

La Tinga.

Patrimonio Cultural y
Alimentos I

Trabajo Monográfico.

La Tinga.



Alumno: Mardones Rivero, Luz Maria.

Docentes:

- Bestard, Pablo
- Rey, Victoria.

**Universidad Nacional del Comahue.
Facultad de Ciencias y Tecnología de los Alimentos.**

20 de Junio de 2022.

La Tinga.

Agradecimientos

Un profundo agradecimiento a todas las personas que me apoyaron para realizar éste trabajo. Especialmente a mamá, papá, hermanos y a mi pareja; gracias por su gran apoyo incondicional.

A Pablo y Victoria por brindarme los conocimientos.

Otro gran reconocimiento a Juan Hernández, que sin conocerme eligió compartir una pequeña parte de su vida conmigo.

Índice

Introducción	4.
Metodología.....	5.
Marco Teórico.....	6.
Receta de la Tinga.....	7.
Análisis	8.
- Contexto Histórico.	
- Contexto y Condicionante Económico.	
- Contexto Geográfico- Ambiental.	
- Contexto Social y Cultural.	
- Valor simbólico- significativo.	
Conclusión.....	10.
Nexos.....	11.
- Entrevista.	
- Recorrido de la receta.	
- Video de Angelita.	
- Primera documentación de la Tinga y sus variedades.	
Bibliografía.....	17.

Introducción

El objetivo de la siguiente investigación es conocer parte de la culinaria mexicana a través de una de sus comidas más tradicionales. La performance alimentaria del país se forma a partir de las costumbres y tradiciones de sus habitantes, enriquecida por una gran parte de ingredientes y costumbres de los pueblos de la época prehispánica, y por otro lado, a las costumbres e ingredientes que llegaron tras la llamada conquista de México, gran condicionante político e histórico que trajo consigo ingredientes europeos, mediterráneos, asiáticos y africanos. El común denominador en muchas cocinas es el uso de maíz, chile y frijol, acompañados de jitomate en sus diversas formas.

Para éste caso vamos a analizar *La Tinga*. Patrimonio como valor intangible presente en un guiso originario de la historia culinaria de la ciudad de Puebla de Zaragoza del país de México. Actualmente se elabora en todos los estados del centro del país, por lo que existen diferentes versiones dependiendo de la región y de quien lo prepare. Aparece por primera vez documentado en el libro de cocina "La cocina poblana", de 1881, donde se mencionan seis variedades de tinga. El plato se destaca por ser humilde, con ingredientes fáciles de conseguir, entre ellos: el infaltable chile chipotle, la carne de pollo, res o cerdo desmenuzado; y es utilizada como relleno de quesadillas, malotes, tacos y tostadas, consumido principalmente como plato principal en la comida del mediodía.

Para la realización de éste trabajo, se entrevistará a una persona mexicana, Juan Arturo Hernández Rodríguez, profesor de Boxeo que vive hace diez años en Argentina en la provincia de Neuquén- Ciudad de Plottier; el cuál recuerda a la tinga como fue su primer "platillo favorito" preparado por su abuela en la niñez.

Actualmente de todas las variedades de la receta que se hacen en las distintas regiones de México, a causa de los condicionantes ecológicos, él puede preparar en la región patagónica "La tinga de pollo con salsa roja", donde reemplaza la salsa roja a base de chile chipotle por la salsa picante de la marca "Dos Anclas".

Reforzando éste trabajo se hará una investigación profunda sobre el origen de la tinga, de la obtención de sus ingredientes principales, sus formas de preparación y el valor cultural que ésta receta tiene.

Metodología

Siempre me interesó la cultura mexicana, desde el primer momento que supe que tenía que hacer este trabajo sabía que tenía que ser con una comida de México. La elección de ésta receta se dió tras tener una conversación con mi hermana de 17 años Maria Paz, donde me cuenta que tiene a su profesor de boxeo el cual me puede ayudar, ya que es mexicano y hace más de 10 años vive en Argentina. En primera instancia me comuniqué con él varias veces vía Whatsapp hace más de un mes. En ese entonces me presenté y lo invité a hacer el trabajo en el cual estuvo muy entusiasmado desde el primer momento. Juan eligió la receta, ya que entra tantas que tiene la cultura mexicana y él recuerda, la tinga, en especial la tinga de pollo con salsa roja que es la que le remonta a su niñez, "platillo" favorito preparado por su abuela. El primer día que hablamos, para ayudarme y conocer el plato me mandó un video de Youtube del canal "De mi rancho a tu cocina" donde según él prepara el plato de una forma más tradicional. En el video la receta la prepara la cocinera Angelita como relleno de una tortilla, en la cual para realizar el plato hace todas las elaboraciones en una cocina de barro a leña y usa cazuelas de cerámica y cuencos. La segunda y tercera charla que tuvimos por chat él me contó un poco más, como que la tinga la preparaba su abuela casi siempre en el desayuno, como así también el modo de preparación que ella empleaba. Para el encuentro y realización de la entrevista no hubieron inconvenientes, ya que Juan estaba dispuesto a encontrarse conmigo cualquier día de la semana mientras sea de mañana porque a la tarde dicta sus clases de boxeo. Quedamos en encontrarnos un viernes al mediodía en un parque de Plottier, donde la charla quedó registrada con un grabador de voz. Cabe resaltar que para la entrevista y el trabajo en sí una vez definido el plato tuve que antes consultar diferentes tipos de fuentes (que están mencionadas en el glosario) para la recolección de datos, en textos trabajados en la cátedra y en páginas webs.

Marco Teórico

Para el desarrollo del trabajo se basará en textos importantes trabajados durante la cátedra Patrimonio y Alimentos I. Haciendo énfasis siempre en La Tinga.

Para comenzar y entender la culinaria mexicana será necesario entender algunos conceptos del texto "Criterios y conceptos sobre el patrimonio cultural en el siglo XXI" de María del Carmen Cabezas la cual define a patrimonio histórico como *"...herencia colectiva, no individual, producto de hechos acontecidos, personajes, objetos materiales que han trascendido a través del tiempo, y el espacio social, que llegan a formar parte y esencia de la historia de un lugar, los cuales son emisarios y nexos entre generaciones humanas..."*. Como la receta es una comida popular en México se hace presente en tradiciones culturales que se originaron a través del tiempo, por esto mismo, la comida como patrimonio se manifiesta social, histórica y espiritualmente; visiones que la autora nos permite reconocer y poder analizar al patrimonio reconfortado en las mismas :

- Espiritual: Valores éticos de la conducta familiar.
- Social: Objetos formado principalmente por las creaciones anónimas surgidas de la creatividad de un pueblo.
- Histórico: Nexos y emisario entre generaciones humanas que se forman mediante una construcción social.

La entrevista se analizará en base a el concepto Atribución de Valor del texto de Joseph Ballard "El Patrimonio Histórico y Arqueológico: Valor y Uso" que dice que es el grado de aprecio de un individuo o grupo de personas a un material ya sea tangible o intangible, lo cual está siempre influenciado por diferentes factores percibidos por él o los individuos así sean vivencias, contextos culturales, sociales, de gustos dominantes, el tiempo y del entorno el cual transita. Se utilizará este concepto para explicar el porqué la receta sigue presente en la vida del entrevistado; relacionando también al plato con Valor Simbólico- Significativo de Ballard y con el texto de Laura Esquivel "Entorno al Fuego".

Por otra parte, la explicación de la historia y composición de La Tinga se puede reconfortar aún más partir de la definición Transculturación de Díaz Cabeza y de Performance Alimentaria, la cual Marcelo Alvarez en su libro de "La Cocina como Patrimonio (in)Tangible" determina como el conjunto de diversas interacciones, que se forman a partir de la unión del hombre biológico y el hombre social el cual cumple su alimentación dentro de una dimensión de condicionantes principalmente culturales, sociales, geográficos, ecológicos, psicológicos, entre otros. Dicho esto, el sujeto a través de la comida expresa comportamientos, indicadores gustativos, simbolismos, rituales, religión, normas de aceptación o evitación, modos de jerarquía. alcance de funciones e identidad.

Receta de la Tinga con Salsa Roja.



Fuente: HazteVeg.com

Ingredientes:

- ❖ Pechugas de pollo cocidas y deshebradas.
- ❖ 2 dientes de ajo.
- ❖ 3 Cebollas.
- ❖ 1 chile chipotle.
- ❖ Crema de leche.
- ❖ 3 jitomates.
- ❖ Sal a gusto.
- ❖ Orégano seco a gusto

Modo de preparación:

Primero se deben cocer las pechugas en agua hirviendo junto con los dientes de ajo, la cebolla y sal a gusto. Estará lista la carne cuando al introducir un tenedor, éste penetre suavemente. Colar y dejar enfriar las pechugas junto con el ajo y la cebolla; conservar el caldo de pollo.

Mientras tanto, para la salsa se deben partir tres jitomates en cuatro partes y ponerlos a cocer hasta que la piel se desprenda, una vez cocidos, licuarlos junto con la cebolla, el diente de ajo, el chile chipotle, un poco de caldo y sal a gusto. Reservar la salsa.

Una vez frías las pechugas hay que desmenuzarlas.

Luego se deben cortar dos cebollas en capas finas y freírlas en una sartén hasta que queden transparentes, una vez así, se vierte la salsa anteriormente realizada y luego se mezcla con la carne desmenuzada.

Por último, se sirve en plato o tortilla con crema de leche.

Análisis

Contexto histórico:

Para empezar a comprender la composición de la tinga y el porqué de sus ingredientes, es importante saber que la performance alimentaria mexicana se comienza a formar a partir de:

México prehispánico: La historia de los pueblos que habitaban el territorio antes de la colonización española (1821). La agricultura mesoamericana se dio en varios puntos de México, y las culturas arcaicas mixtecas y zapotecas (entre otras) tienen mucho que ver en esto, ya que fueron los primeros pueblos sedentarios en avanzar con la misma por milenios. En esta etapa se pueden reconocer tales alimentos como: domesticación del maíz, frijol, chiles, jitomate, tomate verde, calabaza, aguacate, cacao, cacahuate, amaranto, vainilla, nopal, agave, cactáceas, hierbas y condimentos (epazote, hoja santa, pápalo, quelites).

Colonización española: El virreinato de Nueva España trajo consigo ingredientes europeos, mediterráneos y asiáticos que no tardaron en adaptarse y formar parte de la cultura mexicana, entre éstos se pueden nombrar a el trigo, arroz, café, comino, hierbabuena, laurel, orégano, perejil, cerdo, res, pollo, cebolla, limón, naranja, plátano, caña de azúcar, cilantro, canela, clavo, tomillo y pimienta, entre otros.

En conclusión la formación de la tinga se da principalmente de:

Pollo/ res/ cerdo, cebolla, orégano, ajo: ingredientes europeos.

Chile chipotle, jitomate, y el maíz para las tortillas: ingredientes prehispánicos mesoamericanos.

Contexto y condicionante económico:

A pesar de ser una receta común y sencilla en México, acá en Argentina según la información que me brindó Juan el chile chipotle y las tortillas de maíz resultan productos económicamente altos, difíciles de conseguir en la región patagónica. Según la información que me brindó Juan, el kilo de harina de maíz en Plottier se consigue a \$500, al contrario de México donde sería un equivalente de \$100. El chile chipotle solo se consigue en conserva. Cuestión que se puede explicar a partir del contexto ambiental.

Contexto geográfico-ambiental:

En la región patagónica es difícil el cultivo de maíz ya que el clima no lo permite, entonces por esto, se desarrolla muy poco éste mismo en la zona pampeana. Al

La Tinga.

contrario, México se destaca como el mayor productor de maíz de América, cosechado en la gran mayoría de sus provincias.

Por otra parte, el chile chipotle es producto exclusivo de México. Sería el chile jalapeño seco y ahumado.

Contexto social y cultural:

La tinga se puede comer como desayuno, almuerzo o cena y por esto, no se acompaña de alguna bebida o postre establecidos; en cambio, en Argentina culturalmente y socialmente no está aceptado comer comidas en el desayuno tan "fuertes y abundantes" como diría Juan.

Cuando se empezó a cocinar la tinga, posiblemente se cocía el pollo en ollas de cerámica, que tomaban calor en las hoy denominadas eco estufas. El ajo, el chile, el jitomate y los condimentos se molían en el molcajete junto con el temolote, con el fin de realizar la salsa "molcajeteada". Y la harina de maíz para las tortillas, se realizaba a partir de granos molidos en el metate. Utensilios que siguen siendo aprovechados por la sociedad mexicana.

En Argentina, actualmente éstos objetos son reemplazados por cocinas a gas, ollas de aluminio y licuadoras.

Valor simbólico- significativo:

Para Juan, la tinga representa y le hace recordar su niñez. Momento en el cual, por su contexto no era comida de todos los días pero que cada vez que su abuela la preparaba en el desayuno era un momento de emoción, por lo deliciosa que le resultaba ser. Su plato favorito.

Por otra parte, es un plato típico muy popular en el centro de México por ser humilde y sencillo, es símbolo de juntas familiares y de identidad cultural. Dentro del territorio mexicano, hay diferentes versiones según los Estados así como en Argentina hay diferentes versiones de empanadas según las provincias; entre éstas se pueden nombrar las siguientes:

En Morelos, por ejemplo, es típico comer tinga de hongo de cazahuate.

En el Edomex se puede encontrar tinga de chorizo verde.

En Tlaxcala suele incluir chorizo o longaniza y papa.

Aún así, la más tradicional es la tinga de pollo.

La tinga desde 1881

Como se había mencionado, la tinga aparece por primera vez en el libro "La cocinera poblana" de 1881, donde aparecen siete variedades, seguramente las más antiguas de tinga, las cuales con el tiempo se fueron reversionando.

- Tinga escandalosa: se cuecen papas, y por otro lado se fríe cebolla junto con longaniza, chorizón, carne maciza de cerdo y chorizo. Se mezcla con las

La Tinga.

papas y se sirve con chipotles en vinagre, aguacate y cebolla rebanada. Su nombre probablemente provenga de la gran variedad de carnes que incluye.

- Tinga poblana: de todas, es la receta más parecida a la actual tinga de pollo, a pesar de que también lleva pescado. Se cuece un pollo y se deshebra, y por otro lado se fríen en manteca, jitomate, cebolla, ajo y perejil, y se les agrega caldo del pollo, rajas de chipotles en vinagre y sardina. Finalmente, se sirve con lechuga y aguacate.
- Otra tinga: se hace lo mismo que en la anterior, aunque en vez de usar carne de pollo se usa carne de cerdo y longaniza fritos, y se sirve con lechuga, rábano y queso añejo.
- Otra: se pican cebollas, ajos y chipotles, y se fríen con longaniza y carne de cerdo. Se sirve con una cucharada de aceite y queso fresco.
- Tinga caliente: en este caso, se cuece el chipotle primero y luego se agrega a una cazuela con manteca y aceite donde se están friendo la cebolla y el jitomate. Se cuece montaloya (corte de cerdo de baja calidad) y se agrega a la cazuela. Finalmente se sirve con queso fresco y aguacate.
- Tinga fría: se desvenan y pican chipotles en vinagre, para luego mezclarlos con cebolla rebanada, aceite y aguacate.
- Tinga de chile meco: se usa chile meco, que es un chile jalapeño seco. Se hidratan una noche entera en agua con sal. Se fríen en manteca y aceite junto con jitomate, cebolla y ajo picados. Luego se agrega agua, sal y rebanadas de calabacita. Se agrega carne de lomo, longaniza, chorizo, costilla y chorizón, todo frito. Finalmente se sirve con cebolla, aguacate, lechuga, rábano, aceite y queso añejo.

La Tinga.

Conclusión.

Se concluye éste trabajo monográfico con el concepto de interculturización de María del Carmen Díaz Cabeza, donde se expresa en una situación donde varias culturas se influyen mutuamente, lo que hace a la diversidad cultural. Esto es, porque así como la tinga y muchísimos otros platos del patrimonio intangible pertenecientes actualmente a la performance alimentaria de México, son parte de la historia y colonización del territorio, lo cual si influyó un poco en la diversidad de ingredientes que tiene hoy día el territorio pero no en la originalidad de sus productos, técnicas y procedimientos y es por esto mismo, que la comida mexicana se designa por la UNESCO Patrimonio Inmaterial de Humanidad gracias a su antigüedad y continuidad histórica.

La tinga, en el territorio Argentino, es símbolo de recuerdos y de identidad.

La Tinga.

Anexos

Entrevista:

Luz: Bueno, eh ¿Cómo te llamas?.

Juan: Juan Arturo Hernández Rodríguez.

Luz: ¿Cuántos años tenés?

Juan: 35.

Luz: ¿Hace cuánto vivís en Argentina?

Juan: Hace nueve años más o menos. Nueve, diez...

Luz: ¿Por qué elegiste éste país?

Juan: Pues la verdad que no lo elegí, este... así como tal. Yo estaba viajando y se me acabó el dinero más o menos acá en Neuquén y este, ahí encontré una renta y se me fueron facilitando las cosas y por eso me quedé, básicamente.

Luz: Ah bien, ¿Por qué motivos te mudaste?.

Juan: Bien, este... la verdad es que yo estaba teniendo como una crisis existencial en México, entonces este... quería apartarme un poquito de todo, este y em, comencé con mis ahorros a viajar y este, y después como que no me dieron ganas de regresar y me quedé acá.

Luz: Bueno, y ¿en qué lugar vivías allá en México?.

Juan: Se llama Querétaro.

Luz: ¿Querétaro?

Juan: Sí, Estado de Querétaro. Querétaro o Queretaro,

Luz: Emm... ¿Me podrás contar el clima que hay allá en Querétaro?.

Juan: Ah sí, el clima es súper templado, osea, la verdad es que, em... 10 grados es mucho frío y 30 grados es mucho calor. Osea siempre estamos ahí, este, sufrí mucho con el clima acá.

Luz: Ah ¡Me imagino! ¿acá sí hace mucho frío, no?

Juan: Horrible, porque además de todo llegué en invierno y no, me costó mucho adaptarme.

Luz: Bueno, ¿a qué te dedicas actualmente?.

Juan: Soy profesor de boxeo.

Luz: ¿Te gusta Argentina- Plottier?

Juan: Sí, sí. Me gusta mucho, este... me gusta mucho sobre todo la tranquilidad. La verdad es que sí, sí no... por ejemplo, este sí, es algo que yo valoro mucho. Obviamente cada quién tiene distintas, ah gusto e intereses, pero a mí que me gusta la tranquilidad aquí está muy chido.

Luz: Ah ¡qué bueno! Bueno... Empecemos con el plato: ¿Cuándo fue la primera vez que probaste la tinga?.

Juan: La verdad es que no recuerdo exactamente, pero sé que fue desde muy pequeño. De chiquito siempre me acuerdo que era como mi plato favorito.

La Tinga.

Luz: Bueno, se dice que tiene origen Poblano y que existen diferentes variedades.

¿Es cierto ésto? ¿Cuáles versiones conoces y cuales te gustan más?

Juan: Bien, este... lo del origen Poblano, creo que sí, la verdad es que no estoy muy seguro. Emm, versiones: está la tinga de pollo, la tinga de res, osea depende con qué la hagas, este también el tipo de salsa que le pongas, puede ser tinga con salsa roja o tinga con salsa verde. ¿Cuál era la otra pregunta?

Luz: Emm. y ¿Cuál te gusta más?

Juan:Cuál me gusta más. Aah, la tinga de... creo que sería la de, ay no sé, la de pollo o de res pero con salsa roja. Cualquier de esos dos.

Luz: ¿y cuáles son sus ingredientes?

Juan: Bien, eh... hasta donde yo sé, bueno como yo lo he preparado y yo lo he visto, porque también hay algunos que le ponen muchas cosas este obviamente. Sería pollo o res dependiendo, cebolla, chile chipotle, este... bueno, aparte la salsa que es con jitomate, cebolla, ajo y creo que nada más, si me estoy olvidando algo, la verdad que no recuerdo.

Luz: Bueno, eh ¿sabes qué utensilios se utilizan para su preparación?

Juan: Sí, em, sería pues los sartenes en fríes, donde haces freír la carne con la salsa y bueno, la licuadora para hacer la salsa.

Luz: y, ¿Siempre se preparó de la misma manera?

Juan: Y la verdad que no lo sé. Como es un platillo como muy, hasta cierto punto muy común, la verdad es que cada quién tiene su método de preparación.

Luz: Claro, ¿ se come en algún momento especial del día, mes o año?

Juan: Mmm, bueno a mí me lo daban siempre como desayuno. Estamos acostumbrados allí en México a desayunar muy abundantemente, no como aquí que es así tecito y nada más; allá se acostumbra una comida fuerte de desayuno, entonces me lo daban en desayuno, pero sí en cualquier época del año.

Luz: Bueno, ¿Se sirve de alguna manera en especial?

Juan: Eeh no, en un plato pero con tortillas.

Luz: Con tortillas, y ¿y esas tortillas de qué son?.

Juan: Bien, de maíz, las tortillas de maíz.

Luz: ¿Se acompaña con alguna guarnición, bebida o postre?

Juan: Bebiba no...pero osea este no obligatoriamente, las tortillas y por ahí le puedes poner un poquito de arroz salado pero si nada más las tortillas.

Luz: ¿Está relacionada con alguna clase social allá en México?

Juan: Eeh no, creo que no, la verdad es que no, osea como te diré, es un platillo muy versátil entonces, este hasta donde yo sé porque no, no conozco los hábitos de las clases sociales más altas ¿no?, pero en general, cualquiera lo puede comer.

Luz: Y ¿Conoces alguna historia o canción relacionada con el plato?

Juan: No, la verdad que no.

Luz: Bien, estando acá en Argentina ¿la volviste a cocinar o probar?.

Juan: Eh a probar sí, a cocinar no. Este, me ayudó una amiga que es mexicana que vive acá también y ella lo preparó.

Luz: ¿Ella tuvo que reemplazar algún ingrediente?

La Tinga.

Juan: Sí. El chile chipotle que es difícil de conseguir acá, este, lo reemplazó con una salsa que se llama Dos Anclas y este, creo que ese es el ingrediente que ella reemplazo.

Luz: Ah bien y, ¿cambió mucho el sabor?.

Juan: Sí, un poco sí. Pero la verdad que estando acá, cualquier cosa que te lo recuerde es ganancia. Eh también las tortillas, cambiamos de tortillas de maíz por tortillas de harina, que son las rapiditas.

Luz: Ah bien bueno, ¿la acompañaron con alguna guarnición?.

Juan: Eh no, nonono.

Luz: ¿y bebida?

Juan: Bebiba no tampoco, ella hizo agua de sabor o jugo de naranja.

Luz: Bien, ¿es lo mismo económicamente prepararla acá en Argentina que allá en México?.

Juan: Mmm, creo que sí, este, sí. Por ahí si le quieres poner, por ejemplo, el chile chipotle, hay unos que venden por mercado libre que son de la costeña que bueno, salen caros a comparación de México y también las tortillas, este de maíz, también son muy caras en comparación a México; allá un kilo, te la venden por kilo y cuesta como, equivalente a \$100 y acá este, me costó, ponelo cuando he querido comprar, la docena me costó como \$500. Esas dos cosas podrían ser más caras.

Luz: Y bueno... ¿qué es lo que más te gusta de éste plato? ¿qué significa para usted?.

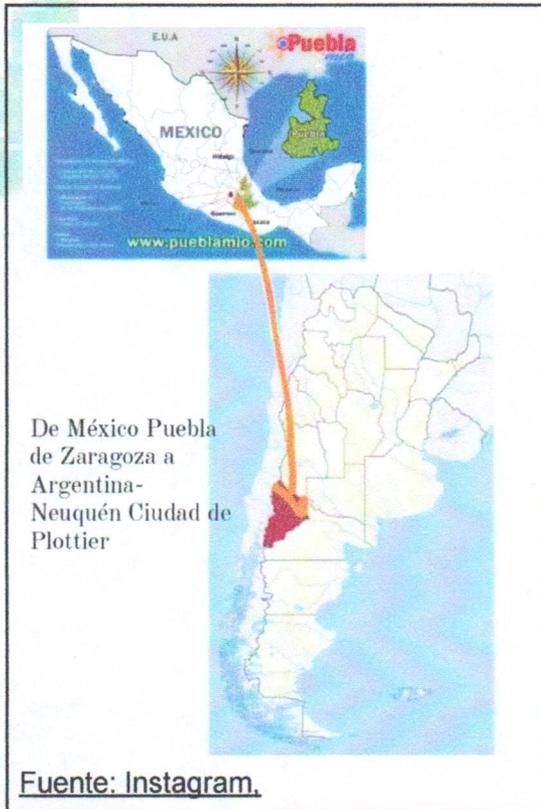
Juan: Pues la verdad es que me gusta que es fácil de preparar, me gusta, este, que sabe muy rico, que puedes comer, que es saludable sobre todo por sus ingredientes. Y me gusta que, me recuerda justo te digo cuando era chico y todo ésto, me acuerdo mucho de los desayunos con tinga, era así como, no sé, yo en ese tiempo lo veía como un platillo especial, este, porque normalmente el desayuno era base de otro tipos, eh, otro tipo de por ejemplo, huevo con jamón y salchicha o todo eso, y cuando había tinga era como todo muy rico y muy emocionante.

Luz: Que rico, y ¿quién lo preparaba cuando vos eras chiquito?.

Juan: Mi abuela, mi abuela era la que preparaba la tinga. ¡Ah! como guarnición, perdón, también le puede poner frijoles, porotos.

La Tinga.

Recorrido de la Receta:



Reemplazos de La Tinga cocinada en Argentina.

Chile chipotle en México.

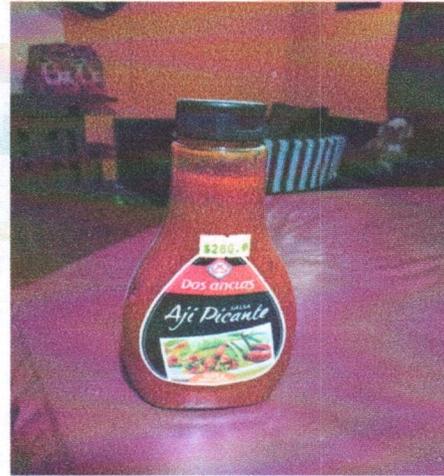
Reemplazo en Argentina.

La Tinga.



Chile chipotle ahumado.

Fuente: donapelos.de



Salsa Dos Anclas "Aji Picante"

Fuente: Juan Hernández vía Wpp.

Tortilla de Maíz en México.



Fuente: Directoalpaladar.com

Rapiditas en Argentina.



Fuente: ulabox.com

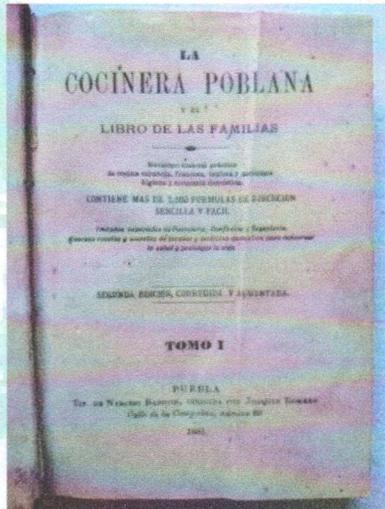
Video de "Angelita", canal de Youtube "Del Rancho a tu Cocina"

📺 Taquitos Dorados de Tinga De Mi Rancho A Tu Cocina

Primera documentación de la Tinga y sus variedades.

Libro "La cocinera poblana y el libro de las familias" 1881.

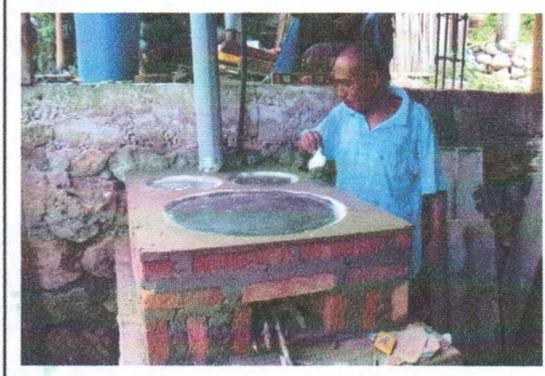
La Tinga.



Fuente: wikipedia.com

Utensilios mexicanos prehispánicos utilizados hasta hoy día.

Cocina eco estufa.



La Tinga.

Fuente: Pinterest.com.mx

Metate.



Se muelen los granos de maíz hasta transformarlos en harina.
Fuente: Wikipedia.com

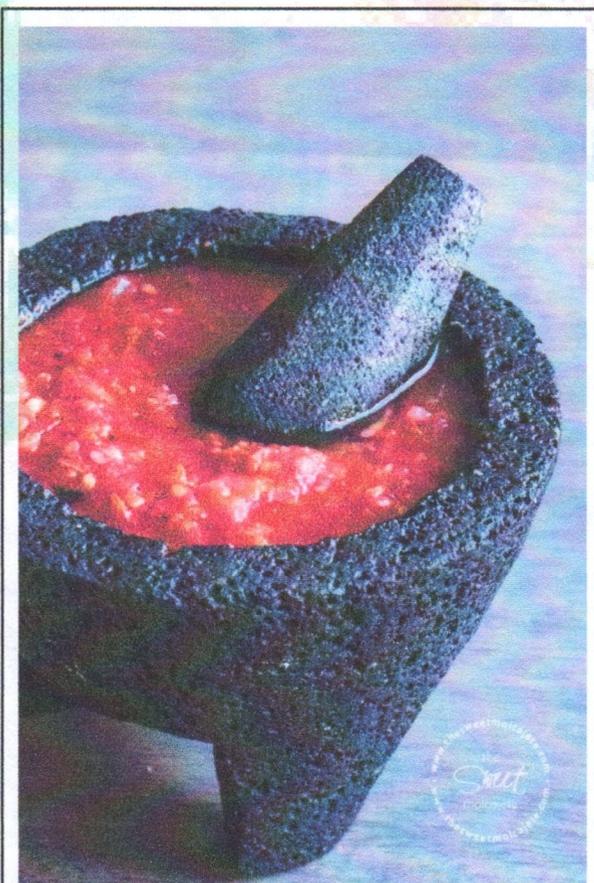


Material de piedra volcánica.
Fuente: Wikipedia.com

Realizado de una sola piedra volcánica.

Molcajete y tejolote.

La Tinga.



Material de piedra volcánica.
Fuente: Wikipedia.com

La Tinga.

Bibliografía

Ballart Hernández, Josep (1996) "El Patrimonio histórico y arqueológico: valor y uso", capítulo 3. Ed. Ariel. Barcelona, España.

Díaz Cabeza, María del Carmen (2010) "Criterios y conceptos sobre el patrimonio cultural en el siglo XXI. Universidad Blas Pascal. Argentina.

Álvarez, Marcelo (2002) "Primeras jornadas de patrimonio gastronómico" Capítulo 1 "La cocina como patrimonio (in) tangible". Comisión para la preservación del patrimonio histórico cultural de la Ciudad de Buenos Aires.

Esquivel, Laura (2004) Entorno al Fuego Editorial México DF

Lauresse H. (2017). *Tinga*. Lauresse Cocina.

<https://laroussecocina.mx/palabra/tinga/#:~:text=En%20La%20cocinera%20poblana%2C%20de,con%20queso%20fresco%20y%20aguacate.>

Tinga (28 de enero de 2022). En Wikipedia, La Enciclopedia Libre
<https://es.wikipedia.org/wiki/Tinga>

Gastronomía en México (2 de junio de 2022). En Wikipedia, La Enciclopedia Libre
https://es.wikipedia.org/wiki/Gastronom%C3%ADa_de_M%C3%A9xico