Esto es importante para preservar la cultura alimenticia de la comunidad y transmitirse en una guía culinaria. Villarreal (2019) pretende identificar el conocimiento local sobre el uso de hierbas y especias en la gastronomía de la comunidad rural de Ángel Pamba, integrante de una de las nueve comunidades de la parroquia San Juan de Ilumán del cantón Otavalo, ubicada a las faldas del volcán Imbabura con una gastronomía basada en su herencia cultural y proyectar sus resultados.

El estudio “Formación del patrimonio gastronómico del Valle de Toluca, México” de los autores Romero y Viesca (2010) presenta las características ambientales y culturales del Valle de Toluca. Se identificaron las especies animales y vegetales, así como las prácticas agrícolas-culinarias que trajeron consigo los españoles, lo que produjo el mestizaje gastronómico en el Valle de Toluca expresado en sus platillos patrimoniales.

Lo relevante de la investigación de Romero y Viesca (2010) es identificar que la conformación del patrimonio gastronómico del Valle de Toluca ha dependido primero de la diversidad ambiental y luego su relación con las culturas que la han manejado y ha formado a lo largo de los siglos una de las más complejas gastronomías regionales del país. También se reconoce a través de los tianguis y mercados del Valle de Toluca el enriquecimiento de la gastronomía su revitalización y difusión, siendo parte importante en la conformación de la gastronomía. En ese sentido, este documento rescata la importancia de los tianguis donde pueden encontrar productos que originan, como el caso lacustre de San Pedro Tultepec. Por ejemplo, recopilando la importancia gastronómica, de este poblado personas preparan alimentos para su venta en la plaza de Santiago Tianguistenco, importante aportación al estudio del presente trabajo.

Por su parte, la investigación “Del plato a la boca... el ajolote a la sopa’ una mirada al patrimonio cultural gastronómico” enfatiza el rescate de la tradición cultural del uso y consumo de fauna lacustre del Valle de Toluca, en particular la del ajolote, alimento importante entre la dieta de los habitantes ribereños, que también pudo ser usado en otros aspectos como posiblemente el medicinal (Favila et al., 2010). En definitiva, de acuerdo con las investigaciones de corte etnográfico y cultural en el área de estudio, el texto alude sobre un aporte importante para el conocimiento del patrimonio cultural de un modo de vida lacustre, recuperando estos saberes tradicionales para incorporarlos al conocimiento actual de los alimentos de origen lacustre, desde una perspectiva biocultural. Como observamos lo relevante es el ajolote como un producto lacustre que hoy en día está en peligro de extinción; sin duda, es un alimento muy nutritivo y en escasas zonas aún podemos localizarlo (Favila et. al, 2010).

Ahora bien, en “El impacto de la desecación de la laguna de Lerma en la gastronomía lacustre de San Pedro Tultepec de Quiroga, Estado de México” Viesca et al. (2011) identificaron y localizaron a 30 personas adultas que aún entran a la laguna de Chimaliapan, o tienen conocimiento sobre los ingredientes lacustres y las preparaciones culinarias elaboradas con ellos. Además, se realizaron visitas a los mercados locales e incursiones en la laguna con la guía de lugareños conocedores del entorno, con el fin de obtener información sobre estos productos. Se encontró la recolección de vegetales como nopales, hongos, papas de agua y quelites, entre ellos berros o tiernitos y quintoniles. Asimismo, se aprovechan especies animales como patos, carpas, atepocates, ranas, acociles y ajolotes; se preparan tamales de diversas maneras, chile relleno de támbulas y atepocates, y ranas empanizadas o fritas.

Con base en lo anterior, se observa que la extracción de productos de la laguna de Chimaliapan se concentra en una gran variedad de flora y fauna que se emplea para la alimentación. Esto indica que dichos recursos bióticos

son una importante fuente para muchas familias, y que tienen un buen potencial de aprovechamiento. Sin embargo, el impacto de la desecación de la laguna afectó de manera importante a la gastronomía lacustre de los pueblos ribereños de la cuenca del Alto Lerma, en particular, de San Pedro Tultepec (Viesca et al., 2011). Este análisis muestra cómo la laguna aun provee alimentos para algunas familias y confirma que el poblado de Tultepec cuenta con una gran variedad de flora y fauna, que aún se conservan.

En el estudio “Metodología del turismo armónico. Una propuesta de valoración de conocimientos para San Pedro Tultepec de Quiroga, Estado de México” se establece que la región de estudio está ubicada en el municipio de Lerma, Estado de México. Entre los principales resultados se encuentra la identificación y explicación de la problemática ambiental desde la perspectiva de los sistemas complejos, considerando al turismo armónico como una herramienta para propiciar el desarrollo local (Palmas et al., 2017). Finaliza en que esta metodología es un constructo que sigue la difusión de información de los servicios tangibles e intangibles que ofrece el humedal a la comunidad, con el fin de promover la concienciación del rescate y su revalorización por medio del turismo. El estudio aportaría a tener un dato más preciso del porcentaje contaminado a la laguna, ya que el poblado lo desconoce, y así realizar un enfoque de cuáles nutrientes han perdido estos productos o si aún se pueden consumir para conocer la magnitud (Palmas et al., 2017).

En otro escenario, la investigación *Actividades turísticas recreacionales para el aprovechamiento del recurso turístico en el complejo lacustre Mojanda* aborda cómo surge de la necesidad de aprovechar turísticamente el Complejo Lacustre a través de la implementación de actividades turísticas recreacionales técnicamente analizadas. Con la ayuda del diagnóstico técnico del sitio se logró identificar, establecer y evaluar los recursos con alto potencial turístico y determinar las actividades que se pueden realizar dentro del lugar tales como: paseo en bote, picnic, trekking, camping y alimentación con “gastronomía típica”. Para lo anterior se ha realizado el análisis técnico, administrativo y financiero que aportará al mejoramiento en lo social, económico, cultural y ambiental (Lomas y Pujota, 2016).

Lomas y Pujota (2016) concluyen que el aprovechamiento del recurso turístico de un determinado espacio permite aportar al desarrollo de una localidad. Por ello se han determinado las actividades turísticas dentro del complejo lacustre Mojanda, tomando en cuenta las características, necesidades, el tipo de recurso, entre otros; a través de la iniciativa que permite establecer los cimientos para una planificación y ejecución de proyectos, es decir, la adecuada utilización del tiempo vacacional o de ocio en actividades turísticas; pero sobre todo, que aporten a la preservación de los recursos naturales y culturales. De esta forma se generan fuentes de empleo y una mejor calidad de vida.

A su vez, García (2017) explica en su estudio *Patrimonio gastronómico local como elemento de identidad del municipio de Zacualpan, Estado de México* el valor cultural inherente añadido por el hombre a los alimentos, es decir, integra las tradiciones y significados alimentarios como parte de su identidad. Dicha investigación tiene como objetivo identificar la gastronomía tradicional del municipio de Zacualpan para comprobar si cuenta con una identidad gastronómica. El resultado intenta ser una herramienta de protección y salvaguarda platillos regionales, cuyas bases son el reflejo de una cultura milenaria que ostenta el patrimonio inmaterial y al mismo tiempo otorga identidad al pueblo. Concluye que todo este amplio patrimonio es muy vasto y al mismo tiempo una forma de alimentarse rico y saludable, donde la gama gastronómica es diversa para poder crear platillos con ingredientes simples de la región. Con este estudio, los autores analizan las principales actividades gastronómicas que los identifica, debido a que muchas generaciones desconocen la importancia que tenía la laguna para la alimentación de las generaciones del pasado, así como de sus estrategias culinarias con tan pocos recursos (García, 2017).

Por otro lado, en su artículo titulado “La gastronomía Matehualense, una referencia turística para el altiplano potosino” Susano-García (2018) determina la importancia que la gastronomía local tiene como un elemento que contribuya al desarrollo de la actividad turística, desde una perspectiva de la identidad cultural, en la ciudad de Matehuala, San Luis Potosí. Entre los hallazgos obtenidos se encuentra una amplia variedad de platillos y bebidas que pueden ser considerados para su promoción. Finalmente es importante el diseño de estrategias de mercadeo que permita la difusión de la gastronomía, para que se generen un motivo de visita y experiencias turísticas, el cual tendrá como resultado el turismo gastronómico. Al colocar tácticas buenas para el resultado, la gente comienza a conocer estas tradiciones que tiene el poblado. Sin duda podemos hacer una pequeña zona turística, pero al mismo tiempo la gente concientice el cuidado que debe tener la naturaleza (Susano-García, 2018).

Otro análisis relevante se encuentra en “Percepción de la gastronomía típica por parte de la población local de Ambato-Ecuador”. Allí Salas y Córdova (2020) explican que la gastronomía es un factor indispensable e irremplazable en el desarrollo turístico de un destino; se convierte en una de las principales motivaciones de desplazamiento de las personas, las cuales cada vez tienen más conocimiento de la cultura y tradiciones de los pueblos que visitan. Por otro lado, en cuanto al principal plato típico de la ciudad, los resultados obtenidos señalan claramente al Llapingacho. De igual manera, se ha detectado que la mayoría de las personas desconocen el origen, historia y significado de cada plato típico. Los resultados destacan que sí existe una variedad de platos típicos, entre los que destacan: gallinas de pinllo, colada morada, pan de pinllo, yaguarlocro, caldo de 31, conejo y

cuy con papas. Además, sugieren que la gastronomía típica mejoraría con una preparación especializada, técnica de alto nivel en los establecimientos turísticos que ofertan estos platillos.

La investigación presentada se inclina en determinar la caracterización de la gastronomía típica de Ambato con la finalidad de fortalecer su preparación; establecer las acciones que mejoran la oferta gastronómica; así como incluir esta actividad en el desarrollo turístico local, de acuerdo con la demanda actual. Finalmente, se considera a la ciudad, como un potencial de destino turístico gastronómico, ya que sus platos típicos están basados en una cultura con identidad propia, manteniendo su tradición, con insumos únicos, permitiendo conservar ese sabor exclusivo y característico, que solo Ambato puede ofrecer (Salas et al., 2020).

Por lo que se refiere a la investigación “La proximidad de los productos alimentarios: turismo gastronómico y mercados de abastos en la Costa Daurada (Cataluña, España)” (2020), trabaja una tipología turística donde los visitantes se adentran en la cultura y la naturaleza de un lugar, a través de su patrimonio culinario. Entre las distintas posibilidades que ofrecen las prácticas de turismo gastronómico se encuentran las visitas a los mercados de abastos. Este artículo analiza el atractivo de los mercados a partir del estudio de la proximidad de los productos que se ofrecen en ellos. Para ello se analizan tres mercados de tres localidades distintas la Costa Daurada, en la zona sudoriental de Cataluña.

El trabajo anterior contribuye a la comprensión de los mercados como factores de atracción turística a partir del análisis del origen de sus productos, lo cual emerge como la principal implicación teórica de la investigación. Aquí, los estudios previos reconocen ampliamente el interés de los turistas hacia los productos locales. Además del atractivo derivado de la proximidad de los productos deben considerarse los procesos de globalización actuales, que justifican la presencia de productos extraídos del mundo (Francesc et al., 2020).

Por otra parte, el trabajo “La gastronomía como elemento inmaterial en la declaración de bienes de interés cultural de la comunitat Valenciana (España) y su influencia en el destino turístico” (2020) entiende la gastronomía como manifestación cultural presente en la declaración de los bienes de interés cultural de la Comunitat Valenciana. Allí se menciona a la gastronomía como producto local del territorio y alimento a consumir durante el peregrinaje. Aun así, llama la atención que la paella o la horchata no se reconozcan como bienes de interés cultural inmaterial. Aunque ya está en marcha una iniciativa, aún no se han declarado como tal. Precisamente, aumenta la protección, conservación y difusión del bien, por ejemplo, en la elaboración de un plato típico se evita usar ingredientes distintos a los clásicos, al ser un obstáculo para que se le denomine como tal.

Ramón (2020) finaliza en que, como factor de elección de un destino turístico, la gastronomía también se vincula con la denominación de origen de los productos, caso del vino, por ejemplo; así como a la denominación de origen protegido, indicación geográfica protegida o a la marca de calidad de un producto. Esto incrementa la posibilidad de que el visitante se sienta atraído por la degustación de productos típicos reconocidos por su calidad.

En adición, en el artículo “Externalidades ambientales y resiliencia lacustre en la Ciénega de Chignahuapan, México” (2020), las externalidades regionales que amenazan la estabilidad del cuerpo lacustre expresan cambios de uso de suelo, disminución de los servicios hídricos del bosque, contaminación de afluentes, construcción de vialidades regionales, actividad industrial, densificación demográfica, urbanización y suburbanización.

Orozco-Hernández et al. (2020) concluyen que la presión exhibe un escenario desalentador que anticipa descenso de la capacidad natural del ecosistema lenticó para superar las externalidades negativas. La visión sostenible prescribe estrategias de colaboración, autogestión y regulación, con el objeto de que las industrias acaten la responsabilidad ambiental para tratar y conservar el agua; los gobiernos incrementen la capacidad de tratamiento de aguas residuales y los usuarios mejoren el uso y cuidado del recurso.

Ahora bien, la investigación *La pervivencia cultural a través de la alimentación tradicional lacustre en Almoloya del Río, 1942–1970* (2020) explica cómo la explotación de los manantiales de Almoloya del Río, México, conllevó a la desecación de su laguna. Por ello las actividades productivas a las que los pobladores se habían dedicado por generaciones mermaron de forma considerable. Sin embargo, Pérez (2020) llegó a la conclusión de que la alimentación tradicional lacustre se mantuvo como muestra tangible de la pervivencia cultural, importante aportación al estudio y caracterización de la gastronomía en San Pedro Tultepec.

Por su parte, el objetivo del artículo “Patrimonio gastronómico y mujeres otomíes en el Estado de México, México” consiste en analizar el papel de las mujeres indígenas de la comunidad otomí de San Pablo Autopan, en la preservación del patrimonio gastronómico. A través de un estudio fenomenológico se logra abordar la compleja relación entre los roles de género y el patrimonio gastronómico. Los resultados muestran que, a pesar de la conciencia comunitaria, el patrimonio gastronómico está en riesgo de perderse debido a los procesos de globalización, la contaminación ambiental y el cambio de roles de género en las nuevas generaciones junto con las presiones económicas. Sánchez et al. (2020) concluyen que la preservación del patrimonio gastronómico debería ser una actividad comunitaria compartida entre hombres y mujeres en equidad de circunstancias. Como se menciona sobre la equidad de género, las mujeres son las encargadas de realizar estos platillos y el hombre la extracción de productos. En ese sentido, hoy en día debe ser mutuo pues no se pierde nada por realizarlo y ambos pueden fortalecer a estos platillos (Sánchez et al., 2020).

De igual manera, en el artículo “El rescate de los ingredientes patrimoniales colombianos por medio del turismo gastronómico” la importancia de la gastronomía colombiana radica en el uso de sus ingredientes, técnicas, utensilios y recetas que han perdurado en la historia por generaciones. Por medio de lo anterior se han desarrollado platos mundialmente reconocidos y apreciados a nivel nacional e internacional. Por ejemplo, lo ha sido la bandeja paisa y el ajiaco; especialmente, cuando existe el intercambio cultural promovido por el turismo. Por consiguiente, Ballesteros (2021) determina que esta investigación se enmarca en el rescate de la importancia de los ingredientes colombianos dentro del marco de un turismo gastronómico accesible a todo público. Principalmente, hacia aquellos que no tienen un conocimiento amplio acerca de su cocina nacional, como es el caso de la descendencia actual.

A continuación, el análisis *Rol de las mujeres en la cocina tradicional y el patrimonio gastronómico de la plaza del 20 de Julio en la ciudad de Bogotá* (2021) expone al patrimonio gastronómico como una tradición viva que se ha transmitido por generaciones a través de la oralidad. Son conocimientos, prácticas y tecnologías cotidianas, recreadas constantemente a través de la experiencia personal y la comunicación oral. La cultura culinaria se ubica en la memoria colectiva, sin embargo, se nutre de conocimientos y prácticas del pasado, formando así un patrimonio. Esta investigación propone describir los aportes de las cocineras tradicionales al patrimonio gastronómico por medio de un inventario de la gastronomía realizado en la plaza. Por otra parte, explicar la importancia del papel que desempeña la mujer en la labor de la cocina tradicional.

Araque y Molina (2021) finalizan con los resultados encontrados de esta investigación que demuestran que a través de sus recetas, legados e historias, dichas mujeres preservan la cultura gastronómica local y hacen aportes al sector gastronómico y turístico de la plaza. Como consecuencia, se busca que su legado perdure y se preserve en las generaciones futuras a través de sus historias y recetas (Araque y Molina, 2021).

A su vez, en *Gastronomía y desarrollo local en la zona lacustre del Lago de Pátzcuaro, Michoacán. Una alternativa para la creación de rutas gastronómicas* Germes (2021) buscó caracterizar la cultura y sus manifestaciones, entre ellas la gastronomía, de un territorio, en torno a la zona Lacustre del Lago de Pátzcuaro, Michoacán. Mediante entrevistas, que corroboraron la importancia de la cultura gastronómica, las características propias del territorio y su identidad; asimismo podemos decir que la gastronomía en dicha zona juega un papel fundamental en la vida cotidiana de los pobladores, formando parte de sus costumbres y tradiciones. De este modo definimos las dimensiones fundamentales que forman parte del desarrollo local: la cultura, los actores y la identidad.

Como conclusión Germes (2021) propone el diseño y creación de rutas gastronómicas que permitan explotar el potencial existente debido a la cultura gastronómica y a la denominación que se dio por parte de la

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) a la cocina tradicional en 2010 con un enfoque en desarrollo local. La propuesta de una ruta gastronómica es acoger a las cocineras tradicionales, y que exploten las dimensiones del desarrollo local para que de esa manera se genere una mejor calidad de vida en las comunidades.

En adición, el estudio “¿Integración social y territorial en ciudades fluviales, marinas y lacustres? Efectos espaciales en las viviendas subsidiadas litorales de la Serena, Valdivia y Villarrica, Chile (2000-2018)” menciona que las actividades turísticas en ciudades lacustres, fluviales y marinas silencian procesos de transformación espacial basados en la integración social y territorial, principalmente por su rol en el sostenimiento de las economías locales. En las áreas urbanas, el impulso a la vivienda subsidiada ha ido progresando conforme se densifican las actividades de amenidad y ocio. Hidalgo et al. (2021) concluyen que las nuevas políticas de subsidios impactan en la formación de un entorno turístico próspero a la vista de quienes disfrutan de sus amenidades. En ese sentido, se problematizará el concepto de integración que exponen los instrumentos subsidiarios, a partir de las posibles limitaciones y resultados existentes frente a la ejecución de estas políticas.

El documento “Estudio integrado de un ambiente lacustre: laguna La Salada (provincia de Buenos Aires, Argentina)” (2021) soporta que los ambientes de lagos y lagunas contribuyen al sustento de las actividades humanas y cumplen un rol importante en la dinámica natural. Para ello se realizó un análisis a partir de las cuatro dimensiones (ecológica, económica, antropológica y de gobernanza) que conforman este ambiente. Cada dimensión está integrada por una matriz y sus características correspondiente. Las matrices más destacadas fueron la biofísica, social y de regulación que evidenciaron la predominancia de los aspectos naturales y su relación con el accionar de la población. De ahí que Huamantico et al. (2021) deducen que, si bien la matriz obtuvo la menor valoración, en ella se identificó al turismo como una de las principales actividades que cumple un importante rol en la organización del espacio lacustre. Este análisis integrado permitió identificar las características relevantes del área de estudio, así como aquellas que representan debilidades o problemas a evaluar y resolver.

Las investigaciones antes mencionadas nos permiten acercarnos al conocimiento existente sobre el tema y al estatus en el que se encuentra las investigaciones en torno a la gastronomía tradicional y lacustre desde diferentes latitudes; así como a la región que nos ocupa en este artículo. De este modo se muestra la relevancia y novedad de la propia investigación, también se exponen las cuestiones metodológicas y sugerencias para futuras investigaciones.

Patrimonio cultural intangible

Según la UNESCO (2003) el patrimonio intangible, también conocido como patrimonio cultural inmaterial o patrimonio vivo, se define como el conjunto de elementos sin sustancia física, o formas de conducta, que procede de una cultura tradicional, popular o indígena, y a los que se les concede un valor excepcional. Su transmisión es oral o mediante gestos y se modifica con el transcurso del tiempo a través de un proceso de recreación colectiva, que emanan de una cultura en forma de:

- Saberes (conocimientos y modos de vidas cotidianas de las comunidades).
- Celebraciones (rituales, festividades y prácticas de la vida social).
- Formas de expresión (manifestaciones literarias, musicales, plásticas, escénicas y lúdicas).
- Lugares (mercados, ferias, santuarios, plazas y demás espacios donde tienen lugar prácticas culturales).

La fundación del Instituto Latinoamericano de Museos (ILAM) propone como parte del patrimonio intangible, las siguientes “expresiones intangibles”, todas ellas actualmente en práctica, determinadas en un tiempo y un espacio preciso. El patrimonio también se expresa en la identidad y cultura de una comunidad o grupo (Fernández, 2016).

Observamos que San Pedro Tultepec se incorpora a este sin fin de etnias por sus tradiciones y culturas que se promueven en el legado, en específico, a los adultos mayores que aún siguen enseñando a su descendencia dichas actividades que poseen como lo son la pesca, ganadería, agricultura, la música y artesanías. Lo anterior se ha considerado una tradición ya que es un poblado con recursos que no posee otro pueblo y, a su vez, se mantiene vivo, para que no se pierda en su totalidad.

La gastronomía

La gastronomía es una práctica que no solo hace énfasis en la preparación de alimentos; también en la relación de seres humanos con el entorno del cual obtiene dichos alimentos, la forma en la cual los emplea; así como los aspectos sociales y culturales que intervienen en las sociedades del mundo y establecen con su gastronomía (Academia Iberoamericana de Gastronomía [AIBG], 2019).

Está constituido por una serie de conceptos y algunas herramientas que se relacionan con esta área, por ejemplo, las recetas, técnicas, ingredientes y preparaciones, sin dejar de lado la evolución, el significado y la historia de la gastronomía para cada cultura (Editorial Etecé, 2022). Aporta un acercamiento a la cultura utilizando la comida como eje central; se trata de

técnicas de cocina, datos nutricionales y ciencias de la alimentación, como del manejo profesional de sabores y aromas en la elaboración de un plato culinario. De esa forma, la gastronomía no es simplemente el gusto por la comida o la cocina (Sánchez, 2023).

Origen de San Pedro Tultepec, Lerma, estado de México

San Pedro Tultepec proviene de la palabra náhuatl que deriva del tul, contracción de tolín, tule y tepec, cerro, lugar, a lo que se refiere “cerro del tule”. En 1535 el señor vasco de Quiroga compra al cacique de Ocoyoacac, Martín Chimaltecátl, y las tierras de Tultepec; quien trajo gente del hospital de Santa Fe para fundar el asentamiento y poblarlo. El origen de Tultepec es por gente Azteca o Tenochtitlan de lengua náhuatl. En 1874 se separó Tultepec de San Mateo Atenco y pasó a formar parte del municipio de Lerma. Está localizado aproximadamente a 54 kilómetros de CDMX y a diez kilómetros de Toluca. Las poblaciones más cercanas son: al norte, Lerma; al oriente Ocoyoacac; y al poniente San Mateo Atenco (Palmas et al., 2017).

Figura 1. Localización de San Pedro Tultepec y laguna de Chimaliapan



Nota. Tomado de Palmas et al. (2017, p. 727).

Metodología

La metodología utilizada en esta investigación tiene un enfoque cualitativo-descriptivo, con un peso específico en la etnografía, la cual busca describir y analizar la realidad social de las tradiciones culinarias de los pobladores que ostentan estos saberes de San Pedro Tultepec. Para ello se identificaron informantes clave de género femenino mayores a los 65 años, debido a que poseen la información pertinente para la caracterización tradicional de la gastronomía lacustre de la localidad, del Valle de Toluca.

El diseño metodológico se compuso de tres etapas. En primer momento se realizó una pesquisa documental en varias plataformas digitales de información científica de carácter nacional como internacional, con la finalidad de recopilar datos sobre el estado del conocimiento en la variedad de platillos con base en productos lacustres. En una segunda etapa se llevaron a cabo una serie de entrevistas abiertas como semiestructuradas para caracterizar la tradición en la elaboración y conocimiento de sus principales platillos en Tultepec, describiéndolo desde que se utiliza, como los ingredientes, las técnicas y los utensilios.

El instrumento clave se aplicó en personas dedicadas a las actividades lacustres, o que posean conocimientos en dicho tema; el caso de personas mayores de edad (principalmente a mujeres); con ayuda de una batería de preguntas, así como entrevistas a profundidad. Finalmente, la tercera etapa consistió en la clasificación y sistematización de los datos obtenidos en campo para la caracterización de una gastronomía que está en proceso de extinción.

Resultados y discusión

Alimentos lacustres

En otro tiempo Tultepec fue una isla rodeada de tulares y estéreos de aguas limpias con la laguna de Chimaliapan, la segunda en dar vida al río Chinocahuatenco, también conocido como río Matlatzincan, que posteriormente se conoce como río Lerma. Allí sus pobladores obtenían su principal fuente de alimentación. Los señores eran los que realizaban la actividad de la pesca y el campo; en algunos casos las mujeres también desarrollaban esta última tarea (como pisca o pesca). Pero, en general, la principal labor de ellas era el hogar donde preparaban los alimentos, realizaban la limpieza y tortillas hechas a manos al momento de comer, ya fuera desayuno o comida. No todas las familias tenían un orden al sentarse a la mesa, pero en su mayoría por escases de recursos económicos comían en el piso donde se encontraba el petate. Los señores se sentaban en pequeños bancos y las señoras en pequeños petates que iban al suelo. El jefe de la casa (el hombre) era quien iba a la cabeza de la mesa y los demás a un costado sin importar el orden.

De los productos adquiridos por las aguas que le otorgaron la designación de patrimonio de la comunidad encontramos el pescado, una de las tantas especies de agua que se obtienen en algunos ríos, mares o lagunas; incluso hoy en día existen criaderos con la principal función de la alimentación del ser humano. Esta actividad también se realiza para la venta del producto y en la población de Tultepec se obtiene en la laguna de Chimaliapan donde se pescaba para poder consumirlas y en pocas ocasiones se vendían o intercambiaban por otros productos. A su vez, sus preparaciones del pescado suelen variar y al mismo tiempo son básicas ya que dependen de los demás productos con los que se contaban. El consumo del pescado se realizaba con chile guajillo, cebolla, ajo y sal, al igual que se podría hacer en salsa verde con algún quelite, o dependía con qué hierba contaban en el momento de la preparación, que por lo general era la vinagrera.

Otra forma en que se podía consumir el pescado era colocarlo en hoja de maíz donde se sazónaba agregando venas y epazote. Esto se colocaba en el comal de barro o directo a las brasas, se volteaba para que el producto no se quemara y una vez listo se servía en el centro de la mesa (en su defecto era petate que se colocaba en el suelo) para consumir con tortillas recién hechas. Por otra parte, el pez carpa se obtenía de la misma laguna, en este caso hoy en día se puede ver que algunos pobladores realizaron criaderos en el poblado perteneciente a San Pedro Tultepec, llamado Santa Cruz Tultepec. De igual forma, su consumo es variado, por ejemplo, en su mayoría se prepara en hoja de maíz, epazote, nopales y venas colocados a las brasas o en el comal de barro. Una vez que ya estaba listo se colocaba en platonos en el centro de la mesa, y si se consumía en guisado se realizaba en chile guajillo para servir a cada persona.

Por otra parte, también encontramos ranas. Para obtener este alimento tenía que ser en horas específicas del día y solo se podía realizar por la tarde-noche. Incluso, las personas mayores dicen que a esta hora del día los animalitos salían del agua; creían que salían a calentarse al sol y por lo mismo aprovechaban para atraparlas y así usarlas. Una vez obtenidas se lavaban y secaban bien; al estar limpias se freían, mientras en una cazuela de barro se preparaba una salsa verde con vinagreta y cilantro; se sazónaban y se agregaban las ranas a la preparación dejándolas hervir para que se concentraran los sabores. Finalmente, se consumían con tortillas de maíz hechas a mano al momento.

También se encontraban los famosos acociles, pertenecientes a aguas dulces de nuestro país; considerado como un camarón pequeño ubicado rápidamente por tener un color negro. Al identificarlos y ser atrapados por las personas del poblado, las señoras en sus casas los lavaban para colocarlos al fuego (vivos) en una cazuela con cebolla y cilantro picado. Si se tenía queso Cotija se agregaba un poco y se consumían al momento.

Por otro lado, el apacole se cultivaban a la orilla de la laguna. Las personas sabían que había porque lo ubicaban como espiguitas, guía para identificarlos e inclusive saber cuándo recolectarlo; solo se jalaba con la mano y obtenían el apacole o la vulgarmente conocida *papa del agua*. Sin embargo, este producto solo podían consumirlo por temporada en el mes de mayo. Una vez que se obtenía el producto se ponían a cocinar en una olla de barro con agua y se le agregaba un poco de tequesquite, dejándolo ahí hasta estar cocido. No se podía comer inmediatamente pues debían enfriarse o estar un poco tibias.

Sin excepción, el consumo del ajolote es simple ya que se decía consumirse por época al no encontrarse fácilmente; asimismo, no podían obtener mucho producto. Una vez recolectado se realizaba solo en salsa de guajillo, al cual se agregaba vinagreras, se sazonaba y dejaba cocinar en el fuego para que concentraran sus sabores.

Por su parte, el chacamol es una especie parecida al huevo de gallina, pero de color negro. Este producto se obtenía en la laguna y se encontraban frecuentemente entre las hiervas que salían en ella. Su preparación era simple: ponerlo a hervir con agua en una olla de barro a la leña o directo en las brasas y una vez cocido se pelaba como un huevo duro. Su sabor era suave y dulce (los pobladores lo explican y asemejan parecido al apacole).

Sin embargo, los charales son una especie de pez de pequeño tamaño que se reproduce en los lagos de México donde se obtiene a través de la pesca. Este producto se consume en tortitas de charales que se realizaban con los huevos obtenidos de sus gallinas, agregándole salsa verde que complementaban con cilantro y vinagreras. Hoy en día su consumo es comprado ya que se suele utilizar en una mayor cantidad y la tradición es dar de desayunar charales con nopales y papa en salsa de guajillo, sazonado con cilantro. Sin embargo, este alimento es consumido cuando fallece una persona ya que ellos respetan el no consumir proteínas blancas y rojas por respeto al fallecido.

Otro producto alimenticio se obtiene el pato, cuya actividad solo se realiza en junio ya que llegan en mayo, al cual se llama mes de crianza. Entonces, en junio los señores entraban a la laguna y algunos los cazaban con la garrocha; aunque en su mayoría se suele realizar con rifle o escopeta. Su preparación era en caldo, solamente con hierbabuena, bien sazonado; en otras ocasiones se asaba y acompañaba con salsa de chilaca. El procedimiento de limpieza de pato tardaba ya que el plumaje suele ser demasiado duro; aunque se metía en agua caliente para poder ser pelado costaba trabajo y la duración de cocción era aproximadamente de dos o más horas, todo dependía de qué tan tierno estaba el pato. Por último, se dice que en el año 75 por el mes de diciembre este producto comenzó a llevarse a restaurantes.

Como último producto de la laguna está el tule. Para obtenerlo debían entrar al centro de la laguna con canoas y con ayuda de machetes se cortaba solo el tule que estaba entre verde y amarillo (seco). Esta actividad se realizaba a las cinco de la mañana. Al cortar el tule se acomodaba por manojos, en la semana se iba secando y se escogía para ir retirando la espiga. Una vez ejecutado este paso se elaboraban artesanías por mujeres y hombres, lo que implicaba tiempo ya que podían pasar días en elaborar una; los más agotadores eran los sillones y petates. Lo anterior no implica que el aventador, canastas, muñequitos, bancos, etc., fueran más fáciles de producir; cualquier artesanía era laboriosa y, por tanto, su costo suele ser un poco elevado. Asimismo, aunque los pobladores las materializaban principalmente para sus hogares no quiere decir que no salían a venderlas, ya fuera en Ciudad de México o en Toluca, y se consideraba primordial venta cuando se informaba a las familias que en estas ciudades requerían algún artículo a lo cual iban directo con familia que lo solicitaba (Zumpango, 2016).

Alimentos obtenidos en suelo

Algunos alimentos que criaban en casa, en el poblado, era el guajolote. Su alimento consistía en maíz, tortilla remojada y en ocasiones alfalfa, o los dejaban salir a sus terrenos y comían el pasto o lo que encontraban. Una vez crecidos se podían comer; se mataba y se limpiaba con agua caliente para poder retirar sus plumas. Al estar listo se lavaba y se ponía a hervir en agua con hierbabuena; después se consumía con el mole o en salsa verde y se complementaba con arroz. Era consumido en fiestas considerabas importantes para ellos, como bodas o festividades del pueblo. Este platillo era exclusivo y consumido en estos grandes eventos a lo que se considera platillo tradicional al guajolote con mole y arroz.

También encontramos los berros, mamalacotes y jaras estos productos se consumían así crudos o se podían asar, pero muy ligero, y solo se lavan, ya que el sabor es sutil y rico. Por ejemplo, las jaras se consumían crudas, solo se limpiaban para su consumo. Por su parte, para obtener maíz los pobladores sembraban en abril y mayo para obtener la siembra a finales del mes de agosto y a inicios de septiembre. Una vez cosechado se colocaba al sol y ya seco se dedicaban a desgranarlo. Esto se guardaba en costales y de ahí solo se tomaba el necesario cuando requerían para realizar tortillas y poder poner su nixtamal. Lo anterior se elaboraba un día antes de su uso, ya que al día siguiente se sacaba muy temprano y se llevaba al molino (aunque en otras ocasiones lo hacían en el metate). Por último, las tortillas las realizaban a mano y a leña o con mazorca, sácate que utilizaban para el fuego.

Algunos otros productos obtenidos de la siembra a lo que ellos consideraban la ciénega era el haba, que también se cosechaba en cierta temporada. Su consumo ocurría en mayo y junio ya que en estos meses se recolectaba diario. Por último, otros productos producidos del campo eran el frijol, huauzontle, espinacas y quelite. Por lo general, era más común encontrar estos productos en temporada de lluvia y así poder ser consumidos.

Gastronomía tradicional en las calles de San Pedro Tultepec

La gastronomía de Tultepec se enfoca en la laguna de Chimaliapan que lo conforma. En este apartado haremos mención sobre qué productos o platillos se podían encontrar en su tianguis. Hoy en día las personas que aún realizan estas actividades salen a venderlo a otros lugares como en Ocoyoacac, Santiago e inclusive en algunas ferias gastronómicas.

El pescado/carpa se consumía en dos presentaciones: podría ser crudo como tal, obtenido de la laguna, o en el famoso tamal de pescados donde su preparación consiste en solo colocar el pescado limpio, en las hojas de tamal con sal, epazote, cebolla y rajas de algún chile, ya sea manzano, serrano o jalapeño. Esto va a consumirse de acuerdo con el gusto pues también eran preparados con adobo.

Por su parte, el acocil es muy fácil de identificar en el mercado ya que las señoras que venden este producto lo llevan en cubetas para elegir la cantidad que uno considere necesaria. Las medidas de su venta son tradicionales: por medio de cubetitas o bandejas pequeñas o en su defecto con jícaras. Este se vende ya cocido, donde solo los complementaban con un poco de jugo de limón y sal, ya que traían un poco de cilantro picado finamente. Se puede decir que se tomaba o consideraba más como una botana saludable.

Otro producto que encontramos es la rana, la cual se adquiere cruda o en un tamal. La preparación podría variar de acuerdo con la preferencia de consumo. En el caso del tamal se debían pelar la rana, quitarle la piel y sazónarla, colocando epazote, cebolla, picante o nopales. Lo anterior se envolvía bien con las hojas de maíz, se colocaba al comal o directo a las brasas para cocinarlas y se cuidaba dándole vueltas para que la cocción fuera uniforme.

Figura 2. Acocil



Nota. Elaboración propia.

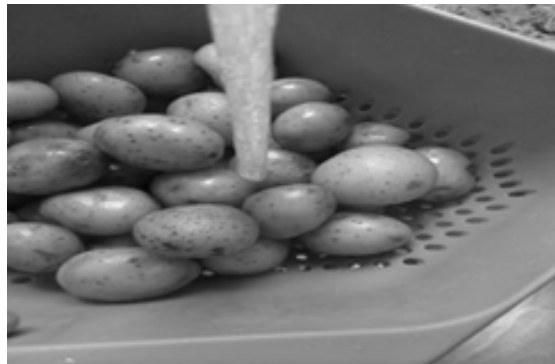
Figura 3. Rana



Nota. A la izquierda rana de la laguna. A la derecha ancas de rana como platillo tradicional. Elaboración propia.

En el tianguis se encontraban ya cocidos los apacoles, conocidas vulgarmente como papas de agua, vendidas en bolsitas de plástico por una cierta cantidad. El consumo podría ser de inmediato ya que el sabor es sutil y, por lo general, se comía como botana o en su defecto en tacos con tortillas hechas a mano.

Figura 5. Apacole



Nota. Elaboración propia.

Hoy en día el taco placero se ha vuelto una tradición consumirlo los domingos para convivir y compartir los platillos en familia durante el desayuno. El lugar en donde podemos encontrarlo actualmente es en la plaza que se sitúa en Tultepec de siete a diez de la mañana. Las familias acuden a comprarlo, quienes eligen qué consumir de acuerdo con sus gustos. Allí encontramos variedad de platillos, entre ellos: nopales fritos y compuestos, la huevera, el queso de puerco, la pata, las habas, el chicharrón, el queso panela o doble crema, el aguacate criollo; al igual que el papaloquelite criollo y, en su defecto, también se incluyen los tamales de pescado y ranas, así como el acocil y el apacole.

Ahora bien, encontramos la pata que proviene de la res de lo que vulgarmente se conoce como “las patas”. Esta se cocina, se corta en cubos pequeños y se prepara con col, orégano, jitomate y un poco de hiervas de olor, agregando agua y vinagre. Mientras que los nopales se pueden encontrar de dos formas; por un lado guisados, producidos de nopales en rajas con cebolla, en donde se sofríe la cebolla fileteada y se agregan los nopales previamente cocidos. También están los nopales compuestos donde, de igual forma, se cortan en rajas y se cocinan en agua con sal y

cebolla, se deja hervir y una vez listos se escurren y reservan; luego se rebana jitomate y cebolla y se pica finamente cilantro; todo esto se mezcla y rectifica la sazón. Por su parte, las habas se limpian, sacándola de su cascara y quitándole la patita; se lavan y se colocan en agua con sal hasta que se cuezan. Asimismo, se pueden agregar crudas a la cazuela, donde se coloca aceite con cebolla fileteada, se agregan las habas, unos pocos chiles de árbol, se dejan cocinar y se le agrega cilantro picado.

Otros productos que podemos encontrar son el chicharrón, el queso de puerco, la huevera, aguacate, queso doble crema y las tortillas a mano. Los anteriores productos mencionados se pueden comprar tanto dentro como fuera del mercado. Por ejemplo, se refiere en las carnicerías se compra el chicharrón, el aguacate, tortillas y queso, igual que en cremerías, recaudería y con señoras que venden tortillas a mano. El queso de puerco, la huevera y el pápalo sí se compran en el tianguis. Todos los productos que abarca el taco placero se venden dependiendo la cantidad que uno solicite desde \$20.00 o más, a excepción del papaloquelite ya que este viene por manos.

Platillo tradicional

El mole es un alimento consumido en eventos especiales, por ejemplo, fiestas de pueblo o celebraciones como bodas, bautizos o llegada de alguien especial. Su preparación la llevan a cabo las señoras al cual colocan ajonjolí, almendra, pasas, clavo, pimienta, cebolla y ajo. Lo anterior es tostado en cazuelas de barro en seco, mientras el jaral se desvena con anticipación para secarlo al sol. Todos estos ingredientes se molían en el metate o en molinos. Una vez obtenida la pasta, se oreaba y se guisaba con manteca, agregando agua o caldo de pollo, sazónandola y dejándola cocinar por varias horas. El platillo se acompañaba de guajolote, arroz, frijoles y tortillas hechas a mano. Todas estas preparaciones las realizan las mujeres.

Cultura y tradición de San Pedro Tultepec, Lerma, Estado de México

La comunidad de San Pedro Tultepec también es conocida como “la capital del mueble”, ya que gracias a la dedicación de pobladores de esta región se han dedicado a la elaboración de muebles hechos a base de madera. Sus principales diseños se les conocía como el terminado rústico y de tule, que hoy en día seguimos adquiriendo en el Auditorio Municipal. Sin embargo, conforme fue pasando el tiempo los diseños se fueron modificando y modernizando, a lo que hoy en día podemos encontrar una diversidad de diseños, tanto en terminados como el estilo de madera que cada uno prefiera. Para ello se encuentra la avenida principal donde podremos apreciar por ambos lados los muebles elaborados por cada uno de estos artesanos. Allí se festeja el “Día del carpintero”, donde todos los carpinteros

veneran a San José el 19 de abril. La costumbre de ese día es llevar al santo a misa y adornar su altar por parte de los carpinteros; a su vez, a sus patronos les corresponde festejarles haciendo una fiesta o una pequeña comida para esperarlos con sus familias.

El día del músico para Tultepec se festeja el 22 de noviembre a la patrona "Santa Cecilia". Por herencia la mayoría de los pobladores se dedican a la música y, por tanto, se venera esta tradición que pasa generacionalmente pues la enseñanza era en casa o los que tenían la posibilidad asistían a escuelas para su preparación profesional.

La actividad primordial realizada en esta comunidad es el tejido del Tule. Allí encontramos artesanías hechas a manos de los locatarios y se venden en la misma. Como ya ha sido mencionado, aquí mostramos algunas artesanías elaboradas por pobladores de la comunidad.

Figura 6. Artesanías de tule



Nota. Elaboración propia.

La adecuada gestión de un territorio tiene en sus premisas comprender cómo se conciben socialmente los recursos naturales. Por tanto, el presente texto aborda la percepción de bienes del ámbito gastronómico

lacustre, enfatizando el enfoque metodológico para estudiar el significado de obtención de estos recursos en la vida cotidiana de esta comunidad. El estudio se aplicó en la laguna de Chimaliapan, ubicada en la región de San Pedro Tultepec, Lerma, Estado de México (EDOMEX), mediante una exploración abierta de un cuestionario, teniendo como referencia los relatos vividos por habitantes al igual que imágenes. Como resultado se identifican rasgos de la cocina prehispánica y el alcance de todos estos recursos naturales, desde quien los extrae hasta quien conllevaba la preparación de estos.

Conclusiones

México se conoce como uno de los países diversos al contar con una gran variedad de culturas, etnias y tradiciones que han ido formándose y surgiendo a lo largo del tiempo. Sin embargo, la diversidad en el ámbito gastronómico es tan amplia que contiene un sinfín de platillos en cada región.

En México se han aportado diversos ingredientes, alimentos, inclusive utensilios. A pesar de estos productos traídos por personas o comunidades nacionales e internacionales; se considera que sus principales abastos de alimentación fueron los productos lacustres y la agricultura chinampera.

En este caso hablamos de San Pedro Tultepec, perteneciente al municipio de Lerma, en donde su principal recurso permitió el desarrollo de estilo culinario característico del pueblo. Actualmente se conservan algunas huellas que permiten hacer el bosquejo de lo que fue aquella gastronomía lacustre.

Es importante hacer mención que, a pesar de los escasos de productos, formaron y desarrollaron su cocina a partir de muy poco, desarrollando técnicas y habilidades que descubrieron gracias a los recursos disponibles que la naturaleza otorgaba, considerando así un estilo de vida particular.

De aquella cocina se han extinguido varias prácticas que hace algunos años estaban latente. Sin embargo, aún se conservan y guardan como un tesoro valioso. Claro está que todos los productos son extraídos de la laguna de Chimaliapan, es cierto que su gastronomía se ha ido enriqueciendo por la complementación de productos del suelo. Sin embargo, el estilo lacustre sigue marcando un método culinario; considerado eje de la economía del pueblo que se aferra a su historia y cuya identidad ha luchado por conservar la zona lacustre de San Pedro Tultepec, precisamente a partir de la producción de alimentos.

Referencias

- AIBG (2019). Patrimonio gastronómico. En *Diccionario de gastronomía*. LID Business Media.
- Araque, L. y Molina, E. (2021). *Rol de las mujeres en la cocina tradicional y el patrimonio gastronómico de la plaza del 20 de Julio en la ciudad de Bogotá* [Trabajo de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. Repositorio institucional UNIMINUTO. <https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/13427>
- Ballesteros, A. (2021). El rescate de los ingredientes patrimoniales colombianos por medio del turismo gastronómico. *Sosquua*, 2(2), 23-32. <https://doi.org/10.52948/sosquua.v2i2.145>
- Editorial Etecé. (2022, junio 2). *Gastronomía*. Concepto. <https://concepto.de/gastronomia/#ixzz7ghbMqLTZ>
- Favila, H., Quintero, B. y Barrera, V. (2010). "Del plato a la boca... el ajolote a la sopa" una mirada al patrimonio cultural gastronómico. *Culinaria Revista Especializada en Gastronomía*, (1), 75-89. http://web.uaemex.mx/Culinaria/uno_ne/art_04.pdf
- Fernández, E. (2016, diciembre 10). *Cómo llegó la gastronomía mexicana a ser patrimonio de la humanidad*. Forbes. <https://www.forbes.com.mx/forbes-life/gastronomia-mexicana-patrimonio-de-la-humanidad/>
- Fusté, F., Medina, F. y Mundet, L. (2020). La proximidad de los productos alimentarios: turismo gastronómico y mercados de abastos en la Costa Daurada (Cataluña, España). *Revista de Geografía Norte Grande*, 76, 213-231. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-34022020000200213>
- García, P. (2017). *Patrimonio gastronómico local como elemento de identidad del municipio de Zacualpan, Estado de México* [Trabajo de grado, Universidad Autónoma del Estado de México]. Repositorio institucional UAEMéx. <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/68367>
- Germes, N. (2021). *Gastronomía y desarrollo local en la zona lacustre del Lago de Pátzcuaro, Michoacán. Una alternativa para la creación de rutas gastronómicas* [Tesis de maestría, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo]. Repositorio institucional UMSNH. http://bibliotecavirtual.dgb.umich.mx:8083/xmlui/handle/DGB_UMICH/5047
- Hidalgo, R., Rodríguez, L., Alvarado, V. y Arenas, F. (2021). ¿Integración social y territorial en ciudades fluviales, marinas y lacustres? Efectos espaciales en las viviendas subsidiadas litorales de la Serena, Valdivia y Villarrica, Chile (2000-2018). En *XI Coloquio de Geografía Urbana*. Servicio de Publicaciones y Difusión Científica de la ULPGC. <http://hdl.handle.net/10553/108165>

- Huamantico, M., Haag, M. y Piccolo, M. (2021). Estudio integrado de un ambiente lacustre: Laguna La Salada (provincia de Buenos Aires, Argentina). *Anuário do Instituto de Geociências*, 44. http://dx.doi.org/10.11137/1982-3908_2021_44_36433
- Lomas, R. y Pujota, M. (2016). *Actividades turísticas recreacionales para el aprovechamiento del recurso turístico en el complejo lacustre Mojanda* [Trabajo de grado, Universidad Politécnica Estatal del Carchi]. Repositorio institucional UPEC. <http://repositorio.upec.edu.ec/handle/123456789/497>
- López-Gómez, J., Junghans, C. y Osorio-López, D. (2021). La cocina mam como espacio de reproducción del patrimonio etnogastronómico. En E. Estrada (Ed.), *Reproducción social y parentesco en el área maya de México* (pp. 237-264). Ecosur. https://ecosur.repositorioinstitucional.mx/jspui/bitstream/1017/2621/1/61971_Documento.pdf
- Orozco-Hernández, M., Flores-Salgado, G. y Diaz-Ramírez. (2020). Externalidades ambientales y resiliencia lacustre en la Ciénega de Chignahuapan, México. *Quivera Revista de Estudios Territoriales*, 22(1), 5-33. <https://doi.org/10.36677/qret.v22i1.12181>
- Palmas, D., Serrano-Barquín, R. y Gutiérrez, J. (2017). Metodología del turismo armónico. Una propuesta de valoración de conocimientos para San Pedro Tultepec de Quiroga, Estado de México. *Nova Scientia*, 9(19). <https://doi.org/10.21640/ns.v9i19.1073>
- Pérez, B. (2020). *La pervivencia cultural a través de la alimentación tradicional lacustre en Almoloya del Río, 1942-1970* [Trabajo de grado, Universidad Autónoma del Estado de México]. Repositorio institucional UAEMéx. <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/109842>
- Ramón, F. (2020). La gastronomía como elemento inmaterial en la declaración de bienes de interés cultural de la comunitat valenciana (España) y su influencia en el destino turístico. *Turismo y Patrimonio*, (15), 191-179. <https://doi.org/10.24265/turpatrim.2020.n15.10>
- Rodríguez-Martínez, L. y Quiroga-Dallos, I. (2020). Patrimonio gastronómico de la Provincia de Yariguies (Santander). *Jangwa Pana: Revista de Ciencias Sociales y Humanas*, 19(2), 219-244. <https://doi.org/10.21676/16574923.3478>
- Romero, A. y Viesca, F. (2010). Formación del patrimonio gastronómico del Valle de Toluca, México. *CIENCIA ergo-sum*, 17(3), 239-252. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5034990>
- Salas, P. y Córdova, F. (2020). Percepción de la gastronomía típica por parte de la población local de Ambato-Ecuador. *Revista Dilemas Contemporáneos*, 7. <https://dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/index.php/dilemas/article/view/2144/2200>

- Sánchez, A. (2023, junio 15). *Gastronomía*. Concepto Definición. <https://conceptodefinicion.de/gastronomia/>
- Sánchez, A., Delgado, A. y González, B. (2020). Patrimonio gastronómico y mujeres otomíes en el Estado de México, México. Un problema de roles de género. *Ciencia y Sociedad*, 45(3), 85-96. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7708145>
- Susano-García, L. (2018). La gastronomía matehualense, una referencia turística para el altiplano potosino. *Hitos de Ciencias Económico Administrativas*, 24(68), 164-176. <https://doi.org/10.19136/hitos.a24n68.2519>
- UNESCO. (2003). *Convención para la salvaguarda del patrimonio cultural inmaterial*. UNESCO.
- Viesca, F., Romero, A., Flores, J., Garduño, M. y Quintero, B. (2011). El impacto de la desecación de la laguna de Lerma en la gastronomía lacustre de San Pedro Tultepec de Quiroga, Estado de México. *El Periplo Sustentable: Revista de Turismo, Desarrollo y Competitividad*, (21), 101-138. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4046878>
- Villarreal, B. (2019). *Estudio etnogastronómico de hierbas y especias utilizadas por los habitantes de la comunidad ángel pamba perteneciente a la parroquia Ilumán cantón Otavalo provincia de Imbabura* [Trabajo de grado, Universidad Técnica del Norte]. Repositorio institucional UTN. <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/10011>
- Zumpango. (2016, octubre 2). *Tejer el tule, tradición que mantienen viva los artesanos de Tultepec*. <https://www.zumpango.net/tejer-tule-tradicion-mantienen-viva-los-artesanos-tultepec/>