



D. R. 2024. *Los sabores ignorados de los agaves y sus parientes*. Lilia Emma Carrillo Sánchez, Margarita Clarisa Jiménez Bañuelos, Julio César Domínguez Orta, Centro de Investigación Científica de Yucatán, A.C.

Esta obra debe citarse de la siguiente forma:

Carrillo Sánchez, L. E., Jiménez Bañuelos, M. C., & Domínguez Orta, J. C. (Comps.). (2024). *Los sabores ignorados de los agaves y sus parientes* (2.<sup>a</sup> Ed.). Centro de Investigación Científica de Yucatán, A.C.

En el caso de las recetas:

Apellidos de autor(a), Iniciales de autor(a) de la receta. (2024). Título de la receta. En L. E. Carrillo Sánchez, M. C. Jiménez Bañuelos & Julio César D. O. (Comps.), *Los sabores ignorados de los agaves y sus parientes* (2.<sup>a</sup> Ed., pp. xx-xx). Centro de Investigación Científica de Yucatán, A.C.

La reproducción o traducción de esta obra requiere el permiso escrito de la institución que lo edita. Pueden reproducirse sin autorización pequeños fragmentos del texto y figuras aisladas, siempre que se den los créditos correspondientes. La incorporación de alguna receta de este libro a un menú comercial requiere del permiso escrito de su autor o autora, tramitado a través de la institución que edita el libro.

©Centro de Investigación Científica de Yucatán, A.C. (CICY)  
Calle 43 #130 x 32 y 34, Col. Chuburná de Hidalgo.  
C.P. 97205. Mérida, Yucatán, México.  
Tel. (999) 942-8330.

Centro Público de Investigación del Conahcyt.

**Segunda edición:** junio de 2024.

**Cuidado editorial:** Miguel Gibrán Román Canto.

**Diseño editorial:** Norma Marmolejo Quintero.

**Fotografías:** Erika Gabriela Cano León y Norma Marmolejo Quintero.

Hecho en México



RECETARIO

*LOS SABORES IGNORADOS*  
*DE LOS **AGAVES** Y SUS PARIENTES*

Compilación

**Lilia Emma Carrillo Sánchez**

**Margarita Clarisa Jiménez Bañuelos**

**Julio César Domínguez Orta**



**GOBIERNO DE  
MÉXICO**



**CONAHCYT**  
CONSEJO NACIONAL DE HUMANIDADES  
CIENCIAS Y TECNOLOGÍAS



**RENAJEB**  
RED NACIONAL DE JARDINES  
ETNOBIOLÓGICOS • CONAHCYT

# CONTENIDO

<b>8</b>	<b>Presentación</b>		
<b>10</b>	<b>Introducción</b>		
<b>12</b>	<b>Asparagales: los agaves y sus parientes</b>		
<b>21</b>	<b>Salsa o entremés</b>	<b>41</b>	<b>Plato principal</b>
23	Salsa macha con almendras y mezcal	43	Costillas de puerco en salsa de jamaquila
27	Brochetas adobadas de cebollas y pollo	47	Chuletas de cerdo en pulque
<b>31</b>	<b>Sopa</b>	51	Pasta mezcalera y aloe
33	<i>Vichyssoise</i> (crema blanca)	55	Quiotitos en salsa de tomate y chipotle
37	Sopa de poro, papa y tocino	59	Rollo de carne glaseado con miel de agave
		63	Mixiotes
		<b>67</b>	<b>Bebida</b>
		69	<i>Tonic</i> de jengibre con miel de agave

## 73 Postre

- 75 Panqué de chíá y miel de agave
- 79 Peras al tequila y almíbar
- 83 Tarta de naranja agria al tequila
- 87 Mayahuel (postre al plato)
- 93 Chimbos

## 97 Recetas del VIII Encuentro Culinario

- 103 Ensalada de papaya verde
- 107 *Mol-Ak* (mole de chaya)
- 111 Crema de nuez maya
- 115 Tamalitos con chaya, carne de conejo y chile max

## 120 Glosario

## 126 Bibliografía







# PRESENTACIÓN

Con el objetivo de fortalecer la línea estratégica de Cultura y Recreación, cuyo fin es promover el conocimiento de la biodiversidad con un enfoque que permita a la población valorar y reintegrar el uso ancestral de las plantas en su vida diaria a través de la comida, a partir del 2014 el **Jardín Botánico Regional “Roger Orellana” (JBR-RO)** ha realizado anualmente un **Encuentro Culinario**.

En los últimos tres años, esta importante actividad se ha efectuado en el marco del proyecto «Fortalecimiento del Papel Etnobiológico del Jardín Botánico Regional “Roger Orellana”», el cual es parte de la Red Nacional de Jardines Etnobiológicos (RENAJEB), promovida y financiada por el Consejo Nacional de Humanidades, Ciencias y Tecnologías (Conahcyt).

Es así, que esta iniciativa nacida hace 10 años y que buscaba promover el uso de ingredientes culinarios de origen local (p. ej. el

primero, dedicado a la chaya; el segundo, a los elementos del solar maya; el quinto, a la triada mesoamericana: maíz, frijol y calabaza), ahora se ve fortalecida incorporando el conocimiento ancestral, y en general, del componente biocultural del área maya.

En 2023 celebramos el Noveno Encuentro Culinario titulado **«Los sabores ignorados de los agaves y sus parientes»**, tema seleccionado en honor al 40.º aniversario de nuestro JBR-RO, así como a las plantas que fueron estudiadas en los orígenes de nuestro Centro: el henequén (*Agave fourcroydes*) y otros agaves relacionados, especies que tienen gran importancia por sus usos industriales y tradicionales.

Cabe señalar que un gran número de especies que son parientes de los agaves (orden Asparagales) han tenido una enorme importancia biocultural en la historia de México, siendo los agaves un claro ejemplo de esto al proporcionar

alimento, bebida, fibras, elementos de construcción, entre otros muchos productos.

En el Noveno Encuentro Culinario resaltamos el uso alimenticio de los «agaves y sus parientes» presentando una lista de más de 30 ingredientes, con la que las y los participantes se basaron para preparar y presentar 17 recetas que resaltaron perfectamente el uso de los elementos, a fin de que las y los visitantes disfrutaran con todos los sentidos estos platillos innovadores y desconocidos para muchas personas.

El presente recetario, el cual esperamos disfruten, es un reto para las y los lectores que deseen usar ingredientes que pueden ser no tan conocidos y comunes en la región, pero que sin duda les darán un toque especial a sus comidas.

**Jaime Martínez Castillo**

Responsable técnico  
del proyecto RENAJEB 2023-23





# INTRODUCCIÓN

La planta del maguey es casi considerada un símbolo nacional. Este tipo de plantas, también conocidas como agaves, son parte del paisaje en todo México y resalta su valor biocultural en nuestro territorio. De norte a sur, los magueyes son parte de la industria, artesanías y base de una gran tradición culinaria.

Estas plantas maravillosas pertenecen a un grupo botánico que es por demás importante en la gastronomía mexicana. Sí, aunque usted no lo crea, la cebolla, el espárrago, el poro, el cebollín, incluso la vainilla, son parientes cercanos en la cocina y en la botánica. Es por esto, que este Noveno Encuentro Culinario del Jardín Botánico Regional “Roger Orellana”, enmarcado en el proyecto

RENAJEB 2023-23, está dedicado a «Los sabores ignorados de los agaves y sus parientes».

Haciendo un recorrido por México, podemos recordar el sotol y la bacanora del norte; los gualumbos y las flores de yuca o izote, del centro; además de las pencas de maguey como parte esencial de la deliciosa barbacoa, sin olvidar los mixiotes y los aclamados gusanos de maguey. Todos estos guisos, hoy en día forman parte de las delicias culinarias de la gastronomía mexicana.

Ya de forma muy particular, en el estado de Yucatán podemos redescubrir tesoros gastronómicos que deben de difundirse para lograr su conservación. El ejemplo más sobresaliente es la cebollita

de Ixil; si bien sabemos que su origen es asiático, esta variedad ha sido cultivada en condiciones tan particulares en la comunidad de Ixil, Yucatán, que su apariencia y sabor resultan especiales y únicas.

Como cada año, deseamos que la conservación de nuestro patrimonio biocultural sea a través de todos nuestros sentidos; particularmente, el Encuentro Culinario ha sido una forma de lograrlo ya que, por medio de sabores, olores y la vista, proyectamos permanecer en la memoria de las y los participantes y visitantes de este evento, quienes ahora podrán acercarse a los mercados buscando y solicitando estos ingredientes que son parte de los sabores redescubiertos de nuestra gastronomía.

### **Jardín Botánico Regional “Roger Orellana”**



# ASPARAGALES:

## LOS AGAVES Y SUS PARIENTES

Las Asparagales es la categorización taxonómica para todas aquellas especies que presentan características comunes, siendo las dos más evidentes: la disposición de sus hojas en forma de roseta (hojas muy aproximadas entre sí, dispuestas como los pétalos de una rosa), y la presencia de un botón foliar o floral en forma de espárrago, como se observa en el surgimiento del varejón del henequén. Entre las más conocidas están los agaves, henequenes, izotes de motaña, espárragos, etc.

El orden Asparagales se compone de más de 26 000 especies e incluye hierbas de no más de 15 cm hasta algunas de plantas del género *Agave* (magueyes, henequenes) que superan los 10 m de altura. Es un grupo de gran importancia económica, pues posee especies hortícolas (poro, echalote, cebollina) y ornamentales (orquídeas, agaves, lilis), principalmente.

Este grupo ha tenido una gran importancia biocultural en México y un género que ejemplifica parte de la historia de plantas estrechamente vinculadas con la humanidad son los magueyes (*Agave*), ya que durante años este grupo botánico ha proporcionado alimento, bebida, fibras, elementos de construcción, obtención de saponinas, entre otros muchos productos y utensilios; sus usos potenciales en la industria van desde esteroides, celulosa y otros principios activos (Colunga-García Marín, 1998).

### **Las especies de Asparagales y su aportación a la cocina mexicana**

Dentro de las Asparagales existen muchas especies comestibles que han formado parte de la gastronomía mexicana desde tiempos prehispánicos. De estas, posiblemente la planta más conocida por su infinidad de usos en la cocina sea el maguey pulquero (*Agave salmiana*). De ella se obtiene el

aguamiel cuando se quitan las pencas centrales y se «raspa» el corazón de la misma, que, al dejarse fermentar, se convierte en el famosísimo pulque, bebida ancestral con la que se pueden elaborar desde curados hasta panes y salsas. Con las flores del maguey, también conocidas como cacayas, se preparan platillos tanto dulces como salados y, por supuesto, es esencial en la preparación de la barbacoa (generalmente de carnero o borrego), pues sus pencas (hojas) se usan para envolver la carne antes de meterla al horno, dándole el peculiar y rico sabor; con las cutículas de las pencas se envuelven bisteces, conejo o pollo para cocinar los mixiotes. Además, la miel de agave es un sustituto natural del azúcar, muy apreciada por su sabor suave y su bajo índice glucémico.

Otra planta muy conocida y que pertenece al grupo de las Asparagales, es la vainilla. Esta es una especie de orquídea que solo crece





en zonas tropicales y subtropicales de América, Asia y África Occidental. La vainilla se ha empleado en la cocina desde tiempos prehispánicos, cuando era utilizada por los aztecas para aromatizar el chocolate y, actualmente, sigue formando parte importante en la elaboración de una gran variedad de preparaciones, especialmente en la repostería, aunque también se emplea en la perfumería debido a sus propiedades aromáticas. En México, la especie que se comercializa es *Vanilla planifolia* y, desde hace 8 años, cuenta con denominación de origen (SADER, 2017).

Un tercer ejemplo es la yuca, también conocida como izote, itabo o palmita; es una planta de tallo leñoso, perenne, cuyo nombre científico es *Yucca elephantipes*. No debe confundirse con la yuca o mandioca (*Manihot esculenta*), perteneciente a la familia botánica Euphorbiaceae, misma de la chaya y la flor de Nochebuena y en la que la parte comestible es un tallo subterráneo. La yuca o izote tiene flores comestibles y desde hace siglos han

sido utilizadas en la preparación de platillos en Mesoamérica, donde el desayuno con tortitas dulces rellenas de flores de izote son una tradición, lo mismo que el dulce de guayaba con botones de las flores o simplemente cocidas en almíbar resultan deliciosas. La *Yucca elephantipes* tiene su origen en Guatemala y México, y existen más de 40 especies de yuca, la mayoría con flores comestibles conocidas como gualumbos, chochas, quíotes o flores de palmita, que tienen gran valor en la gastronomía.

En fin, existe gran variedad de ingredientes (**Tabla 1**) que se pueden obtener de las especies de plantas del orden Asparagales, aunque además de las ya mencionadas, podemos encontrar a la falsa palmita de dátiles (*Yucca treculeana*), la sábila (*Aloe vera*), la cebolla (*Allium cepa*), el ajo (*Allium sativum*) o los espárragos (*Asparagus officinalis*), además de bebidas como: tequila, sotol o bacanora; o bien, insectos asociados como: escamoles, gusanos de maguey y chinicuilés.

# Los sabores ignorados de los AGAVES Y SUS PARIENTES

**Tabla 1.** Lista de ingredientes utilizados en el Noveno Encuentro Culinario «Los sabores ignorados de los agaves y sus parientes».

Nombre común	Nombre científico	Familia botánica	Nombre de lo comestible	Forma reportada de consumo
<b>FRUTOS</b>				
falsa palmita de dátiles	<i>Yucca treculeana</i>	Asparagaceae	falso dátil	Como golosinas, en crudo o para la elaboración de atoles y conservas. Los frutos son muy parecidos a los dátiles del desierto.
vainilla	<i>Vanilla planifolia</i>	Asparagaceae	vainas	Los frutos (vainas) son ampliamente utilizados para saborizar infinidad de alimentos.
<b>MIEL</b>				
agave azul, maguey pulquero	<i>Agave tequilana</i> , <i>A. atrovirens</i>	Asparagaceae	miel de agave	Como endulzante, principalmente.
<b>FLORES</b>				
izote, palmita	<i>Yucca aloifolia</i>	Asparagaceae	quiotes	Los botones de las flores se hierven y se capean, se sirven en caldillo rojo o verde.
sábila	<i>Aloe vera</i>	Asphodelaceae	chibel	Se cuecen en agua y se preparan en tortitas o revueltas con huevo, o se elaboran en gorditas. También se consumen crudas en ensalada.
maguey pulquero	<i>Agave salmiana</i>	Asparagaceae	gualumbos	Se consumen hervidas en agua y sal, sin tallo ni pistilo, rellenas con queso, capeadas o a la mexicana.
palma china	<i>Yucca filifera</i>	Asparagaceae	chochas	Los pétalos se preparan solo con sal y ajo molido en molcajete, solas o combinadas con huevo u otros alimentos que acentúan su sabor. También en ensaladas y postres, al rebosar los pétalos en clara de huevo y azúcar.

Nombre común	Nombre científico	Familia botánica	Nombre de lo comestible	Forma reportada de consumo
falsa palmita de dátiles	<i>Yucca treculeana</i>	Asparagaceae	chochas	Los pétalos se preparan solo con sal y ajo molido en molcajete; solas o combinadas con huevo u otros alimentos que acentúan su sabor. También en ensaladas y postres, al rebosar los pétalos en clara de huevo y azúcar.
palma loca	<i>Yucca carnerosana</i>	Asparagaceae	chochas	Los pétalos se preparan solo con sal y ajo molido en molcajete; solas o combinadas con huevo u otros alimentos que acentúan su sabor. También en ensaladas y postres, al rebosar los pétalos en clara de huevo y azúcar.
magüey manso	<i>Agave atrovirens</i>	Asparagaceae	cacayas	Se comen fritas, asadas o en tortitas servidas en salsa de tomate o caldillo de jitomate; previamente asadas o cocidas, también las guisan en salsa de jitomate o tomate verde.
<b>HOJAS</b>				
cuchara del desierto, sotol azul	<i>Dasyliion wheeleri</i>	Asparagaceae	cuchara	La base carnosa de la hoja se tuesta y luego se machaca en tortas que se comen frescas o secas. También se comen cocidas al vapor, hervidas o asadas, solas o agregadas a otros platos.
magüey pulquero	<i>Agave salmiana</i>	Asparagaceae	pencas, mixiote, chimbote	Las hojas se usan para envolver y cocinar la carne de la barbacoa. La cutícula de las hojas se usa para elaborar los mixiotes. También en la parte superior de una penca cercana al centro y a la que se le han retirado las espinas y levantado la cutícula hasta formar una especie de bolsa, se coloca carne de cerdo o pollo y verduras que se cocinan con brasas de mezontete (piña del magüey seca).

## Los sabores ignorados de los AGAVES Y SUS PARIENTES

Nombre común	Nombre científico	Familia botánica	Nombre de lo comestible	Forma reportada de consumo
cebollita, cebolla de hoja, cebolla china, ciboulette, xonacatl	<i>Allium schoenoprasum</i>	Liliaceae	cebollita	Se usa en caldos y sopas; con ellas se hacen sofritos para salsas y se aromatizan carnes o pescados.
cebollina	<i>Allium longifolium</i>	Amaryllidaceae	cebollina	Frescas como condimento.
<b>BEBIDAS</b>				
maguey pulquero	<i>Agave salmiana</i> , <i>A. atrovirens</i>	Asparagaceae	pulque, aguamiel	Bebida alcohólica fermentada.
agave mezcalero	<i>Agave</i> spp.	Asparagaceae	mezcal	Bebida alcohólica destilada.
agave azul	<i>Agave tequilana</i>	Asparagaceae	tequila	Bebida alcohólica destilada.
sotol	<i>Dasylirion cedrosanum</i>	Asparagaceae	sotol	Bebida alcohólica doblemente destilada.
planta Ti	<i>Cordylone fruticosa</i>	Asparagaceae	okolehao	Bebida alcohólica destilada.
chelem	<i>Agave angustifolia</i>	Asparagaceae	bacanora	Bebida alcohólica destilada.
sisal	<i>Agave sisalana</i>	Asparagaceae	cerveza de agave, brandy de agave	Bebida alcohólica fermentada y bebida alcohólica destilada (a partir de la savia del tallo floral).
henequén	<i>Agave fourcroydes</i>	Asparagaceae	sisal	Bebida alcohólica destilada.
<b>TALLOS</b>				
maguey pulquero	<i>Agave salmiana</i>	Asparagaceae	huevo	La yema vegetativa al ser extraída, se hierve y guisa en combinación de otros ingredientes.
espárrago	<i>Asparagus officinalis</i>	Asparagaceae	turión	Al vapor, salteados, cocidos en sopa o crema, encurtidos.
ajo	<i>Allium sativum</i>	Amaryllidaceae	diente	Frescos como condimento, asados, fritos.
sisal	<i>Agave sisalana</i>	Asparagaceae	pico	Los cogollos centrales se cocinan y se comen como vegetales.

Nombre común	Nombre científico	Familia botánica	Nombre de lo comestible	Forma reportada de consumo
chalote, echalote	<i>Allium ascalonicum</i>	Amaryllidaceae	bulbo	Frescos en ensalada, crudos y apenas aderezados, salteados, horneados con alguna carne e incluso glaseados.
cebolla	<i>Allium cepa</i>	Amaryllidaceae	cebolla	Fresca, cocida, salteada, frita, como condimento, aderezo o ingrediente principal.
poro, puerro	<i>Allium ampeloprasum</i> var. <i>porrum</i>	Amaryllidaceae	poro	Blanqueados en agua hirviendo salada antes de prepararse: fríos a la vinagreta o con mayonesa, calientes con bechamel, en salsa blanca, gratinados, con mantequilla fundida o con crema, así como en potaje y en tarta, pero también en buñuelos, a la griega, incluso rellenos. También en sopa.
INSECTOS ASOCIADOS				
escamoles	<i>Liometopum apiculatum</i>	Formicidae	larvas y pupas	Fritos con mantequilla y especias, en tacos, tortillas y sopes. Con chile verde y cebolla finamente picada y unas hojas de epazote.
gusanos de maguey	<i>Aegiale hesperiaris</i>	Hesperiidae	larvas (orugas)	Fritos.
chinicuilis	<i>Comadia redtenbacheri</i>	Cossidae	larvas (orugas)	Fritos o como parte de una salsa.







***SALSA O  
ENTREMÉS***





## **SALSA MACHA CON ALMENDRAS Y MEZCAL**

Autor: **Marco Polo Bermúdez Morales**

## Ingredientes

- 3 chiles guajillos
- 3 chiles anchos
- 3 chiles cascabel
- 1/8 de cebolla blanca
- 2 dientes de ajo pelados
- 30 g de almendra fileteada
- 1 cucharadita de sal
- 50 ml de aceite de olivo
- Mezcal al gusto

## Preparación

Se abren, despepitan y desvenan muy bien todos los chiles, lavándolos al chorro de agua. Una vez limpios, se ponen a hervir en agua hasta que queden muy suaves.

Posteriormente, se ponen en la licuadora y se agregan los trozos de la cebolla, los dientes de ajo y la sal. Se licúa mientras se le agrega poco a poco el aceite de olivo y, al final, se agrega la almendra para que la salsa obtenga una consistencia granulada.

Por último, se incorpora el mezcal y se sirve en un recipiente al centro de la mesa. Se recomienda como acompañante para algún plato fuerte, un entremés o botana.







# **BROCHETAS ADOBADAS DE CEBOLLAS Y POLLO**

(4 porciones)

Autor: **Marco Polo Bermúdez Morales**

## Ingredientes

- 2 filetes de muslo de pollo
- 1 cebolla blanca
- 2 cebollas moradas
- 2 naranjas agrias peladas
- 2 chiles guajillos
- 2 chiles morita
- 2 chiles anchos
- 2 pimientos verdes
- 2 jitomates saladette
- 1 cucharadita de pimienta trozada
- 4 palitos para brocheta
- Sal c/n

## Preparación

Para preparar el marinado, se exprimen las naranjas en un recipiente; es necesario utilizar un colador para evitar que queden semillas en el jugo. Luego se agrega una cucharadita de sal y una de pimienta trozada. En esa preparación se colocará el filete de pollo por media hora para sazonar.

Mientras tanto, se limpian los chiles retirando las pepitas y las venas para, posteriormente, poner a hervir en agua junto con los jitomates saladette. Ya que estén bien cocidos, se vierten en la licuadora, se agrega una pizca de sal y se licuan muy bien.



## Los sabores ignorados de los AGAVES Y SUS PARIENTES

La mezcla resultante se regresa al fuego, al recipiente con el agua donde se cocinaron los chiles; al llegar al hervor se sazona con sal y se retira del fuego para reservar.

El filete de pollo, ya marinado, se parte en cubos pequeños de 3 x 3 cm, aproximadamente. Las cebollas blanca y morada, así como el pimiento verde (previamente despepitado y desvenado), también se cortan en cubos, más o menos de la misma medida.

En los palitos de brocheta se van armando las mismas, alternando cebolla blanca, pimiento verde,

pollo, cebolla morada, pimiento verde, cebolla blanca, pollo, etc., continuando hasta completar las cuatro brochetas.

Una vez armadas, se llevan al sartén a fuego medio y en ese momento, ya al calor, se barnizan con el adobo o salsa que tenemos reservada. Las brochetas se van girando para lograr una cocción uniforme; se recomienda seguir barnizando con adobo hasta que se logre el término deseado.

Se sirve con una cucharada abundante de salsa macha almendrada a manera de decoración.







***SOPA***





## ***VICHYSOISE*** **(CREMA BLANCA)**

(4 porciones)

Autores: **Javier Valenzuela Gutiérrez** y **Julio César Domínguez Orta**

## Ingredientes

- 1 cebolla
- 5 puerros
- 1 zanahoria mediana
- 1 manojo de cebollín
- 1 manojo de perejil
- 2 papas medianas
- 1 cucharada de mantequilla
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 250 g de muslos y/o piernas de pollo
- 200 ml de crema de leche
- 2 litros de agua purificada
- Sal c/n

## Preparación

### Para el caldo

En una olla se ponen a calentar 2 litros de agua, posteriormente se agrega la parte verde de los puerros, la zanahoria, unas ramas de perejil y el pollo sin piel; hay que agregar sal al gusto y cubrir el recipiente. Se deja cocinar a fuego medio por 30 minutos. Una vez transcurrido el tiempo, se retira del fuego, se deja enfriar un poco, se cuela el caldo y se reserva.

### Para la crema

Se pican en trozos finos la cebolla, los puerros (parte blanca) y la papa; a continuación, se saltean en un sartén antiadherente con una cucharada de mantequilla y aceite de oliva. El proceso anterior servirá para transparentar los ingredientes; es indispensable cuidar que no se dore el contenido. Posteriormente, se agregan los ingredientes salteados al caldo que se coló y reservó anteriormente, y se deja cocinar por 15 minutos. Pasado el tiempo, se retira del fuego y se deja enfriar por unos minutos para poder licuar todos los ingredientes cocinados; luego se cuela el caldo y se regresa a cocinar por unos minutos. En este punto se agrega la crema de leche y se espera a que la mezcla tome más cuerpo. Sucedido esto, se apaga el fuego.

### Para servir

Se debe esperar a que se enfríe la crema y emplatar en un recipiente hondo o tazón y se decora con cebollín.







## **SOPA DE PORO, PAPA Y TOCINO**

(4 porciones)

Autora: **Norma Marmolejo Quintero**

## Ingredientes

- 1 papa grande
- 1 poro
- 1 diente de ajo
- 150 g de tocino
- 1 litro de caldo de pollo o de verduras
- Cebollín al gusto
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- Manteca de cerdo

## Preparación

En una cacerola se fríe el tocino con un poco de manteca (también se puede emplear cualquier tipo de aceite para cocinar). Una vez que la proteína se torne dorada, se coloca el poro previamente cortado en rodajas (solo la parte blanca), así como el ajo finamente picado. Se mezclarán los ingredientes hasta conseguir que se caramelicen.

Posteriormente, se agrega el caldo y la papa pelada y cortada en cubos pequeños. Se sazona con sal y pimienta al gusto.

Se deja hervir hasta que la papa esté cocida y los sabores se hayan integrado. Se puede servir en un plato hondo y decorado con cebollín finamente picado.







***PLATO  
PRINCIPAL***





# **COSTILLAS DE PUERCO EN SALSA DE JAMAIQUILA**

(4 porciones)

Autor: Miguel Gibrán Román Canto

## Ingredientes

- 1 kg de costillas de cerdo
- 2 cucharadas de mantequilla con sal
- 500 g de flor de Jamaica
- 1 litro de agua
- ½ cebolla chica
- 3 a 4 dientes de ajo
- 2 chiles habaneros
- 50 a 100 ml de tequila blanco
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- Miel de abeja al gusto

## Preparación

En un sartén se derrite la mantequilla a fuego bajo. Se salpimientan las costillas al gusto y se colocan sobre el sartén; en este punto, el fuego se sube a medio. Si se desea, se pueden sellar. Una vez que estén listas, se retiran del fuego y reservan.

Paralelamente, se coce la flor de Jamaica en un litro de agua. Mientras llega al punto de ebullición, en un comal o sartén pequeño se tatemán la media cebolla, los tres o cuatro dientes de ajo y uno o dos chiles habaneros (dependiendo del picor deseado).

Cuando la flor de Jamaica ya se haya cocido, se retira del fuego y se cuela. Tanto la flor como el concentrado nos servirán más adelante.

Una vez tatemada la cebolla, los ajos y los chiles habaneros, se colocan en una licuadora junto con dos o tres puñitos de flor de Jamaica y dos tazas del concentrado; si se desea, se le puede agregar sal y un poco de pimienta.

Tras licuarse, se verifica la acidez de la mezcla. En este punto se emplea el agua y la miel de abeja para rectificar. Luego de obtenerse un sabor que va de lo ácido, a lo dulce y lo picante, se vierte a la salsa el tequila blanco al gusto, cuidando de que no opaque al resto de los sabores y aromas.

Para emplatar, colocar las costillas sobre un espejo de la salsa de jamaiquila. Adornar con dos o tres flores de Jamaica cocidas y bañar ligeramente la carne con una porción de la salsa.







# CHULETAS DE CERDO EN PULQUE

(6 porciones)

Autor y autora: **Héctor Marmolejo Rosas** y  
**Norma Angélica Quintero Reyes**

## Ingredientes

- 1 kg de chuletas de cerdo
- 8 tomates guaje
- 1 cebolla chica
- 12 chiles jalapeños frescos
- 1/8 de piloncillo
- 2 hojas de laurel
- 750 ml de pulque natural
- Tomillo al gusto
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- Manteca de cerdo

## Preparación

En una cacerola se sellan las chuletas de cerdo con la manteca y se reservan.

La cebolla y los jitomates se cortan en piezas grandes; asimismo, los chiles jalapeños se desvenan y se cortan en rajas. En la misma cacerola donde se sellaron las chuletas se sofríen los chiles jalapeños, la cebolla y los jitomates. Cuando están bien sofritos, se agregan las chuletas al sartén, además del resto de los ingredientes: el pulque, el piloncillo y se condimenta con las especias al gusto.

Se deja hervir la mezcla hasta que las chuletas estén bien cocidas. Con ello, el guisado está listo para servirse.







# PASTA MEZCALERA Y ALOE

(8 porciones)

Autoras: **Ligia Guadalupe Brito Argáez** y **Evelyn Carrillo Bermejo**

## Ingredientes

- 3 cucharadas de mantequilla
- 3 cucharadas de cebolla finamente picada
- 1 penca de aloe previamente sumergida en agua por 24 horas
- 1 cucharada de ajo finamente picado
- 250 ml de media crema deslactosada
- 1 taza de espinaca *baby*
- 1 taza de cilantro
- 200 g de pasta *fettuccine* cocida y escurrida
- ½ taza de queso de cabra
- 30 ml de mezcal blanco reposado
- 2 cucharadas de aceite de olivo
- 1 cucharada de sal
- ½ cucharada de pimienta molida

## Preparación

En un procesador de alimentos se mezclan la media crema, la espinaca y el cilantro. Paralelamente, se separa el aloe de la penca, se pica y reserva.

En una sartén se acitronan el ajo y la cebolla con las tres cucharadas de mantequilla y dos de aceite de oliva. Se incorpora la mezcla obtenida con el procesador a la sartén, se salpimenta y se cocina durante siete minutos. Posteriormente, se incorpora el aloe a la sartén con la mezcla y se cocina por dos minutos más.

Por último, se añade la pasta *fettuccine* previamente cocida y escurrida, y se cocina todo por dos minutos más, integrando perfectamente todos los elementos (incluyendo el mezcal blanco reposado). Se sirve y decora con el queso de cabra y ramas de cilantro fresco.







# QUIOTITOS EN SALSA DE TOMATE Y CHIPOTLE

(4 porciones)

Autora: **Lilia Emma Carrillo Sánchez**

## Ingredientes

- 1 inflorescencia de palmita o izote (*Yucca* spp.)
- ½ cebolla blanca
- 6 jitomates saladette
- 1 cucharadita de sal
- 1 chile chipotle
- 5 cominos
- ½ cucharadita de pimienta tozada
- 2 cucharaditas de manteca
- 2 dientes de ajo

## Preparación

Se separan las flores (quiotitos) y se les quitan los pétalos (que son los que se cocinarán). Se lavan muy bien con agua y se desinfectan por 5 min. Pasado el tiempo, se cuelean y se dejan escurrir.

Aparte, en una olla se ponen a cocer los jitomates, verificando que el agua los cubra totalmente. Mientras sueltan el hervor, la cebo-

lla y el ajo se pican finamente y se ponen a freír en una cazuela con la manteca. Cuando la cebolla se torne transparente, se agregan los pétalos de los quiotitos y se sofríe todo a fuego bajo, dejando que se integren bien los ingredientes.

Ya que a los jitomates se les haya desprendido la piel, se sacan, se terminan de pelar y se ponen en una licuadora con el chile chipotle, la pimienta, la sal y los cominos, para luego licuar muy bien. El resultado debe ser una salsa tersa y aromática.

Esta salsa se agrega a la cazuela donde se están friendo los quiotitos y se deja hervir todo a fuego muy bajo por 8 minutos. Se rectifica la sazón y se retira del fuego.

Se sirve caliente y se acompaña con tortillas.







# **ROLLO DE CARNE GLASEADO CON MIEL DE AGAVE**

(8 porciones)

Autora: **Mireya Zúñiga Rodríguez**

## Ingredientes

### Para el rollo de carne

- 8 bisteces de puerco
- 8 cucharadas de mostaza
- 1 taza de verduras picadas y cocidas
- 1 cucharada de mantequilla
- 1 cucharada de aceite vegetal
- 8 rebanadas de queso que gratine
- Pimienta al gusto
- Sal al gusto
- Hojas de lechuga

### Para el glaseado

- 3 cucharadas de salsa de soya
- ½ vaso de vino tinto
- 250 ml de agua purificada
- 6 cucharadas de miel de agave
- Pimienta al gusto

## Preparación

Para hacer los rollos de carne se sazonan los bisteces con sal y pimienta, luego se extienden de dos en dos sobre una tabla u hoja de papel encerado y se solapan por una orilla; posteriormente, se untan de mostaza y se colocan encima las verduras picadas y una rebanada de queso. Se enrollan cuidadosamente y se sellan en un sartén caliente con la mantequilla y el aceite. Se retiran y reservan.

Para elaborar el glaseado se colocan todos los ingredientes en la misma sartén que se sellaron los rollos; se espera a que hiervan y se integren los sabores. Después, se colocan nuevamente los rollos, previamente cortados en porciones de 5 a 7 cm de ancho. Se tapan y dejan hervir unos minutos, luego se destapan y dejan hervir por 12 minutos aproximadamente o hasta que reduzca el glaseado.

Para el emplatado se prepara una cama de lechuga y se coloca la porción de rollo encima con un poco de salsa o glaseado.

Rollo  
glas  
miel







## **MIXIOTES**

(8 porciones)

Autoras: **Leticia León** y **Susana García**

## **Ingredientes**

- 5 chiles guajillos
- 1 chile ancho
- 1-2 chiles morita
- 5 ajos grandes
- 1 cebolla
- 2 jitomates
- 10 hojas de aguacate
- 10 hojas de mixiotes
- Sal al gusto
- Costillas de cerdo en trozos

## **Procedimiento**

Se asan todos los ingredientes, excepto las hojas, y se muelen. La mezcla se agrega a la carne ya con sal. Se deja reposar de 8 a 12 horas en el refrigerador .

Se preparan las hojas de mixiotes; se remojan unos 15 minutos, se extienden por el lado más suave. Se coloca el marinado y una hoja de aguacate, se amarran con un cordón y se colocan a baño maría de 2 a 3 horas.







***BEBIDA***





## ***TONIC DE JENGIBRE CON MIEL DE AGAVE***

(8 porciones)

Autor: **Isai Olalde Estrada**

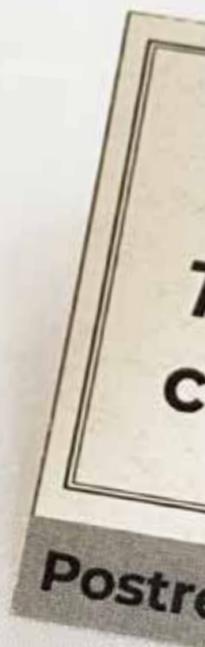


## **Ingredientes**

- 5 rodajas de jengibre fresco
- 2 tazas de agua purificada
- 2 rodajas de piña finamente cortadas
- 5 cucharadas de agua tónica
- Miel de agave al gusto

## **Preparación**

Se lleva al hervor las dos tazas de agua. Cuando ocurra, se apaga la flama y, posteriormente, se agregan las rodajas de jengibre. Una vez fría la infusión, se agrega la piña finamente cortada. Se deja reposar en el refrigerador al menos 2 horas. Para servir y beber, se debe mezclar la infusión obtenida con agua tónica y la miel de agave al gusto.







***POSTRE***





# PANQUÉ DE CHÍA Y MIEL DE AGAVE

(8 porciones)

Autora: **Margarita Clarisa Jiménez Bañuelos**

## Ingredientes

- 1 taza de harina
- $\frac{1}{4}$  de taza de chía remojada en un poco de leche
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 huevo
- $\frac{1}{4}$  de taza de mantequilla a temperatura ambiente o aceite de coco
- $\frac{1}{2}$  taza de miel de agave
- 1 limón (jugo y ralladura)
- Leche al gusto

## Preparación

En un contenedor se cierne la harina con el polvo para hornear. Posteriormente, se añade la clara del huevo a la mezcla y se bate hasta que se torne firme, luego se agrega la yema del huevo y se sigue batiendo hasta incorporarse.

En otro recipiente se acrema la mantequilla y se agrega la miel de agave y los demás ingredientes. Finalmente, se juntan ambas mezclas y se incorporan; si se siente la mezcla muy pesada, se puede agregar un poco de leche.

Se hornea por 40 minutos a 350 °C (horno eléctrico). Una vez horneado, se deja reposar unos minutos antes de cortar y servir.







## PERAS AL TEQUILA Y ALMÍBAR

(4 porciones)

Autores: **Javier Valenzuela Gutiérrez** y **Julio César Domínguez Orta**

## Ingredientes

- 4 peras medianas
- 250 g de azúcar
- 250 ml de jugo de naranja
- 200 ml de tequila
- 200 ml de helado de vainilla
- 5 clavos de olor
- Ralladura de naranja

## Preparación

En un recipiente se colocan el agua, el azúcar, los clavos de olor, la ralladura y el jugo de naranja, y se ponen a calentar a fuego bajo. Posteriormente, se agregan las peras previamente cortadas en gajos.

La preparación se deja al fuego medio hasta reducir el líquido; esto dará como resultado el almíbar al que se le agrega el tequila. El contenido del recipiente se flamea unos segundos, posteriormente se cambia a un refractario que irá al horno, previamente calentado a 350 °C. La preparación se hornea por 12 minutos. Transcurrido el tiempo, se saca y deja reposar unos minutos.

Para servir, se coloca una porción de las peras bañadas en almíbar sobre un recipiente plano y se acompaña con helado de vainilla.







# TARTA DE NARANJA AGRIA AL TEQUILA

(5 a 8 porciones)

Autora: **Ilse Andrea Téllez Ramírez**

## Ingredientes

- 2 a 3 naranjas agrias (depende del tamaño y jugo)
- 230 g de harina blanca
- 20 g de cocoa
- 150 g de mantequilla fría
- 5 g de sal
- 3 yemas de huevo
- 2 caballitos de tequila (cualquier tipo)
- 100 g de azúcar glas
- 11 g de grenetina en polvo
- 500 ml de crema para batir
- 1 paquete de queso crema
- 100 g de azúcar estándar

## Preparación

### Para la base de la tarta

En un bol y con una espátula, se acrema la mantequilla junto con el azúcar hasta que quede una textura suave y se haya disuelto el endulzante. Luego, se añaden las yemas y se mezclan hasta obtener una crema.

Por otro lado, se tamiza la harina con la sal en un recipiente y se agrega la mezcla previamente preparada; integrar los componentes sin amasar. Este paso se puede realizar con la ayuda de espátulas, o bien, con las manos, tratando

siempre de no transmitir mucho calor. Al formar una masa homogénea, se coloca en un bol, se tapa con papel film y se deja reposar en refrigeración por 30 min.

Pasado el tiempo, se extiende la masa de un grosor de 2 a 3 cm y se coloca en un molde para tarta o pay, luego se hornea a 180 °C, primero 20 min con papel aluminio encima; pasado el tiempo, se quita el papel aluminio y se vuelve a hornear de 12 a 15 minutos o hasta que la masa se vea dorada o cocida. Sacar y dejar enfriar.

### Para el relleno de la tarta

Se coloca la grenetina con tres cucharadas de agua y se deja reposar. Adicionalmente, en un recipiente se acrema el queso crema, agregando la crema batida y un poco de ralladura de naranja.

En otro contenedor se exprime el jugo de las naranjas agrias; en caso de ser necesario, se colará el líquido para quitar las semillas y la pulpa. Luego, la mezcla se vierte en una cacerola junto con el azúcar estándar y se ponen al fuego. Hay que remover de 3 a 5 minutos o hasta que el azúcar se haya disuelto, cuidando de que



no reduzca o se queme. Pasado el tiempo, se añade el tequila. Se deja entibiar y se agrega la grenetina que se había quedado reposando. Se debe revolver hasta disolver.

Inmediatamente, se agrega el jarabe de la naranja a la mezcla de

queso crema y se remueve para integrar todo. Se coloca la mezcla resultante encima de la base de tarta ya fría y se mete a refrigeración hasta que cuaje; esto puede tardar de 5 a 6 horas o, para mejores resultados, se recomienda comer hasta el día siguiente.





# MAYAHUEL (POSTRE AL PLATO)

Autora y autor: **María Fernanda de la Cruz Velueta**  
y **Ramiro Pérez González**

## Ingredientes

### Para el helado de mezcal (1 litro)

- 200 g de azúcar
- 500 g de crema de leche
- 4 yemas de huevo
- 10 g de leche descremada en polvo
- 5 g de fécula de maíz (maizena)
- 2 g de grenetina
- 37 g de mezcal reposado
- 1 vaina de vainilla (opcional)

### Para el brownie

- 4 huevos
- 1 cucharada de aceite vegetal
- 240 g de mantequilla sin sal
- 300 g de azúcar
- 1 cucharadita de vainilla
- 100 g de cocoa sin azúcar
- 130 g de harina de trigo
- ¼ de cucharadita de sal
- 200 g de chocolate en trozo

### Para la gelatina de piloncillo y canela

- 50 g de piloncillo granulado
- 200 ml de agua
- 4 rajas de canela
- 10 g de grenetina

### Para el aloe infusionado con sirope de canela

- 100 g de azúcar
- 200 ml de agua
- 4 rajas de canela
- 5 ml de tequila blanco
- 100 g de pulpa de aloe (2 pencas)

## Preparación

### Helado de mezcal

Se mezclan todos los ingredientes en polvo, excepto el azúcar, y se reserva. Luego, se abre la vaina de vainilla a la mitad, se raspa su contenido e igualmente se reserva.

En un tazón, se baten las yemas de huevo con el azúcar hasta que blanqueen. Agregar la crema de leche y continuar batiendo hasta que quede una mezcla homogénea. Posteriormente, se cocina la mezcla a fuego medio durante 5 min (o hasta que llegue a 45 °C) sin dejar de batir suavemente y se agregan el resto de los ingredientes en polvo poco a poco hasta que se integren bien. Después es necesario adicionar las semillas de vainilla y cocinar a fuego medio

durante 10 min más (o hasta que llegue a 85 °C) y se retiran del fuego. Es importante no dejar de batir la mezcla en el fuego para evitar que se pegue o se ahúme. Se deja enfriar la mezcla completamente. Una vez fría, se adiciona el mezcal.

Hay que refrigerar la mezcla durante 8 a 12 horas. Luego, se vierte la mezcla en la máquina de helados durante 40 min o hasta conseguir una consistencia firme y cremosa. Si no se tiene una máquina de helados, se pone la mezcla en el congelador y se remueve cada 30 minutos para evitar que se cristalice. Se deja en el congelador por 8 horas y estará listo para disfrutar.

### **Brownie**

Se precalienta el horno a 180 °C. Paralelamente, se derrete la mantequilla en un recipiente plástico en el microondas con intervalos de 20 segundos. En un tazón lo suficientemente grande, se mezcla la mantequilla derretida y el azúcar con un batidor globo a mano; se incorporan los huevos uno a uno mientras se mezclan con el batidor, luego se añade la vainilla y el aceite vegetal a

la mezcla, mientras se homogeniza con el batidor a mano.

Una vez que se tenga una mezcla homogénea, se agrega la harina, la sal y la cocoa tamizadas con un colador. Se incorpora todo en el tazón con una espátula miserable hasta que se obtenga una mezcla homogénea. Luego, se agrega el chocolate en trozos y se distribuye en toda la mezcla.

Por último, se embarra con mantequilla la superficie del molde en el que se horneará la mezcla. Se vierte toda la mezcla en el molde para hornear y se esparce para alcanzar una altura uniforme; se hornea a 180 °C por 35 minutos.

### **Gelatina de piloncillo y canela**

Primero se coloca el agua, el piloncillo y la canela a fuego medio hasta que hierva. Se agrega la grenetina en forma de lluvia y se bate hasta que se integre bien al líquido; hay que dejar que la grenetina se disuelva para retirar del fuego. Luego se debe verter en un recipiente plano y deja enfriar hasta que solidifique. Para servir, se corta la gelatina en cubitos.

### **Aloe infundado con sirope de canela**

Se coloca el agua, el piloncillo y la canela a fuego medio hasta que hierva durante 2 min. Es importante no dejar que caramelice, la consistencia debe ser completamente líquida. De lo contrario, se añade más agua. Se deja enfriar la mezcla a temperatura ambiente y cuando esté completamente fría, se añade el tequila.

Posteriormente, se corta la base de la penca de aloe y se rebanan los extremos con espinas dejando expuesta la pulpa sin retirar toda la cáscara. Se deja remojando en agua toda la noche. Al día siguiente se desecha el agua y se enjuaga muy bien la penca con agua limpia. En este punto, se retira cuidadosamente el resto de

la cáscara, conservando la mayor cantidad de pulpa posible, y se corta en cubitos. Finalmente, se sumergen en el sirope de canela y piloncillo durante toda la noche en refrigeración.

### **Sugerencia de emplatado**

Se corta el *brownie* en cubitos y se colocan encima los trocitos de aloe con sirope de piloncillo y canela. Se sirve el helado sobre una cama de *brownie* desmoronado y se corona con pencas de chocolate blanco. El plato se acompaña con los cubitos de gelatina de piloncillo y canela.

¡Los elementos del postre se pueden ordenar y combinar de tu manera favorita sacando tu lado más creativo!

NOVENA ENCUBIENDO CUCUMABO  
"LOS SABORES IGNORADOS"  
DE LOS AGAVES Y SUS PARTES

# Mayahuel

(Postre al plato)







## CHIMBOS

Autoras: **Diana Monterroza Palacios** y **Erika Gabriela Cano León**

## Ingredientes

### Para elaborar el pan

- 8 huevos
- 100 g de azúcar
- 220 g de harina de trigo
- 15 g de polvo para hornear
- Suficiente mantequilla

### Para elaborar el jarabe

- 600 g de azúcar
- 4 estrellas de anís
- 2 rajas de canela
- 250 ml de miel de maguey
- 1 litro de agua purificada

## Preparación

### Pan

Se separan las claras de las yemas de los huevos. Se baten las claras a punto de turrón y se incorpora (sin dejar de batir) una por una de las yemas y la mitad del azúcar.

Hay que cernir la harina y el polvo para hornear, se mezcla con el resto del azúcar y se incorpora lentamente al batido de forma envolvente para conservar la mezcla lo más esponjosa posible.

Se vierte la mezcla a un molde rectangular previamente engrasado con la mantequilla y se enharina para evitar que se pegue.

Se mete al horno precalentado a 175 °C, por al menos 10 minutos. Se hornea durante 20 minutos. La corteza deberá estar firme y tener un color dorado.

Se retira del horno y se espera que se enfríe completamente antes de manipularlo.

Ya a temperatura ambiente, se corta el pan. En el estado de Chiapas es tradicional cortarlo en rombos de 5 a 8 centímetros, aproximadamente

### Jarabe de maguey

En un recipiente se vierte el agua, el azúcar, la canela, el anís y la miel de maguey, y se pone a hervir con flama alta.

La espuma oscura que saldrá se retira con una cuchara, posteriormente se baja la flama y se espera a que se reduzca la mezcla casi a la mitad. Se retira de la flama y se espera a que se entibie.

Los rombos de pan, a temperatura ambiente, se sumergen en el jarabe, de preferencia uno a uno para evitar que se rompan. Se recomienda apachurrar el pan

dentro del jarabe para que penetre bien y se moje todo el interior.

Se espera que escurra un poco del jarabe para presentar el platillo.

**Nota**

Para el pan utiliza un molde rectangular que no sea mayor a 40 centímetros de largo y de al menos de 5 centímetros de alto.







VIII Encuentro Culinario

**LAS DELICIAS**

*del monte*

***RECETAS  
EXTRA***



## RECETAS DEL VIII ENCUENTRO CULINARIO

Esta es una compilación de cuatro recetas que enviaron las y los participantes del **VIII Encuentro Culinario «Las delicias del monte»**. Todas integran a sus platos algunos de los ingredientes propuestos en la **Tabla 2**, que aunados a la creatividad y destreza de los cocineros y las cocineras, lograron el desarrollo de sabores, texturas y presentaciones encantadoras para todos los sentidos.



**Tabla 2.** Lista de ingredientes utilizados en el VIII Encuentro Culinario «Las delicias del monte».

Parte comestible	Nombre común	Nombre científico
larvas	ek	<i>Polybia diguetana</i>
tallo de inflorescencia	chelem	<i>Agave angustifolia</i>
fruto	corcho	<i>Annona glabra</i>
hojas para envolver	boobtúum	<i>Anthurium schlechtendalii</i>
fruto en refresco	jawacte'	<i>Bactris major</i>
fruto	piñuela	<i>Bromelia karatas</i>
fruto	ch'om	<i>Bromelia pinguin</i>
semilla	ramón	<i>Brosimum alicastrum</i>
fruto	sak paj	<i>Byrsonima bucidifolia</i>
fruto	nance	<i>Byrsonima crassifolia</i>
fruto	chile max	<i>Capsicum annum</i>
fruto	papaya	<i>Carica papaya</i>
infrutescencia	guarumbo	<i>Cecropia peltata</i>
semilla	ceiba	<i>Ceiba aesculifolia</i>
semilla	ceiba	<i>Ceiba pentandra</i>
fruto	icaco	<i>Chrysobalanus icaco</i>
hoja	chaya	<i>Chnidoscolus aconitifolius</i>

Parte comestible	Nombre común	Nombre científico
fruto	uva de mar	<i>Coccoloba uvifera</i>
fruto	ciricote	<i>Cordia dodecandra</i>
fruto	us piib	<i>Couepia polyandra</i>
fruto	k'olo'ma'ax	<i>Crateva tapia</i>
semilla	jicaro	<i>Crescentia kujete</i>
tubérculo	chab xa'an	<i>Cyperus esculentus</i>
fruto	bayal	<i>Desmoncus chinantlensis</i>
fruto	ta'uch	<i>Diospyros digyna</i>
hoja	epazote	<i>Dysphania ambrosioides</i>
semilla	piich	<i>Enterolobium cyclocarpum</i>
fruto	jaway che'	<i>Garcinia intermedia</i>
fruto	pitaya	<i>Heliocereus undatus</i>
fruto	bonete	<i>Jacaratia mexicana</i>
hoja	orégano de monte	<i>Lippia graveolens</i>
fruto	mora	<i>Maclura tinctoria</i>
fruto	usté	<i>Malpighia glabra</i>
hoja	yuca de monte	<i>Manihot aesculifolia</i>

## Los sabores ignorados de los AGAVES Y SUS PARIENTES

Parte comestible	Nombre común	Nombre científico
fruto	<i>chak ya'</i>	<i>Manilkara zapota</i>
fruto	guaya	<i>Melicoccus oliviformis</i>
miel	<i>xunán kab</i>	<i>Melipona beecheii</i>
fruto	sandía silvestre	<i>Melothria pendula</i>
fruto	<i>éelemuy</i>	<i>Mosannonna depressa</i>
fruto	capulín	<i>Muntingia calabura</i>
fruto	aguacatillo	<i>Nectandra salicifolia</i>
hoja	<i>x kakaltuum</i>	<i>Ocimum campechianum</i>
fruto	pepino <i>kat</i>	<i>Parmentiera aculeata</i>
fruto	pepino de monte	<i>Parmentiera millspaughiana</i>
fruto	<i>poch aak'</i>	<i>Passiflora mayarum</i>
hoja y fruto	aguacate/pagua	<i>Persea americana</i>
hoja y semilla	pimienta	<i>Pimenta dioica</i>
hoja	hierba santa, momo	<i>Piper auritum</i>
hoja	<i>uk'iil</i>	<i>Porophyllum punctatum</i>
fruto	<i>k'anisté</i>	<i>Pouteria campechiana</i>

Parte comestible	Nombre común	Nombre científico
fruto	<i>chóoch</i>	<i>Pouteria glomerata</i>
fruto	<i>puul hembra</i>	<i>Psidium guineense</i>
fruto	arrayán	<i>Psidium sartorianum</i>
fruto	huano	<i>Sabal mexicana</i>
fruto	huano	<i>Sabal yapa</i>
fruto	<i>koj kaan</i>	<i>Selenicereus grandiflorus</i> ssp. <i>donkelaarii</i>
fruto	caimitillo	<i>Sideroxylon americanum</i>
fruto	<i>lu'uchum che'</i>	<i>Sideroxylon celastrinum</i>
fruto	<i>chak ya'</i>	<i>Sideroxylon salicifolium</i>
fruto	ciruela	<i>Spondia mombin</i>
fruto	ciruela	<i>Spondia purpurea</i>
fruto	ciruela	<i>Spondia radlkoferi</i>
fruto	<i>k'oolok</i>	<i>Talisia floresii</i>
semilla	vainilla	<i>Vanilla odorata</i>
semilla	vainilla	<i>Vanilla planifolia</i>
cormo	<i>makal</i>	<i>Xanthosoma yucatanense</i>





## ENSALADA DE PAPAYA VERDE

Autor y autora: **Mauricio González Badillo** y **Adriana de Arce Vélez**

## Ingredientes

- 1 papaya verde mediana
- 2 zanahorias
- 2 trozos de cúrcuma fresca
- 2 cucharadas de jengibre picado
- 2 cucharadas de sal
- 15 hojas de espinaca local
- 5 g de albahaca de monte
- 1 calabaza local mediana
- 2 dientes de ajo enteros
- 200 ml de vinagreta (aceite de oliva, vinagre, jengibre rallado y miel)

## Preparación

La papaya verde se prepara con un proceso de fermentación parecido al del chucrut. Para ello, se realizan 5 o 6 cortes longitudinales a modo de surco para que la papaya suelte su leche. Se deja deslechar por un día. Una vez deslechada, la papaya se pela y se corta en julianas muy delgadas. También se puede rallar.

Se lavan, pelan y cortan las zanahorias en rodajas. Igualmente, se pela el ajo.

La papaya rallada se coloca en un tazón grande y se mezcla con la zanahoria, el ajo, el jengibre, la cúrcuma y la sal. Se prensa la mezcla con las manos y se presiona con

los puños hacia la base del tazón durante unos 5 minutos para que suelte su jugo. Se envasa la mezcla en un frasco de vidrio, apretando bien para sacar el aire y que el agua suba a la superficie. Se coloca un peso de vidrio o la cáscara de la papaya en la superficie para evitar que la mezcla esté en contacto con el aire. Se cubre el frasco con una tela y se sujeta con una liga. Se deja fermentar la mezcla por 4 días lejos de la luz directa.

Es importante que el fermento no esté en contacto con el metal, así como procurar utilizar utensilios de madera o plástico.

## Para servir la ensalada

Se lava y corta la calabaza en cuadritos. Se sofríe con una pizca de sal y se reserva.

Hay que limpiar la espinaca con desinfectante o vinagre por 10 minutos, y escurrir.

Se hace una base con las hojas de espinaca enteras en un tazón para ensalada. Se coloca encima la calabaza sofrita y se agrega el fermento. Finalmente, se baña la ensalada con una vinagreta y se decora con unas hojas de albahaca de monte.







## ***Mol-Ak*** **(mole de chaya)**

Autores: **Ángel Diego Mayo Urseguía, Leonardo Paz López**  
y **Josué Martín Tzuc Canto**

## Ingredientes

- 100 g de ajonjolí
- 100 g de almendra
- 100 g de cacahuete
- 5 g de clavo de olor
- 5 g de pimienta gorda
- 250 ml de fondo de verduras
- 50 g de hoja de aguacate
- 20 g de epazote
- 75 g de chaya
- 3 dientes de ajo
- 4 chiles güeros
- 1/2 plátano macho
- 1 tortilla
- 1 rebanada de pan blanco
- Pimienta blanca al gusto
- Sal al gusto

## Calabacitas horneadas

- 2 calabazas locales
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- 20 ml de aceite vegetal
- 30 g de mantequilla
- 1 hoja de plátano

## Aceite de chile max

- 50 g de chile max
- Aceite vegetal
- Sal al gusto

## Hoja santa en tempura

- 5 pzas. de hoja santa
- 50 g de harina de ramón
- 35 ml de agua mineral
- 10 g de maicena
- Sal al gusto
- Aceite vegetal

## Preparación

### Para el mole de chaya

Con el *mise en place* hecho, se tuestan los frutos secos y se reservan en un recipiente.

En un sartén se fríen con un poco de aceite vegetal, el ajo, la cebolla, el chile güero y el plátano macho hasta cocer.

Con el mismo aceite freímos el pan blanco y la tortilla hasta dorar.

Todas las especias se doran para potenciar su sabor.

Cocer a la inglesa la hoja de chaya para eliminar la toxina y resaltar la clorofila.

## Los sabores ignorados de los AGAVES Y SUS PARIENTES

Se procesan todos los ingredientes en licuadora con el fondo de verduras. Se filtra con colador chino y dejamos reducir hasta un 50 % el mole a fuego lento. Sazonar con sal.

### **Para las calabacitas horneadas y salteadas**

Cortar las calabazas en trozos pequeños. Sazonar con sal, pimienta al gusto y un poco de aceite. Poner en una bandeja cubiertos con hoja de plátano y un poco de mantequilla, llevar al horno por 90 min a 180 °C. Cuando salgan del horno, sellar junto con mantequilla hasta que adquieran un color dorado.

### **Para el aceite de chile max**

Confitar el chile max con una cantidad suficiente de aceite. Reservar por al menos 24 h. Licuar y sazonar con un poco de sal. Filtrar con un colador chino fino.

### **Para la hoja santa frita**

Hacer el tempura mezclando la harina de ramón, agua mineral, maicena y cantidad suficiente de sal. Sumergir las hojas en la mezcla del tempura hasta dejarlas bien cubiertas. Freír en aceite hasta tener una consistencia firme y crocante.







## CREMA DE NUEZ MAYA

Autor y autora: **Mauricio González Badillo** y **Adriana de Arce Vélez**

## Ingredientes

- Puerros enteros
- 1 cebolla grande
- 2 dientes de ajo
- 5 ramitas de perejil
- 1 pimiento rojo o naranja
- 3 jitomates
- 1 brócoli
- 1 cda. de sal rosa
- 300 g de harina de nuez maya (ramón)
- 150 g de jitomate deshidratado

## Preparación

Lavar y escurrir el jitomate, la cebolla, medio pimiento morrón. Limpiar el perejil y el brócoli con desinfectante o vinagre. Pelar el ajo.

Colocar en una olla mediana con 2 litros de agua, los puerros, el jitomate, la cebolla y la sal. Cocer por 15 minutos, apagar y dejar enfriar.

Picar el brócoli en pedazos pequeños y sofreír con poco aceite en una sartén. Realizar la misma acción con la otra mitad del chile morrón en un sartén distinto.

Moler en la licuadora la mezcla de jitomate, chile morrón, cebolla y 100 g de jitomate deshidratado.

Diluir la harina de ramón en agua fría y pasar por un colador. Agregarla en una olla con 2 litros de agua. Cocinar a fuego lento revolviendo constantemente. Luego de un hervor, retirar del fuego y agregar la mezcla con el jitomate y el brócoli.

Servir caliente y decorar con perejil picado, unos trozos de pimiento morrón y el resto del jitomate deshidratado cortado en pedacitos.







# TAMALITOS CON CHAYA, CARNE DE CONEJO Y CHILE MAX

Autora: **Consuelo Ramírez**

## Ingredientes

- 1 kg de carne de conejo
- 2 kg de masa de maíz
- ½ kilo de manteca
- ½ kilo de jitomate
- 10 hojas de chaya
- 10 chiles max
- 1 atado de hojas de plátano
- 1 rama de epazote
- ½ cebolla
- 1 cdt. de sal

## Preparación

Se pone a hervir la carne de conejo por 20 minutos; después de hervir, se desmenuza.

Los jitomates se ponen a hervir por 10 minutos, después se les quita la piel y se preparan para moler junto con la cebolla. Ya molido, se fríe y se revuelve con la carne de conejo.

Picar en trozos chicos las hojas de chaya y la rama de epazote. Los chiles se dejan enteros para dispersarlos en toda la preparación.

Se limpian las hojas de plátano y se cortan del tamaño del tamal que se hará.

Se prepara la masa con los ingredientes, colocando la manteca, chaya, chiles y la sal. Se pone en cada hoja de plátano cortada, una porción de la masa torteada y encima, la preparación del jitomate con la carne (en el centro), para después realizar una envoltura. Una vez listos, se van colocando en la vaporera y se cuecen por media hora.





*Degustación durante el VIII Encuentro Culinario*



# GLOSARIO

## **Acitronar**

Freír un alimento a fuego lento hasta que esté ligeramente dorado o traslúcido.

## **Acremar**

Batir mantequilla, margarina, manteca u otra grasa (sola o con azúcar, yemas, huevos enteros) hasta que esponje.

## **Agave**

(Del griego *αγαυή*, «noble» o «admirable») género al que pertenecen plantas suculentas pertenecientes a una extensa familia botánica del mismo nombre: Agavaceae, conocidas con varios nombres comunes, como agave, pita, maguey, cabuya, fique, mezcal.

## **Almíbar**

Sustancia líquida de distintos grados de espesor que se obtiene disolviendo azúcar en agua y cocinando la mezcla a fuego lento hasta que tome consistencia; se utiliza sobre todo en conservas de frutas y en la elaboración de postres y dulces.

## **Amasar**

Mover y presionar repetidamente una o más sustancias sólidas con un líquido hasta que se forma una masa homogénea, compacta y blanda.

## **Asparagales**

Orden que recibe el nombre del género *Asparagus* (el género de los espárragos). Posee 14 familias y más de 26 000 especies. Son plantas generalmente herbáceas y perennes, en las cuales las hojas salen todas juntas formando un racimo, aunque existen algunas especies arborescentes o trepadoras.

## **Cebolla de Ixil**

Tipo de cebolla endémica del poblado del mismo nombre, ubicado en el estado de Yucatán.

## **Cernir**

Método físico para separar partículas de distintos tamaños, a través de un tamiz o colador. Técnica utilizada con elementos sólidos como la harina, el cacao, el azúcar glas o el pan rallado, ingredientes

que fácilmente se aglutinan formando bolitas, pero que necesitamos separar para una correcta integración, sin grumos.

### **Chile max**

Ají o pimiento pequeño, de color rojo con el que se elabora el chile piquín. La especie es *Capsicum frutescens* y es conocido también como chiltepín, en Q. Roo y *ah max, max-ik, maax-ik, putun ik* en la lengua maya.

### **Chucrut**

Fermento que se elabora con col, tradicional de países como Alemania y Polonia, que sirve para acompañar principalmente platos de carne.

### **Clorofila**

Pigmento de color verde que se halla presente en las hojas y tallos de muchos vegetales y que es responsable del proceso de fotosíntesis.

### **Colador chino**

Utensilio de con forma cónica cuya función es separar de un líquido, puré o salsa los grumos, pellejos o partes más gruesas, de tal forma que el resultado un puré o salsa, con una textura muy fina.

### **Crocante**

Crujiente. En cocina, alimento cuya textura en boca es seca, dura y frágil, tanto al masticarlo como al manipularlo.

### **Deslechar**

Sacar la leche o la resina a un árbol o fruto.

### **Despepitar**

Retirar las pepitas o semillas de ciertas verduras o frutas. Se despepita un jitomate pelado con una cucharita o una uva pelada con una aguja o con un pequeño clip desplegado, por ejemplo.

### **Echalote**

Planta perenne originaria de Asia que se cultiva en las huertas y se emplea como condimento. La parte comestible de esta planta está en su raíz, que forma bulbos aovados de forma y sabor entre el ajo y la cebolla.

### **Envolver (la mezcla)**

Acción de realizar movimientos envolventes muy suaves para mezclar una preparación sin batir.

### **Fermentación**

Transformación espontánea o provocada de determinados elementos orgánicos de los alimentos, debido a la influencia de levaduras o de bacterias.

### **Fettuccine**

Pasta tipo fideo, plana, elaborada con huevo, agua y harina.

### **Filetear**

Cortar un alimento en lonjas o filetes finos.

### **Fondo de verduras**

Base líquida aromatizada para cocinar carne, pescado o verduras con agua.

### **Freír**

Cocinar cualquier ingrediente en un sartén con grasa.

### **Hoja santa**

Planta comestible de la familia de las Piperáceas (*Piper auritum*), también conocida como «hoja santa», «yerba santa» o «acuyo».

### **Incorporar**

Amalgamar una mezcla ligera y etérea con una más pesada. La más ligera se pone sobre la más pesada y con una cuchara metálica grande o una espátula de goma se hacen suaves movi-

mientos en forma de ocho, consiguiendo que ambas mezclas se unan sin perder aire.

### **Julianas**

Preparación de una o varias verduras cortadas en bastoncillos.

### **Maguey**

Nombre con el que comúnmente se conocen diversas plantas del género *Agave*. Con estas plantas se fabrican aguamiel, mezcal, tequila y pulque, entre otros productos. Conocido en náhuatl como *metl*.

### **Maicena**

Fécula de maíz o harina fina.

### **Marinar**

Poner en un líquido aromático un ingrediente durante un tiempo determinado, para que esté más tierno y se aromatice. Esta práctica culinaria, también llamada macerar y adobar, conserva durante más tiempo las piezas de carne.

### **Mezcal**

Nombre genérico que identifica a diversas bebidas alcohólicas destiladas obtenidas a través de la cocción, sancochado o tatemado de las piñas de diferentes magueyes y la posterior fermentación y destilación de los jugos de las mismas. Algunas de ellas cuen-

tan con denominación de origen. Dependiendo de la variedad de agave, del productor y otros factores, su graduación alcohólica va de los 45° a 60°.

### **Mise en place**

‘Puesto en el lugar’, literalmente, (o poner en su lugar o colocación), se emplea en gastronomía para definir el conjunto de tareas de organizar y ordenar los ingredientes.

### **Pencas**

Hojas de los agaves que se utilizan para recubrir los hornos de tierra donde se preparan la barbacoa y la birria, para cubrir alimentos antes de cocerlos como ajolotes, chicharras y escamoles, así como para otras preparaciones como el papalomé, el pollo en penca, el ximbó y el mapache tatemado. De ellas se obtiene el mixiote y los gusanos de maguey.

### **Piloncillo**

Endulzante elaborado a base de azúcar morena en forma de cono truncado. Es fácil de encontrar en los mercados populares y se utiliza en la mayoría de los dulces regionales de México, pues con él se endulzan la calabaza en tacha, los camotes, las melcochas, las charamuscas y decenas de dulces y postres más.

### **Pulque**

Del náhuatl *poliuhqui* o *puliuhqui*, *polihui*, que significa «corromperse», «destruirse». Bebida que se obtiene de la fermentación del aguamiel producida por el *Agave salmiana*, también conocido como maguey pulquero, maguey aguamielero, maguey cimarrón, maguey manso, maguey verde o maguey bronco. El pulque contiene entre 7° y 15° de alcohol; para elaborarlo se selecciona un maguey de entre 10 y 12 años, se capa y se raspa para estimular a la planta a que produzca aguamiel.

### **Punto de turrón**

Claras batidas con consistencia. Están en punto de turrón porque al voltear el recipiente, las claras no caen.

### **Quiote**

Del náhuatl *quiotl*. Tallo floral estriado que sale en el centro de la planta del maguey cuando inicia su floración. Se eleva hasta 4 o 5 metros. Se acostumbra comer cocido y asado, igual que las flores del maguey.

### **Ramón**

Árbol de la familia de la familia Moraceae, cuyo nombre científico es *Brosimum alicastrum*, aunque también es conocido como ox (en



maya), *tlatlacotic* (en náhuatl), apomo, capomo Juan Diego, Nazareno, Samaritano u Ojite, entre otros. De su semilla comestible se elabora una harina que no contiene gluten, pero tiene un alto valor proteico.

### **Rectificar**

Corregir la sazón de un alimento al finalizar la preparación después de probarlo, añadiendo un ingrediente susceptible de mejorarlo, perfeccionar su sabor o hacer resaltar mejor un sabor particular (sobre todo sal y pimienta, y también azúcar, crema líquida, especias, hierbas aromáticas, etc.).

### **Reservar**

Apartar ingredientes, mezclas o preparaciones destinadas a utilizarse posteriormente, en frío o en caliente. Para evitar que se degraden, a menudo se envuelven en plástico autoadherible, en aluminio, un paño, etc.

### **Salpimentar**

Condimentar un alimento con sal y pimienta.

### **Sazonar**

Acción de incorporar ingredientes (especias, sal, pimienta, hierbas aromáticas, condimentos, aceite,

vinagre), en cantidades variables, para aportar un sabor particular a una preparación o aumentar la intensidad del gusto.

### **Sellar**

Comenzar la cocción de un alimento poniéndolo en contacto con una materia grasa muy caliente o un líquido hirviendo, a fin de provocar la coagulación instantánea de las partes superficiales.

### **Sofreír**

Cocinar total o parcialmente un género, poniéndolo a fuego lento con poca grasa, sin que tome color.

### **Tamizar**

Filtrar a través de un colador, una manta de cielo o una estameña un caldo, una salsa, una crema fina, un jarabe o una jalea que deben ser muy lisos.

### **Tequila**

Destilado mexicano obtenido del *Agave tequilana* variedad azul, que crece principalmente en el estado de Jalisco. Es una bebida que cuenta con denominación de origen, de modo que solo puede producirse en esa entidad y en algunas partes de otros estados como Nayarit, Guanajuato, Tamaulipas y Michoacán.

### **Tempura**

Capeado o rebozado, muy fino y crujiente. La masa de la tempura se prepara tradicionalmente con harina, huevo y agua helada.

### **Tonic**

Bebida que contiene gas carbónico y azúcar, aromatizada con extractos naturales de frutas o plantas, entre las que figura por lo general la quinina.

### **Toxina**

Compuesto tóxico producido de forma natural por algunos organismos vivos, que pueden ser tóxicas para los animales y las personas si se ingieren.

### **Vinagreta**

Salsa cuyos tres ingredientes principales son el aceite, el vinagre y la sal.

### **Vichyssoise**

Crema de poro y papa, ligada con crema y que se sirve fría, con cebollín picado. Por extensión, se llama *vichyssoise* a una crema fría a base de otra verdura, por ejemplo, calabacita y papa.



# BIBLIOGRAFÍA

- Alexphotos. (s. f.). *Agave parryi de cerca*. Freepik. [https://www.freepik.es/foto-gratis/agave-parryi-cerca\\_1182751.htm#query=agave&position=11&from\\_view=search&track=sph&uid=2c0908ab-30ee-4184-97dc-65d6eb-c584ee](https://www.freepik.es/foto-gratis/agave-parryi-cerca_1182751.htm#query=agave&position=11&from_view=search&track=sph&uid=2c0908ab-30ee-4184-97dc-65d6eb-c584ee)
- Barros, C., & Buenrostro, M. (21 de junio de 2016). *Maguey y cocina* (consultado el 21 de noviembre de 2023). La Jornada Maya. <https://www.lajornadamaya.mx/opinion/51704/maguey-y-cocina>
- Carrillo Sánchez, L. E., & Jiménez Bañuelos, M. C. (2015). La chaya en el jardín y en la cocina (G. Herrera Martínez, Ed.). Centro de Investigación Científica de Yucatán.
- Cocina con alegría. (2022). Diccionario culinario. <https://www.cocinaconalegria.com/diccionario-culinario/>
- Colunga-García Marín, Patricia. (1998). *Origen, variación y tendencias evolutivas del henequén (Agave fourcroydes Lem.)*. Boletín de la Sociedad Botánica de México, 62, 109-128. [https://www.researchgate.net/profile/Patricia-Colunga-Garciamarin/publication/275331610\\_Origen\\_variacion\\_y\\_tendencias\\_evolutivas\\_del\\_henequen\\_Agave\\_fourcroydes\\_Lem/links/55395a330cf226723aba186f/Origen-variacion-y-tendencias-evolutivas-del-henequen-Agave-fourcroydes-Lem.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Patricia-Colunga-Garciamarin/publication/275331610_Origen_variacion_y_tendencias_evolutivas_del_henequen_Agave_fourcroydes_Lem/links/55395a330cf226723aba186f/Origen-variacion-y-tendencias-evolutivas-del-henequen-Agave-fourcroydes-Lem.pdf)
- El Gourmet. (s. f.). *Glosario*. <https://elgourmet.com/glosario/>
- Gastronomía & Cía. (s. f.). *Diccionario de cocina*. <https://www.gastronomiaycia.com/category/diccionario-de-cocina/>
- Larousse Cocina. (s.f.). *Diccionario gastronómico en línea*. <https://larousse-cocina.mx/diccionarios/>
- Lira Saade, R. (2009). Calabazas de México. *Ciencias*, 42. <https://www.revistas.unam.mx/index.php/cns/article/view/11504>
- Muñoz Zurita, R. (2013). *Pequeño Larousse de la Gastronomía Mexicana*. Larousse.
- Naturalista. (s.f.). *Magueyes y mezcales* (consultado el 28 de noviembre de 2023). <https://www.naturalista.mx/taxa/50822-Agave>
- Nogales, L. (2020, 11 de junio). ¿Agave o maguey? *Mezcológica* (consultado el 28 de noviembre de 2023). <https://mezcologica.mx/agave-o-maguey/>
- Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural (SADER). (08 de mayo de 2017). *La vainilla de México al mundo* (consultado el 21 de noviembre de 2023). Gobierno de México. <https://www.gob.mx/agricultura/es/articulos/la-vainilla-de-mexico-al-mundo>

Sistema de Información Cultural (SIC México). (Última modificación: 20 de octubre de 2008). *El maguey y el pulque* (consultado el 21 de noviembre de 2023). Gobierno de México. [https://sic.cultura.gob.mx/ficha.php?table=gastronomia&table\\_id=53](https://sic.cultura.gob.mx/ficha.php?table=gastronomia&table_id=53)

Universidad Nacional Autónoma de México. (2009). *Biblioteca de la Medicina Tradicional Mexicana*. <http://www.medicinatradicionalmexicana.unam.mx/>



**RECETARIO**  
**LOS SABORES IGNORADOS DE LOS AGAVES Y SUS PARIENTES**

se terminó de imprimir  
en el mes de junio de 2024 en:  
Servicios Profesionales en Impresión (Seprim).

Calle Siembra #1, interior S-5, Col. San Simón Culhuacán,  
C. P. 09800, alcaldía Iztapalapa, Ciudad de México.  
Tel. 55-5443-7754, 55-5443-7753 y 55-2596-8644.

La edición constó de 300 ejemplares  
impresos en *offset* sobre papel couché mate de 135 g  
y forros en cartulina sulfatada de 16 pts.