

FACULTAD DE CIENCIAS EMPRESARIALES
CARRERA TÉCNICO EN ADMINISTRACIÓN TURÍSTICA



TEMA:

GASTRONOMÍA ÉTNICA COMO PATRIMONIO SOCIAL Y
CULTURAL DEL MUNICIPIO DE NAHUIZALCO

TRABAJO DE GRADUACIÓN PRESENTADO POR:

MARITZA ELIZABETH RIVERA HERNÁNDEZ

LILIAN ERLINDA HERNÁNDEZ VÁSQUEZ

JENNIFFER JAMILETH RAMÍREZ PÉREZ

PARA OPTAR AL GRADO DE:
TÉCNICO EN ADMINISTRACIÓN

TURÍSTICAS

ABRIL, 2015

SAN SALVADOR, EL SALVADOR, CENTRO AMÉRICA

AUTORIDADES UNIVERSITARIAS

ING. NELSON ZARATE SÁNCHEZ

RECTOR

LIC. MODESTO VENTURA

VICERRECTOR ACADÉMICO

LIC. LISSETTE CANALES DE RAMIREZ

DECANO

JURADO EXAMINADOR

LIC. JENNY DEL SOCORRO FRECH KUAN DE MARTI

PRESIDENTA

LIC. ANA TEREZA GUERRERO GOMEZ

PRIMER VOCAL

TECNICO. WENDY SARAI BONILLA ORDOÑEZ

SEGUNDO VOCAL

ABRIL ,2015

SAN SALVADOR, EL SALVADOR, CENTROAMÉRICA



ACTA DE EXAMEN PROFESIONAL

HABIÉNDOSE REUNIDO EL JURADO CALIFICADOR INTEGRADO POR:

Licda. Ana Teresa Guerrero Gómez, Tec. Wendy Sarai Bonilla Ordoñez, Licda. Jenny del Socorro Frech Kuan de Martí, a las 8:00a.m. del día Sábado 6 de Diciembre de dos mil catorce.

Y LUEGO DE HABER DELIBERADO SOBRE EL EXAMEN PROFESIONAL DE LOS ALUMNOS:

- | | |
|--|----------------------------|
| 1- <u>Maritza Elizabeth Rivera Hernández</u> | <u>Carnet 06-5843-2011</u> |
| 2- <u>Lilian Erlinda Hernández Vásquez</u> | <u>Carnet 06-5559-2011</u> |
| 3- <u>Jenniffer Jamileth Ramirez Perez</u> | <u>Carnet 06-6254-2011</u> |

QUIENES PRESENTARON DEFENSA DE SU TRABAJO DE GRADUACION TITULADO:

"Gastronomía Étnica como patrimonio social y cultural del Municipio de Nahuizalco"

PARA OPTAR AL GRADO DE:

TECNICO EN ADMINISTRACION TURISTICA

Y DEL CUAL TAMBIEN EVALUARON LOS CONOCIMIENTOS RELACIONADOS CON EL TEMA DEL MISMO.

POR LO QUE ESTE JURADO RESUELVE DECLARAR EL EXAMEN COMO:

Aprobado.

YA QUE CUMPLE CON LOS REQUISITOS ESTABLECIDOS EN EL REGLAMENTO DE GRADUACION DE LA UNIVERSIDAD.

San Salvador, 6 de Diciembre de dos mil catorce.

F.

PRIMER VOCAL

Licda. Ana Teresa Guerrero Gómez

F.

SEGUNDO VOCAL

Tec. Wendy Sarai Bonilla Ordoñez

F.

PRESIDENTE

Licda. Jenny del Socorro Frech Kuan de Martí



AGRADECIMIENTO

Gracias

Primeramente quiero agradecerle a Dios por haberme permitido finalizar esta etapa de mi vida, a mi familia que me ha apoyado mucho, a esta universidad por haberme brindado las herramientas necesarias para poder salir adelante con mis estudios y desenvolverme en esta vida , a cada uno de los catedráticos de esta universidad por ser unos excelentes guías a lo largo de este proceso formativo, a mis amigos que me han ayudado y han formado un papel importante en toda esta etapa como estudiante universitario y finalmente a todas aquellas personas que han colaborado hasta lograr que mi persona se esté graduando en esta oportunidad.

Muchas gracias.

Jenniffer Jamileth Ramírez Pérez

AGRADECIMIENTOS.

Gracias

Primeramente gracias a Dios por darme fortaleza, paciencia, sabiduría, consuelo, en los momentos más difíciles y por el logro obtenido.

A mi Padre que siempre me apoyo y creyó hasta el último momento que estubo en vida. Siempre ha sido y seguirá siendo mi ejemplo a seguir.

A mi Madre que siempre me apoya para poder lograr mis objetivos de estudio.

A mi Hijo por la paciencia de restarle tiempo para estar con él en sus días libres.

Muchas gracias Dios por esta Bendición.

Maritza Elizabeth Rivera Hernández

AGRADECIMIENTO

Agradezco a DIOS por haberme dado la oportunidad de graduarme y guiado a lo largo de mi carrera, por ser fortaleza en los momentos de dificultad, sabemos que en la vida nada es posible si no caminamos de la mano de DIOS.

Es decir que la fortaleza espiritual y la confianza solo la obtenemos de nuestro señor, es por eso mis agradecimientos por haber obtenido la fuerza y la perseverancia, para lograr mi objetivo de culminar mi carrera de técnico.

Le doy gracias a mis padres Manuel y blanca por apoyarme en todos los momentos, de mi vida por haberme dado la oportunidad de tener excelente educación y cumplir mis metas propuestas.

A mi hermano Manuel por ser parte muy importante en mi vida y llenarme de alegrías y amor cuando más lo necesitado.

Gracias a Nelson por su apoyo, porque siempre ha estado a mi lado en todo momento por ser tan especial cuando más lo he necesitado.

Gracias a Guadalupe por haber sido una excelente amiga, por haberme tenido paciencia necesaria y motivarme a seguir adelante en los momentos de desesperación y sobre todo por hacer de su familia, una familia para mí.

Gracias.

Lilian Erlinda Hernández Vásquez

INDICE

INTRODUCCIÓN	i
--------------------	---

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
--	----------

1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	1
-----------------------------------	---

1.2 OBJETIVO	2
--------------------	---

1.2.1 Objetivo General.....	2
-----------------------------	---

1.2.2 Objetivos específicos	2
-----------------------------------	---

1.3 JUSTIFICACIÓN	3
-------------------------	---

1.4 DELIMITACIÓN	4
------------------------	---

1.4.1 Delimitación teórica.....	4
---------------------------------	---

1.4.2 Delimitación geográfica.....	4
------------------------------------	---

1.4.3 Delimitación temporal.....	4
----------------------------------	---

1.4.4 Sujeto de estudio	5
-------------------------------	---

1.5 MARCO CONCEPTUAL	6
----------------------------	---

CAPITULO II

MARCO TEORICO	8
----------------------------	----------

2.1 ANTECEDENTES DE LA RESEÑA HISTORICA EN LA COCINA.	8
--	---

2.1.2 Las comunidades agrícolas pre-históricas.....	8
---	---

2.2 ANTECEDENTES DE LA RESEÑA HISTÓRICA EN LA GASTRONOMÍA DE EL SALVADOR.....	10
--	----

2.2.1 Antecedentes Histórico de Nahuizalco	12
--	----

2.2.2 Aspectos Generales de Nahuizalco.	13
--	----

2.2.3 Identidad Cultural del Municipio de Nahuizalco	22
--	----

2.2.4 Base Alimenticia	23
------------------------------	----

CAPITULO III

METODOLOGIA.....	28
-------------------------	-----------

3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN	28
---------------------------------	----

3.1.1 Método Cualitativo	28
--------------------------------	----

3.1.2 Instrumento a Utilizar	29
------------------------------------	----

CAPITULO IV

PRESENTACION DE ANÁLISIS	30
---------------------------------------	-----------

Conclusiones.....	38
Recomendaciones	39
Glosario.....	40
Referencias:.....	42
Anexos	43

INTRODUCCIÓN

El presente estudio realizado lleva como objetivo identificar la Gastronomía étnica como patrimonio social y cultural del municipio de Nahuizalco. Platos heredados por antepasados indígenas como identidad autóctona del municipio, sus tradiciones, costumbres que los habitantes aún mantienen generación en generación.

Es un pueblo reconocido por tener costumbres indígenas muy arraigadas entre ellos la elaboración de ricos platos originarios del municipio entre los que están: el tayuyo, ticuco, la chachahuilla, la cochinita, el arroz en Bautizo. La gastronomía de este rincón es muy peculiar por las mañanas es usual encontrar la venta de tayuyos, ticucos pan de maíz y su tradicionales pupusas.

Nahuizalco se caracteriza por resguardar una fuerte presencia de población indígena dedicada al comercio artesanal en elaboración de artículos llamativos para el hogar. Posee un mercado nocturno que permanece diariamente en funciones desde las cuatro a diez de la noche, los vendedores iluminan su mercancía con velas como una expresión tradicional de Nahuizalco.

ANTECEDENTES

Nahuizalco es un municipio localizado en el departamento de Sonsonate en un poblado de origen pre-hispano, originalmente fue habitado por los pipiles y en la época colonial perteneció a la provincia de los Izalcos de acuerdo a Una crónica de 1586 se estimaba que los residentes no llegaban a 200 habitantes entre 1821 y 1823 fue parte del estado de Guatemala y en 1824 formo parte del departamento de Sonsonate en los años de la República Federal de Centro América. A iniciativa de los pueblos Indígenas que han luchado por su reconocimiento, la alcaldía de Nahuizalco emitió una ordenanza municipal sobre los derechos de la comunidades Indígenas asentadas en el municipio de Nahuizalco (publicada en el Diario Oficial del 6 de julio de 2011, numero 126 Tomo 392) constituyéndose en la primera normativa de este tipo en la historia de El Salvadillos Pipiles son un pueblo Indígena que habita en la zona occidental y central de El Salvador su idioma es el Pipil o Nahuat. Los antepasados de los pipiles emigraron de México y se asentaron a lo que hoy es El Salvador en el siglo X d.c. Nahuizalco es uno de los últimos lugares donde muy pocas Personas aún hablan el idioma Pipil (Nahuat) en el marco de un proyecto financiado por la Fundación círculo solidario en una escuela de Nahuizalco ahora se enseña Nahuat como segunda lengua Los especialistas han subdividido a los pobladores pre-hispanos que habitaron la tierra de El Salvador, en tres grupos; pre-maya o Arcaico Maya Y Nahoa o Nahuat. Los pipiles descendientes de la civilización Tolteca que introdujo el culto al dios de la lluvia Tláloc, desarrollaron una democracia militar caracterizada por las propiedades comunes de la tierra. Su nombre en Nahuath significa “los cuatro penitentes o lugar de cuatro Izalcos” ya

que tenía más habitantes que este pueblo y según cuentan los abuelos La Ciudad fue fundada por cuatro familias de ese pueblo vecino.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

En El Salvador existen una gran variedad de platos que se han convertido en símbolos de identidad cultural de los salvadoreños, muchos de estos platos se remontan a épocas prehispánicas.

En la gastronomía salvadoreña la mayoría ha sido heredada por nuestros antepasados indígenas, es por esta razón que la mayoría de platos tienen como ingrediente principal el maíz, utilizado por la mayoría de pueblos indígenas de América.

En la actualidad en el transcurrir del tiempo estas recetas han sido influenciadas por fenómenos sociales que han modificado o agregado nuevos ingredientes y nuevas formas de elaborar platos.

En vista de este fenómeno se ha querido identificar la gastronomía étnica como patrimonio social y cultural del municipio de Nahuizalco.

Se ha podido identificar la falta de recopilación de datos sobre la gastronomía propia del municipio de Nahuizalco entre los cuales se nota:

Falta de material sobre gastronomía étnica del municipio, los únicos escritos que poseen no son facilitados para las personas que los visitan, ya que la información únicamente se adquiere a través de la tradición oral, por medio de entrevista a personas que tienen conocimiento en el rubro de la comida autóctona.

Así también no contar con un recetario con su riqueza gastronómica en general y platos propios del municipio para las siguientes generaciones donde puedan basarse para estudios posteriores ayudando a la población salvadoreña estudiantil.

El municipio ofrece una cultura en torno a su mesa y la sociedad cobra vida alrededor de platos tradicionales que pueden ser degustados y apreciados por todo el que lo visite.

1.2 OBJETIVO

1.2.1 Objetivo General

- Identificar el patrimonio sociocultural gastronómico que identifica a los habitantes de Nahuizalco en el departamento de Sonsonate.

1.2.2 Objetivos específicos

- Identificar y recopilar recetas propias de Nahuizalco como identidad de Patrimonio Social y Cultural.
- Diseñar recetario que facilite la elaboración de platos tradicionales de Nahuizalco.
- Indagar sobre la importancia de la gastronomía étnica del municipio de Nahuizalco.

1.3 JUSTIFICACIÓN

El propósito del presente documento es dar a conocer la gastronomía del municipio de Nahuizalco, recopilando información sobre la comida autóctona del lugar dejando como referente un recetario para las nuevas generaciones para que retomen la importancia de mantener vivas nuestras tradiciones y costumbres en la elaboración de alimentos étnicos de lo que fueron nuestro antepasados y que se han heredados hasta la actualidad.

En El Salvador son muy pocos los lugares que aún mantienen su gastronomía tradicional debido a la falta de información e importancia que se obtiene de la población por lo mismo no se proporcionan los medios para poder elaborar una documentación.

Por lo tanto hubo necesidad de desplazarse al municipio para visitar la alcaldía, Cedart (Centro de Desarrollo Artesanal), Museo, Casa de la Cultura y realizar entrevistas para poder diseñar un estudio detallado sobre un aspecto concreto de la gastronomía étnica.

El municipio tiene muchos recursos que constituyen atractivos para los turistas porque es reconocido por sus artesanías en mimbre y tule también por su “mercadito nocturno” donde se iluminan las calles y los productos en venta con luces de velas o candiles, cerrando a las 10:00pm.

1.4 DELIMITACIÓN

1.4.1 Delimitación teórica

Recopilación de recetas propias del municipio de Nahuizalco.

1.4.2 Delimitación geográfica

El estudio se centrara en el Municipio de Nahuizalco, enfocada en la plaza central, casa cultural, en el parque central, cedart (Centro de Desarrollo Artesanal).

1.4.3 Delimitación temporal

Esta recopilación de datos se realizara durante los meses de julio al mes de noviembre 2014.

1.4.4 Sujeto de estudio

Para obtener información para este documento se tendrá la colaboración de:

- Directora del CEDART (Centro de Desarrollo Artesanal) : Margo Pérez
- Personas que se reúnen para recibir clases de náhuatl en la casa de la cultura

Carlos Flores, Ángela Lazo, Agustina Pérez, Martha de Castillo, Ángela Hernández

- Personas vendedoras de la Plaza Central

Limitantes:

- Falta de material sobre gastronomía étnica del Municipio, los únicos escritos que poseen no son facilitados para las personas que los visitan, ya que la información únicamente se adquiere a través de la tradición oral, por medio de entrevista a personas que tienen conocimiento en el rubro de la comida autóctona.
- Las personas que elaboran los platos tradicionales son muy celosos en cuanto a su elaboración de alimentos lo cual genera una limitante para nuestra recopilación de datos.

1.5 MARCO CONCEPTUAL

Gastronomía Étnica: Se compone entonces de un sinfín de elementos culturales entre los cuales se encuentra la gastronomía típica de cada región, compuesta en base a los que se pueden encontrar fácilmente. Es aquello que se aplica cada parte del lugar mantiene la comida particular y Especifica de una región o comunidad.

Patrimonio Gastronómico: Agrupa una de la más extensa y variada gama de productos, platos tradicionales es una característica que diferencia un pueblo a otro, Es el valor cultural inherente y añadido por el hombre a los alimentos, su cultivo, empaque, preparación, presentación y fecha.

Patrimonio cultural: Propia de un pueblo o de una unión de pueblo al conformar una nación cultural propia del pasado de una comunidad con la que esta vive en la actualidad y que transmite a las generaciones presentes y futuras.

Patrimonio social: es la herencia que nos han trasmitido nuestros ancestros de generación en generación encerrando lo mejor y más significativo de conjunto de la individualidad propia de un pueblo o de una unión de pueblos que conforman una nación.

Monografía: es un informe escrito, relativamente extenso con función informativa en el cual se presenta y organizan los datos acerca de una determinada temática obtenida de diversas fuentes.

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1 ANTECEDENTES DE LA RESEÑA HISTORICA EN LA COCINA.

2.1.2 Las comunidades agrícolas pre-históricas

Referirnos a la historia de la gastronomía o alimentación releva la estrecha relación de esta con la evolución del hombre en su proceso de civilización.

En este trabajo analizamos los alimentos característicos de cada etapa, los utensilios desarrollados y la comunión entre ambos, a continuación se presenta la evolución que ha tenido la gastronomía en sus diferentes etapas.

Antes del fuego

- Materias primas: fruta , raíces y tallos , luego comenzó la caza de grandes piezas (renos , bisontes, vacuno salvaje y caballos) y de pequeños animales (lagartijas , erizos, etc)
- (registro, 2000) (MarcadorDePosición1).Utensilios: cazaban con arco, flechas y pescaban con anzuelo, las primeras herramientas eran fabricadas con ramas y piedras eran muy simples tales como cornamentas.
- Los alimentos se consumían crudos: el secado se utilizaba ya que en pre-historia que se conserva los alimentos, en el caso de la carne y el pescado se referían otros

métodos de conservación tales como: el ahumado y la salazón que mejoraban el sabor del alimento.

Atlas El Salvador ministerio de Economía⁴edición año 2000

Después del fuego

- Utensilios: aparecieron los primeros recipientes de barro para cocinar los alimentos, las pieles eran utilizadas como abrigo.
- Método de cocción utilizado: asado, con el descubrimiento del fuego el hombre comenzaban a cocer los alimentos con lo cual se dirigían mejor, evitaban la transmisión de enfermedades y se podría preciar mejor su sabor, el fuego significo para el hombre poder estar despierto por más horas y comenzó el proceso de civilización dando como resultado el aumento demográfico.

En la pre-historia el hombre ya utilizaba el frío como método de conservación de las carnes (bloqueo de hielo).

Edad antigua

Se alimentaban de lentejas y hortalizas, comían en forma abundante, bueyes, terneras, cabras, ovejas y pichones Egipto era rico en producción agrícola habían muchos frutos, higos, uvas, sandías, pepinos y melones.

La cerveza era la bebida nacional sin levadura porque debía consumirse rápido (se agriaba) el cereal más antiguo fue el mijo, luego la cebada, la avena y el centeno. Como consecuencia del cultivo de cereales se descubrió el pan.

Nuevas tierras

Lo que llegó de Europa a América: el cacao, el maíz, el maní, el girasol, las alverjas, el pimiento, las papas y el tomate. El tabaco también es originario de América lo que llegó de Asia a Europa, el arroz ha sido el cultivo más importante traído de América.

Desarrollo técnico: la semilla de cacao entre los aztecas ha servido de moneda, el refinamiento de este lleva al chocolate, el maíz fue el cultivo básico (al igual que lo fue el trigo en Europa y el arroz en Asia) plantas consideradas civilizadoras.

2.2 ANTECEDENTES DE LA RESEÑA HISTÓRICA EN LA GASTRONOMÍA DE EL SALVADOR

Producto de esta necesidad ecológica, habría propiciado el desarrollo del agricultor completamente con alimento de alto proteínico derivados de la cacería y la pesca.

Dado su prestigio entre las demás comidas las autóctonas de El Salvador en algunas ocasiones el estado ha contribuido a su desarrollo.

La comida tradicional de El Salvador se caracteriza por estar basada en el maíz, las costumbres y tradiciones de nuestros antepasados en la cocina tenían como ingrediente principal el maíz y los frijoles que hacen de las comidas salvadoreñas platos como: los tamales de elote y de gallina india.

Las riguas, la yuca frita y en las bebidas los atoles que forman ya una tradición en el paladar de los salvadoreños.

El maíz, que es igualmente utilizado por muchos pueblos de América, es el ingrediente principal de la cocina tradicional salvadoreña. El plato por excelencia es la pupusas, que tiene un día nacional que se celebra cada segundo domingo de noviembre. Otros alimentos populares elaborados de maíz son: las tortillas muy importantes en la base alimenticia diaria de los salvadoreños; así como los tamales; variedades el de atol de elote, piñuela, chuco o chilate y bocadillos como las riguas, tostadas y totopostes, la chicha de maíz como bebida tradicional; además existen festivales del maíz, también conocidos como “atoleadas”, que son celebrados en el segundo semestre de cada año en diversas poblaciones del país, usualmente en agosto, el frijol es otro ingrediente muy utilizado en la cocina salvadoreña.

Otros platos tradicionales son: gallo en chicha, sopa de gallina, sopa de pata, consomé de garrobo, sopa de frijoles con cerdo y masitas, nuégados de yuca, buñuelos de huevo, ayote en miel, torrijas en miel, y pan con pavo, entre otros.

También existe una variedad de dulces artesanales, y poblaciones como Santa Ana y San Vicente son importantes en su elaboración, se comercializan principalmente en las fiestas patronales del país, y una breve lista comprende: conservas de coco, coco rallado, melcochas, chilacayote, dulce de leche, dulce de nance, dulce de tamarindo, dulce de panela, entre muchos otros. Es importante la oferta gastronómica tradicional.

Dentro del pan incluye la semita, viejitas, salpores, pichardines, quesadillas de queso, torta de yema, marquesote, etc. Bebidas tradicionales calientes son el

chocolate, el café, leche poleada, y las ya mencionadas que son elaboradas a partir del maíz. Bebidas frías populares, llamados frescos, son: horchata, tamarindo, cebada, ensalada, chan, entre otros.

En El Salvador existe una gran variedad de platos que se han convertido en símbolo que identifica cultura de los salvadoreño mucho de estos platos se remonta a épocas prehispánicas.

La mayoría de las recetas han sido heredadas por nuestros antepasados indígenas por eso razón que la mayoría de estos platos tienen como ingredientes principal el maíz. Monografía de El Salvador Roque Dalton.

2.2.1 Antecedentes Histórico de Nahuizalco

Nahuizalco es un pueblo de fuerte y lejanas costumbres donde el ochenta por ciento de sus habitantes tienen raíces en los pueblos precolombinos, desde la época de su colonización maya quiche.

Durante la época colonial, perteneció a la alcaldía mayor de Sonsonate y hasta el año de 1823 formo parte del estado de Guatemala; desde esa época pertenece definitivamente al departamento de Sonsonate de la República de El Salvador.

El 21 de Octubre de 1858, por iniciativa del Presidente de la República General Gerardo Barrios, le fue otorgado el título de villa y el 15 de agosto de 1955,le concedió el título de ciudad el Presidente de la República de El Salvador Oscar Osorio.

El origen de Nahuizalco en la crónica franciscana de año 1586 confirma la antigüedad e importancia de esta población al notar que se le da el nombre de Nahuizalco “porque antiguamente tenía cuatro veces tantos indios como el pueblo grande sobre dicho de Izalco”.

Los otros datos encontrados en un informe municipal de Nahuizalco del 15 de octubre de 1859 dicen: “La única tradición que se conserva del origen de esta población es después de la conquista de los españoles liderada por Don Pedro de Alvarado, en el año de 1525 cuatro familias originarias de Izalco se situaron en un punto inmediato a Sonsácate, que aún se llama Nahuizalquio que en dialecto Nahuatl significa “CUATRO IZALCO” o “LOS CUATRO PENITENTES” por formarse de las raíces Nahuatl Cuatro Izalco: Es uno de los más fuertes y antiguos núcleos indígenas de El Salvador.

En Nahuizalco todavía existen vestigios de la cultura Pipil en El Salvador y es la única etnia que habla su antiguo idioma (Nahuatl), dado el profundo mestizaje en El Salvador; un enorme porcentaje de los salvadoreños llevan sangre Pipil en sus venas. El primer desplazamiento territorial de estos Grupos de habla Nahuatl se realizó aproximadamente entre los años 500 y 650 D.C. durante y poco después de la época de auge de la cultura Teotihuacana.

2.2.2 Aspectos Generales de Nahuizalco.

Se llega a través de la CA-8 que de Sonsonate conduce hacia Ahuachapán a 4 km de Sonsonate, ubicado a 70 km de San Salvador y a 6.5 km, al norte de la ciudad de Sonsonate; su elevación es de 545m.s.n.m, su extensión territorial es de 54.6 km y

sus límites son al norte con Salcoatitan y Juayúa; al sur con los municipios de Sonsonate y San Antonio del Monte; al este Sonsácate e Izalco y al oeste con Santa Catarina Masahuat.

Su Legado Cultural.

Costumbres y Tradiciones.

Su cultura se proyecta en los grupos folklóricos llamados” Historiantes”, que en sus danzas rememoran la vida de los antiguos reyes y princesas.

➤ Miércoles de Ceniza.

Se celebra una misa para adultos y otra para niños, el padre les pone la ceniza en la frente, también es tradición de un año anterior también guardar las palmas benditas para el siguiente año quemarlas y así en la Santa misa de ese año, con la ceniza que se ha quemado, colocar la respectiva cruz en la frente.

➤ Día de la Cruz.

Se coloca una cruz en el patio de la casa, un día antes del 3 de mayo o el mismo día de la celebración, se colocan flores bellas naturales con mucho olor y muy frescas, además se coloca papel de china de colores cortado para darle más realce a la cruz, se persigna y luego se reza un padre nuestro. Se dice que cuando no se coloca la cruz llega a bailar el diablo.

➤ Fiestas Patronales.

En Nahuizalco como todas las poblaciones del departamento, la celebración de las fiestas patronales constituye una tradición muy importante y estas dedicadas a San Juan Bautista. Se realizan del 19 al 25 de junio, según la alcaldía los actos populares más sobresalientes en dichas festividades son: el día 19 paseo del “correo”, que consiste en una mascarada, música de bandas, cohetería y reparto de los programas anunciando el inicio de los festejos.

También en estas festividades se instala una exposición de artesanías de Nahuizalco, lo que constituye un atractivo especial para el turismo.

Otra festividad tradicional de Nahuizalco de carácter propiamente religioso, es la que se realiza en el mes de Octubre dedicada a la Virgen del Rosario.

Dicha festividad se estableció por un juramento que hicieron los antepasados cuando la población fue azotada por el cólera mor bus.

Los actos religiosos de estas celebraciones del rosario comprenden misas, procesiones y quemas de pólvora, las demás actividades de carácter festivo se realizan en las cofradías.

➤ Cofradías

Íntimamente ligadas con las festividades religiosas funcionan las cofradías, éstas son asociaciones o hermandades de personas que le procesan vocación a

determinado santo y cooperan todos para realizar la celebración de la fecha dedicada a esa imagen.

La cofradía de la Virgen del Rosario que celebran sus fiestas a partir del primero de Octubre y termina el ultimo del mes.

➤ La Semana Santa.

Es otra fiesta religiosa tradicional, se habla con orgullo de la solemnidad que caracteriza a las procesiones del Vía Crucis y el Santo Entierro, organizadas por la hermandad del Santo Entierro, que está compuesta por hombres en su mayoría por el sector ladino.

Los habitantes de Nahuizalco Profesan gran fervor religioso que demuestran con participación en los actos de la liturgia católica.

➤ Folklore.

Aparentemente en Nahuizalco se conservan una serie de danzas y exhibiciones populares hasta hace unos treinta años en la actualidad están: Baile de los Historiantés, Baile de los Chichimecas, las despertadas los Canshuleros.

➤ Baile de los “Historiantes”.

Es la exhibición más popular y conocida en toda la región. Se trata de una danza ceremonial guerrera con motivo propiamente religioso.

➤ Baile de las Chichimecas.

Es interpretado por un grupo de niñas naturales que visten el traje típico de la región se adornan con flores se dividen en dos grupos colocados en fila una enfrente y la otra danza en puntilla dando pequeños brincos.

➤ Las Despertadas.

Según se ha observado, las despertadas son especie de serenata que acostumbran los” ladinos” durante el quincenario de la Virgen del Rosario en el mes de Octubre.

➤ Los Canshuleros.

Les llamaban así a un grupo de personas compuesto principalmente por niños y jovencitos que se organizan en Noviembre, el día de los difuntos. Salen todos de casa en casa, portando una imagen religiosa en demanda de limosna.

➤ Su lenguaje.

Entre los “naturales” de Nahuizalco, todavía se habla el idioma Nahuatl o “lengua” como ellos le llaman; pero tiende a desaparecer, pues los jóvenes ya no se interesan por aprenderlo debido a que son discriminados por la población ladina, quienes se burlan y califican de bayuncos a los hablantes. Por esto mismo hasta los ancianos niegan saber el Nahuatl y afirman que ni escucharon hablarlo a sus padres.

➤ Comida Tradicional.

Respecto a la nutrición se encuentran muchas costumbres y creencias prácticamente la alimentación básica de la mayoría de la población, consiste en tortillas, frijoles negros y café, pero aprovechan una serie de recursos animales y vegetales.

Entre las primeras se mencionan los pescados secos ahumados, le llaman “pululos”, tacuazines, iguana y otros animales silvestres que a veces encuentran, pues ya están muy escasos en la región. Dentro de los platos que más se consumen están los siguientes:

- Chanfaina: menudos de cerdo preparado
- Cochinita: lechona horneada
- Yuca, Chorizos, adobado, tripa.
- Variedad de tamales: tamales chachahuilla, tamal pisque, los ticucos, los tayuyos, tamales de elote, tamal corriente.

➤ Mercado Nocturno.

En este municipio existe la tradición de comprar y vender en especial comida y platos típicos por la noche, es el único mercado nocturno de país y una tradición única. Dentro de la diversidad de platos se encuentran: yuca salcochada con chicharrón, atoles, tuyuyos, ticucos y platos especiales como la cochinita y otras delicias del municipio.

Materia Prima y otros Objetos que se Trabajan.

Madera, Nogal, Cedro, Laurel, Caoba, Conacaste, bálsamo, Vinarete, madre cacao, café ciprés aceituna son los más utilizados en la elaboración de artesanías como carrocerías, carpintería, juguetes populares y artículos para el uso del hogar, tales como:

- Mimbres: Muebles, lámparas, sombreros, cestas, adornos, marcos para fotografías y mas
- Tule de Petate: petates, cartera, alfombra, sopladores, cestas.
- Mezcal: carteras y bolsas.

UTENSILIOS DE COCINA

Entre los utensilios domésticos encontramos las piedras de moler sin patas, planchas de mano, o de vapor, ollas, jarros y sartenes de barro, latas, guacales de morro, yaguales.



Para moler los granos duros tenían el metate conocida como piedra de moler.



*Para hacer salsas suaves el molcajete ambos utensilios de
Piedra porosa.*



Ollas

guacales de morro



Se utilizaban en la elaboración de alimentos y actualmente hay personas que todavía lo poseen.

2.2.3 Identidad Cultural del Municipio de Nahuizalco

La gastronomía de este rincón de Sonsonate es muy peculiar. Por las mañanas es usual encontrar a la venta el tayuyo, un tamal de maíz relleno de dulce de panela; también ticucos, muy similar al tamal relleno de frijol rojo o blancos con alverjas envuelto en hojas de huerta.

- El tayuyo: una especie de tamalito envuelto en la hoja de mazorca de maíz llamada tuza esta hecho de masa de maíz con capas de frijoles molido endulzados con dulce de panela típicamente se acostumbra a comer acompañados con una rica taza de café de palo por las tardes
- Los ticucos: son tamalitos hechos con masa de maíz que en su interior lleva un relleno de frijol blancos con alguashte o también puede ser ejotes en alguashte.
- La chachahuilla o tamal de viaje: estos hechos de masa de maíz, pero un poco más cocido que la que se usan para las tortillas comunes están se envuelven en hoja de guineo y se cosen en fuego de leña.
- La chicha: es una bebida embriagante autóctona hechas a base de frutas.
- Gallina en aiguaste: Es una gallina dorada y sazonada con su mismo caldo en alguashte.
- Majar blanco: Es un atol elaborado a base de harina de arroz.
- Jute en alguashte: Son elaborados a vapor y aderezados con alguashte
- La chanfaina: Son menudos de cerdo elaborados a base de un caldo con especias.
- Atol de plátano: Es un atol muy natural y exquisito a base de leche.
- Arroz en Bautizo: Es de consistencia blanda acompañado de gallina asada.

2.2.4 Base Alimenticia

Algunas especies, verduras y hortalizas que son fundamentales en la preparación de estos deliciosos platos tradicionales.

Especies

Achote, comino, pimienta gorda, orégano, nuez moscada, relajo, pasas.



VERDURAS



Alverjas



hortalizas



LAS HIERVAS QUE SE UTILIZAN

PEREJIL



ALBAHACA



Cilantro



apio



AGRICULTURA

Granos básicos que conforman la base alimenticia de la elaboración de platos del Municipio de Nahuizalco.



- Artesanías de Nahuizalco: este sitio se caracteriza por resguardar una fuerte presencia de población indígena dedicado al comercio artesanal, especialmente en la elaboración de mueblería y llamativos artículos de hogar fabricados con fibra natural como el tule, mimbre dedicadas al antiguo arte.

Pre-hispano del petate, paneras y otros que se obtienen aprovechando la variedad de plantas ofrecidas por la naturaleza. Monografía de Nahuizalco año 1994.

Mueblería elaboradas por los Nahuizalqueños.



CAPITULO III

METODOLOGIA

3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN

La investigación tiene como propósito recopilar datos de lo que es gastronomía étnica del municipio de Nahuizalco de una manera entendible, confiable y valida, en este caso se hará una investigación de tipo descriptivo-exploratorio; ya que hay poca información sobre el tema el cual habrá de desarrollarse. El estudio en cuyo caso tendrá que iniciarse como exploratorio.

3.1.1 Método Cualitativo

Concepto:

Investigación cualitativa o metodología cualitativa hace referencia a un grupo de método investigación de base lingüística- semiótica usada principalmente en ciencias sociales se suele considerar técnica cualitativa todas aquellas distintas a la cuantitativa y al experimento. Es decir, entrevistas, abiertas, grupo de discusión o

Método cualitativo

Objetivo: General

Identificar el proceso de interacción social entre dos personas en la cual, una de ellas, el entrevistador, tiene por objetivo la obtención de información por parte de otro, el entrevistado.

Objetivo: específico

Aplicar técnicas de investigación, que ayuden a la recopilación de datos e información sobre un determinado tema de interés de sociocultural Técnicas de observación y observación participante.

3.1.2 Instrumento A Utilizar

TECNICA:

Para la recopilación de información se realizara mediante:

LA ENTREVISTA: se puede comenzar definiendo el concepto de entrevista como un acto comunicativo que se establece entre dos o más personas y que tiene como estructura particular organizada a través de la formulación de preguntas y respuestas. La entrevista es una de las formas más comunes y puede presentarse en diferentes situaciones o ámbitos de la vida cotidiana. (Sociología General)

CAPITULO IV

PRESENTACION DE ANÁLISIS

Según la entrevista realizada a la población de Nahuizalco entre las cuales tenemos personas de la tercera edad como las abuelitas que se encuentran en el CEDART (Centro de Desarrollo Artesanal) comerciantes (ventas de productos gastronómicos). La entrevista se hizo con el fin de recopilar información acerca de la gastronomía autóctona del municipio ya que no hay un documento específico acerca de ello. La gastronomía más autóctona y conocido por los habitantes entrevistado son: Tamales de diferentes ingredientes, chilate con dulce de panela, las chachahuilla, la cochinita, pan de maíz entre otros.

Se presenta en el siguiente cuadro sinóptico las preguntas y respuestas realizadas a las personas durante la investigación sobre la gastronomía étnica del municipio de Nahuizalco.

Las similitudes que se encuentran son en cuanto a los platos más específicos como el tayuyo y la chachahuilla, y entre los utensilios más comunes están las ollas de barro , comales, paletas, etc. que según las respuestas que dieron las prefieren por su sabor y menos dañino.



Gastronomía étnica como patrimonio social y cultural del Municipio de Nahuizalco

Entrevista

1. ¿Cuáles son los platos que identifican a Nahuizalco?
2. ¿Qué platos recomendaría usted a las personas que visitan el Municipio?
3. ¿Cree usted que en la actualidad son preparados por las personas de este Municipio?
4. ¿Para usted en lo personal cual era el plato más degustado por las personas en su época?
5. ¿Cuál es el plato Navideño principal de Nahuizalco?
6. ¿Cuáles son los ingredientes fundamentales que se utilizaban en los platos de Nahuizalco?
7. ¿Qué utensilios ocupaban para la elaboración de los platos tradicionales?
8. ¿Tiene usted conocimiento de algunos utensilios que todavía se comercializan en la actualidad?
9. ¿Cuáles son los utensilios que usted posee actualmente?
10. ¿Cree usted que se está perdiendo la gastronomía autóctona?
11. ¿A qué se debe que se esté perdiendo la gastronomía?
12. ¿Qué se podría hacer para recuperar nuestras raíces gastronómicas?

1

Nombre de personas entrevistadas	Preguntas	Respuestas
	¿Cuáles son los platos que identifica Nahuizalco?	
Carlos Flores		El platillo más conocido es tamal y el cerdo criollo
Agustina Pérez		Nahuzalco se identifica por diferentes resetas de tamales
Angélica Hernández		El chilate porque lleva dulce de panela.
Ángela Lazo		El cachachaguillo es tamal de masa lleva sal y ajo
Martha de Castillo		El pan de maíz

2

Nombre de personas entrevistadas	Preguntas	Respuestas
	¿Qué plato recomendaría usted a las personas que visitan el municipio?	
Carlos Flores		La cochinitas
Agustina Pérez		Los tamales de ejotes
Angélica Hernández		Las pupusas de yuca
Ángela Lazo		Los ticucos
Martha de Castillo		La gallina en aiguaste

3

Nombre de personas entrevistadas	Preguntas	Respuestas
	¿Cree usted que en la actualidad son preparados por las personas de este municipio?	
Carlos Flores		Si las personas todavía elaboran los platos del municipio
Agustina Pérez		Si en la actualidad se preparan
Angélica Hernández		Los habitantes elaboran los platos
Ángela Lazo		Es una costumbres que las personan mantienen elaborando los platos de nahuizalco
Martha de Castillo		Se elaboran los platos por tradición que mantienen las personas en la actualidad

4

Nombre de personas entrevistadas	Preguntas	Respuestas
	¿Para usted en lo personal cual era el plato más degustado por las persona en su época?	
Carlos Flores		Cerdo criollo y la chanfaina
Agustina Pérez		El atol de elote con dulce de piñuela
Angélica Hernández		La cochinita por su sabor muy delicioso
Ángela Lazo		Las variedades de tamales los ticucos, chichaguilla, tayuyo
Martha de Castillo		La chicha a base de frutas

5

Nombre de personas entrevistadas	Preguntas	Respuestas
	¿Cuál es el plato navideño principal de Nahuizalco?	
Carlos Flores		La cochinita
Agustina Pérez		La gallina india
Angélica Hernández		La cochinita
Ángela Lazo		El pavo en salsa
Martha de Castillo		La cochinita

6

Nombre de personas entrevistadas	Preguntas	Respuestas
	¿Cuáles son los ingredientes fundamentales que se utilizan en los platos de Nahuizalco?	
Carlos Flores		Sal el ajo es fundamental en cada plato que se prepara
Agustina Pérez		Achote, cebolla chiles verdes tomate
Angélica Hernández		Las hierbas por su sabor muy peculiar en las comida
Ángela Lazo		Pimientas que da un sabor al plato
Martha de Castillo		Ajo, canela, aceitunas

7

Nombre de personas entrevistadas	Preguntas	Respuestas
	¿Qué utensilios ocupaban para la elaboración de los platos tradicionales?	
Carlos Flores		La piedra de moler
Agustina Pérez		la cuchara de palo
Angélica Hernández		El comal de barro
Ángela Lazo		Las ollas de barro
Martha de Castillo		

8

Nombre de personas entrevistadas	Preguntas	Respuestas
	¿Tiene usted conocimiento de algunos utensilios que se comercializan en la actualidad?	
Carlos Flores		El cántaro de barro
Agustina Pérez		Las ollas de barro
Angélica Hernández		Comal de barro
Ángela Lazo		Piedra de moler cuchara de palo
Martha de Castillo		Morros el comal

Nombre de personas entrevistadas	Preguntas	Respuestas
	¿Cuáles son los utensilios que usted posee actualmente?	
Carlos Flores		Guacales de morro
Agustina Pérez		Chucharas de palo
Angélica Hernández		Molcajete
Ángela Lazo		Piedra de moler
Martha de Castillo		Cántaro de barro

Nombre de personas entrevistadas	Preguntas	Respuestas
	¿Cree usted que se está perdiendo la gastronomía autóctona?	
Carlos Flores		La gastronomía del municipio no se está perdiendo
Agustina Pérez		No porque los habitantes la mantiene los platos autóctona
Angélica Hernández		La tradición de las persona es elaborar los platos del municipio
Ángela Lazo		Es una costumbre mantener vivas lo propio que son los platos del municipio
Martha de Castillo		Es una tradición mantener nuestros raíces autóctona elaborando los platos de nahuizalco

Nombre de personas entrevistadas	Preguntas	Respuestas
	¿A que se debe que se esté perdiendo la gastronomía?	
Carlos Flores		Por no conocer la gastronomía de nahuizalco
Agustina Pérez		Por falta de interés de los jóvenes de conocer la gastronomía
Angélica Hernández		Los habitantes no se preocupan por saber cómo se prepara los plato de nahuizalco
Ángela Lazo		No se preocupan las personas de conocer la gastronomía
Martha de Castillo		No conocen bien su cultura gastronomía

Nombre de personas entrevistadas	Preguntas	Respuestas
	¿Qué se podría hacer para recuperar nuestras raíces gastronómicas?	
Carlos Flores		Conocer la importancia gastronómica de nahuizalco
Agustina Pérez		Preguntar a las abuelitas como se prepara cada platos gastronómico
Angélica Hernández		Tener una información sobre las raíces gastronómica
Ángela Lazo		Que se involucre los jóvenes en conocer la gastronomía del municipio
Martha de Castillo		Que todos los habitante sepa su raíces gastronómica

CONCLUSIONES.

De acuerdo a la siguiente investigación recopilación de datos por medio de las entrevistas realizadas a los comerciantes del lugar, abuelas indígenas, empleados públicos, (alcaldía) y la casa de la cultura, cumplimos con el objetivo de identificar la gastronomía autóctona del municipio de Nahuizalco.

Las conclusiones se realizaron por medio de las preguntas de la entrevista uno, y diez.

Se concluye que Nahuizalco posee una diversidad de platos tradicionales como: el tuyuyo, el ticucos, la cochinita, gallina en aiguaste, tamal de yuca, atol de plátano, chanfaina, manjar blanco, y muchos más.

Con este documento se dio a conocer el patrimonio cultural gastronómico que posee el municipio de Nahuizalco y que el turismo y las demás poblaciones se interesen, ya que a gastronomía se está perdiendo por diferentes razones entre las cuales tenemos:

- Las personas que comercializan los platos tradicionales no les gusta compartir sus recetas porque son celosos lo cual impide seguir elaborando los platos tradicionales.
- No hay registros directos de lo que es la gastronomía propia con respecto a su elaboración lo que dificulta a estudios posteriores

RECOMENDACIONES

- Sensibilizar a la población del municipio de Nahuizalco sobre la importancia de su patrimonio y que beneficios genera el compartir sus conocimientos gastronómicos
- Facilitar el diseño de un recetario que contenga los platos tradicionales del municipio de Nahuizalco
- Impulsar programas televisivos con el fin de promover la gastronomía étnica aplicando métodos de elaboración propios del municipio
- Hacer alianzas para apoyar talleres de cocina étnica
- la participación de la personalidad femenina aumente el interés en la elaboración de la gastronomía étnica del municipio de Nahuizalco
- Se recomienda a las instituciones educativas del municipio crear talleres sobre la gastronomía étnica

GLOSARIO

Autóctono: que ha nacido en el mismo lugar en que reside.

Alhuashte: polvo o semilla condimento típico de la gastronomía.

Cofradías: congregación que forma algunos devotos con permiso de la autoridad y Bajo una advocación religiosa.

Cayuco: embarcación utilizada por los indios fabricada de una pieza pequeña.

Étnica: un segmento de la sociedad que se distingue por su lengua, dialecto, raza, religión u origen historia.

Hojas: órganos de las plantas de color verde.

Huerta: destinado al cultivo de legumbres, verduras árboles frutales.

Ladino: se aplica a las personas que actúa con astucia y disimulo para conseguir lo que se propone.

Indígena: originario de un país.

Náhuatl: lenguaje nativo.

Natural: de la naturaleza, relacionado con ella o producida por ella sin la intervención del hombre.

Tamal: consiste en masa de maíz relleno de pollo, u otros envueltos en hojas de plátano o de mazorca.

Tayuyo: pequeñas porción de maíz tierno molido, condimentado, que se envuelve en hojas de mazorca, se amarra y se cuece.

Ticucos: procede de náhuatl que significa tamales rellenos y envueltos en tusas.

REFERENCIAS:

Centro nacional de registro. (2000). *Atlas El Salvador*. San Salvador: skanner color

Consejo Nacional para la cultura y el arte. (1991). *Dirección de patrimonio Cultural*. Recuperado de <http://www.concultura.gob.sv/>

Dalton, Roque. (2010). *Monografía de El Salvador*. San Salvador: Océano Sur

Géminis, G. (2000). *Diccionario de la lengua española* México D.F: Géminis

Guzmán Villar, GV. (2010). *Fundamentos teóricos para una gestión turística Del Patrimonio cultural*. Recuperado de www.eumed.net/libros/2010f/854

Innocenti, Zoila, AJ. (1994). *Sociología General*. San Salvador: UCA

Ministerio de Educación. (2002). *Historia de El Salvador tomo II*. San Salvador: Nuevo Enfoque

Océano. (2000). *El Salvador Descubrimiento y conquista* Barcelona: Océano

ANEXOS

RECETARIO



Índice

Introducción.....	3
Tamal ticuco pisques o guates.....	4
Tamal de yuca.....	5
Gallina en aiguaste.....	7
Tamal de sal.....	8
Tamal de ejote.....	10
Arroz en bautizo.....	11
Jute en aiguaste.....	12
Atol de plátano.....	13
Atol chuco.....	14
Yuca con chicharon.....	15
Huevos en aiguaste.....	16
Sopa de gallina.....	17
Sopa de frijoles con masita.....	18
Chanfaina.....	20
Chachahuilla.....	21
Majar blanco.....	22

INTRODUCCION

Con el presente Recetario hemos pretendido por un lado recopilar las recetas tradicionales y por otro, que no se deje en olvido la gastronomía autóctona, ya que también la cocina forma parte de la cultura del Municipio

La mayoría de los ingredientes utilizados en la elaboración de estas recetas y que se repiten a menudo son del Municipio de Nahuizalco, al igual que otros pueblos, ha sido históricamente un pueblo agrícola

En el siguiente recetario encontrara una variedad de platos autóctonos con el fin de dar a conocer la gastronomía del municipio, ya que este es el primer documento en cuanto a la elaboración de platos tradicionales lo que facilitara a otros estudiantes en rama de la cocina étnica.

Recetario:

Tamal ticucos o “pisques” o “guates”



Ingredientes para 50 tamales

15 Libras maíz

½ manteca de tunco

½ cal

5 dientes de ajo machado

2 libras de pescaditas

½ de aiguaste

Sal achiote al gusto

Royo Hoja de huerta

Preparación

1. una olla grande con agua colocamos el maíz y agregamos la cal y luego lo llevamos a cocción hasta que esté recocado y luego se espera que se enfríe, se lava muy bien con abundante agua, se lleva a moler tiene que quedar una masa consistente y no gruesa, en un recipiente amplio se pone la masa y luego se amasa bien ya que cada detalle es parte elemental para obtener un delicioso tamal tuyuyo.
2. Luego que tiene todo listo se pone la hoja de huerta y luego el aiguaste al gusto, los ingredientes en la masa y se empieza a envolver

Tamal de yuca



Ingredientes para 25 tamales

5 libras de yuca

2 libras de azúcar

2 libras de frijol

Una pisco de canela

Sal y ajo al gusto

Preparación

1. Se pela la yuca y se pone en un recipiente con agua, cuando está blandita se le agrega azúcar junto con la canela y se mueve durante 5 minutos y luego que se enfríe se muele bien para que quede una textura muy suave, los frijoles tienen que estar sancochados. Luego se envuelve con hoja de guineo y se pone fuego de leña, este tamal puede llevar como un relleno de frijoles rojos o puede ir solo la masa de yuca

Ingredientes para 50 tamales

10 libras de maíz

2 libras de frijol blanco

1 libra de manteca de cerdo

½ cebolla

5 tomates

3 chiles verdes

2 piscas de laurel

Aiguaste al gusto

Preparación

Se cuece el maíz a punto de tortilla, luego se lava para terminar de pelarlo y se lleva a moler el maíz. Se procura que quede una masa suave.

Se preparan los ejotes cortados en trocitos, se ponen en una olla con agua y se hierbe cuando los ejotes están salcochados, se dejan enfriar y se prepara el aiguaste con la semilla de ayote, se tuesta primero la semilla y se muele en seguida se tuestan las especias, ingredientes, tomate, chile verde, cebolla, se

muelen y se agregan la manteca de cerdo. Aparte se asan las hojas de huerta para envolver el tamal.

Se envuelve tomando lo extremos de la hoja. De unos tres dobleces y recogen las puntas, ambas al mismo lado.

Gallina en aiguaste

1 Gallina

Consomé

Sal

Aiguaste

Chile

Cebolla

Tomate



Preparación

En una olla se coloca la gallina a sancochar con chile, cebolla, tomate por 1 hora y media.

Luego cuando esté lista se saca y se pone a sofreír por 25 minutos, después en un recipiente aparte se disuelve el aiguaste y se deja cocer por ½ hora para su conservación.

Tamal de sal



Ingredientes para 20 tamales

7 libras de maíz

2 libras de gallina

2 ½ de papas

10 alcaparras

2 chiles verdes

Ingredientes para 50 tamales

10 libras de maíz

2 libras de frijol blanco

1 libra de manteca de cerdo

½ cebolla

5 tomates

3 chiles verdes

2 Piscas de laurel

Aiguaste al gusto

6 Tomates

5 aceitunas

2 chiles rojos

1 ½ cebolla picada

1 ½ manteca de tunco

2 royos de hoja de huerta

3 cucharaditas de consomé

2 cucharaditas de achiote

2 cucharaditas de relajos

Sal al gusto

Preparación

Se pone en la olla el maíz con agua y cal se pone en fuego cuando está blandito se saca la olla a que se enfríe y se lleva al molino.

Se prepara un recaudo para agregarle al tamal el maíz de sal le colocamos el tomate, chile verde, cebolla y el relajos e lleva a moler y se pone un poquito de masa para que espese y luego a fuego lento, consomé, sal al gusto.

Tamal de ejote



Ingredientes

3 libras de maíz

Sal

Consomé

Achiote

Ejotes

Relajo

1 ½ manteca de tunco

Procedimiento

Se coloca en una olla el maíz, se deja a un término medio se lleva al molino, después que tenemos la masa se le agrega consomé, sal, achiote y la manteca a la mesa.

Luego se empieza a envolver

Arroz en bautizo



Es un arroz que se sirve en las fiestas de los naturales especialmente en los bautizos religiosos. Este se prepara con el caldo de las gallinas indias y su textura es de arroz aguado masoso. Se prepara una tomatada y el plato se sirve completándolo con la gallina india asada a las brasas, el arroz y la tomatada encima.

Ingredientes

2 libras de arroz

4 tazas de caldo de gallina india

½ cebolla

2 tomates

1 chile verde

2 cucharaditas de consomé

2 cucharaditas de aceite

Procedimiento:

En una cacerola grande agréguele el chile, cebolla, tomate. Ponerlo a sofreír y después agregarle el arroz por 3 minutos. Luego colocar las 4 tazas de caldo de gallina y cocinar durante 30 minutos.

Después se prepara el recaudo, a la masa se le agrega consomé, sal y achiote, luego se empieza a envolver agregándoles ejote a la masa y colocándole el recaudo, después se deja en cocción por 30 minutos.

Jute en aiguaste



Ingredientes

2 libras de jute

1 cucharadita de sal

½ cebolla

1 tomate

½ libra de aiguaste

Procedimiento

Se despunta el jute, se pone el agua a hervir se le agrega sal, cebolla, chile verde picado, luego el aiguate y se deja cocinar

Atol de plátano



Ingredientes

1 mano de plátanos

1 raja de canela

1 libra de azúcar

2 botellas de leche

Procedimiento

En un recipiente se coloca el plátano con cascara a cocerse por ½ hora, después se quita la cascara que se enfríe por unos 15 minutos y se lleva al molino.

Después que se tiene la masa se cuela y se pone, se coloca en una olla y se pone a hervir se le agrega la canela, el azúcar y la leche se deja en cocimiento por 45 minutos.

Listo para servir

Atol chuco



Ingredientes

1 libra de maíz negrito

1 cucharada de sal

10 granos de pimientas gordas

Procedimiento

Muela el maíz bien lavado y déjelo reposar al ambiente. Agregue 10 tazas de agua, mézclelo bien y cuele en manta, agregue la sal y cocine sin dejar de moverlo por 30 minutos. Sirva cada porción con algunos granos de frijoles salcochados y drenados, unas gotas de chile líquido y una cucharada de aiguate.

Yuca con chicharrón



Ingredientes

2 libras de yuca

Curtido de repollo

Salsa de tomate

1 cebolla

1 chile

2 ajos

Chicharrón

Procedimiento

Pela la yuca y cocínala con agua, ajo y sal. Cuando esté blanda, pásala por un colador para botar el agua. En un plato de servir, pon la yuca, encima del repollo la salsa y el chicharrón.

En algunas partes del país muelen la yuca, en lugar de dejarla en trozos y los chicharrones los cocinan en trocitos finos en la salsa de tomate para dejarlos suaves.

Huevos en aiguaste



Ingredientes

8 huevos duros descascarados

1 taza de aiguaste

2 tomates

1 cebolla pequeña

½ diente de ajo

1 chile verde

Sal al gusto

4 cucharadas de aceite

Procedimiento

Pique finamente los tomates, la cebolla y el chile verde y el ajo sofría en el aceite por 10 minutos, agregue el aiguate y dos tazas de agua, cuando esté hirviendo agregue los huevos duros descascarados y deje consumir por 15mminutos y sazone con sal.

Sopa de gallina



Ingredientes

- 1 gallina india
- 1 taza de arroz corriente (no pre-cocido)
- 1 cebolla
- 2 Güisquiles
- 4 pipianes
- 2 tomates
- 5 dientes de ajo
- 1 puñado de lorocos
- 1 puñado de ejotes

1 tallo de puerro

1 manojo de hierbas aromáticas

Sal al gusto

Pimienta al gusto

Procedimiento

La gallina bien lavada y cortada en porciones se cose unto con el ajo y la cebolla, 12 tazas de agua, mientras eso sucede se cortan las verduras en trozos medianos que se agregan a la sopa junto al arroz cuando la gallina ha ablandado se sazona con la sal y la pimienta.

Sopa de frijoles con masita



Ingredientes

1 libra de frijoles rojos

½ libra de masitas (bolitas de masa de maíz)

10 tomates

10 hojas de laurel

2 cebollas

2 chiles verdes

½ cabeza de ajo

¼ taza de aceite opcional

5 aguacates

Crema

Queso rayado

Quesillo

Chorizo

Costilla de cerdo

Procedimiento

Se ponen los ajos y frijoles a cocer hasta que estén blandos, para esperar se licúa ½ taza de estos frijoles ya cocidos, los ajos y una cucharada de la masa de maíz (debe asegurarse que desaparezca por completo hasta el último rastro de hollejo) Se pican finamente los tomates, cebollas y chiles verdes y se ponen a sofreír con el aceite en una olla honda con las hojas de laurel (puede ponerse trozos de chorizos, costilla de cerdo o chicharrones,) cuando el tomate se torne pastoso por el fuego, se agrega la sopa de frijoles espesada, hasta que alcance un hervor generoso. Con las manos se hacen bolas de masa de más o menos 2 centímetros de diámetro (si se desea puede mezclarse queso rallado con la masa o poner un trocito de quesillo al centro de cada bolita) estas masitas se agregan a la sopa cuando esta esté hirviendo y se dejan en el fuego por 20 minutos, sazone con sal y pimienta al gusto. Puede agregársele antes de servir abundante crema, queso rallado, trozos de quesillo y cuadros de aguacate.

Chanfaina



2 cabezas (Menudos de Cerdo).

15 Ramitas de hierba buena.

3 cebollas medianas

3 libras de tomate

Sal al gusto o consomé.

Procedimiento

En una sartén colocamos la chanfaina a sancochar por una hora.

Luego en otro recipiente se le agrega chile, cebolla, tomate en abundancia, después se agrega la chanfaina y se pone a sofreír por unos 20 minutos. Después se coloca en un recipiente listo para servir.

Chachahuilla



Para 25 tamales.

3 libras de maíz

Sal al gusto

2 barras de margarina

1 maleta de hojas

Procedimiento

Se coloca el maíz en un recipiente a cocer por una hora y media (Termino de tortillas). Se lleva al molino, cuando se tiene la masa se le agrega las dos barras de margarina y sal luego se mezclan los ingredientes.

Después se empieza a envolver, una cucharada por cada tamal, luego en una olla grande se colocan agregándole dos tazas de agua y se cose por una hora y 20 minutos.

Majar Blanco.



4 Litros de agua.

2 Libras de harina de arroz

1 Botella de leche.

1 Raja de canela.

2 Libras de azúcar.

Sal al gusto.

Procedimiento.

En una olla se desase la harina, se le agrega el azúcar y se pone a hervir. Cuando este hirviendo se le agrega la canela y cuando este comienza a espesar se le agrega la leche y el azúcar y se deja cocer por una hora y media.

Iglesia Colonial San Juan Bautista



Parque Central



Plaza Central



CEDART (centro de desarrollo artesanal)



Utensilios



Utensilios



Canchules



Titenemitiangeles Ángeles somos
Tiwiskawikal. Venimos del cielo
Kanchultitajtanit Pidiendo Kanchultia
TupalujtiKanchultia Para nuestras almas

