11108

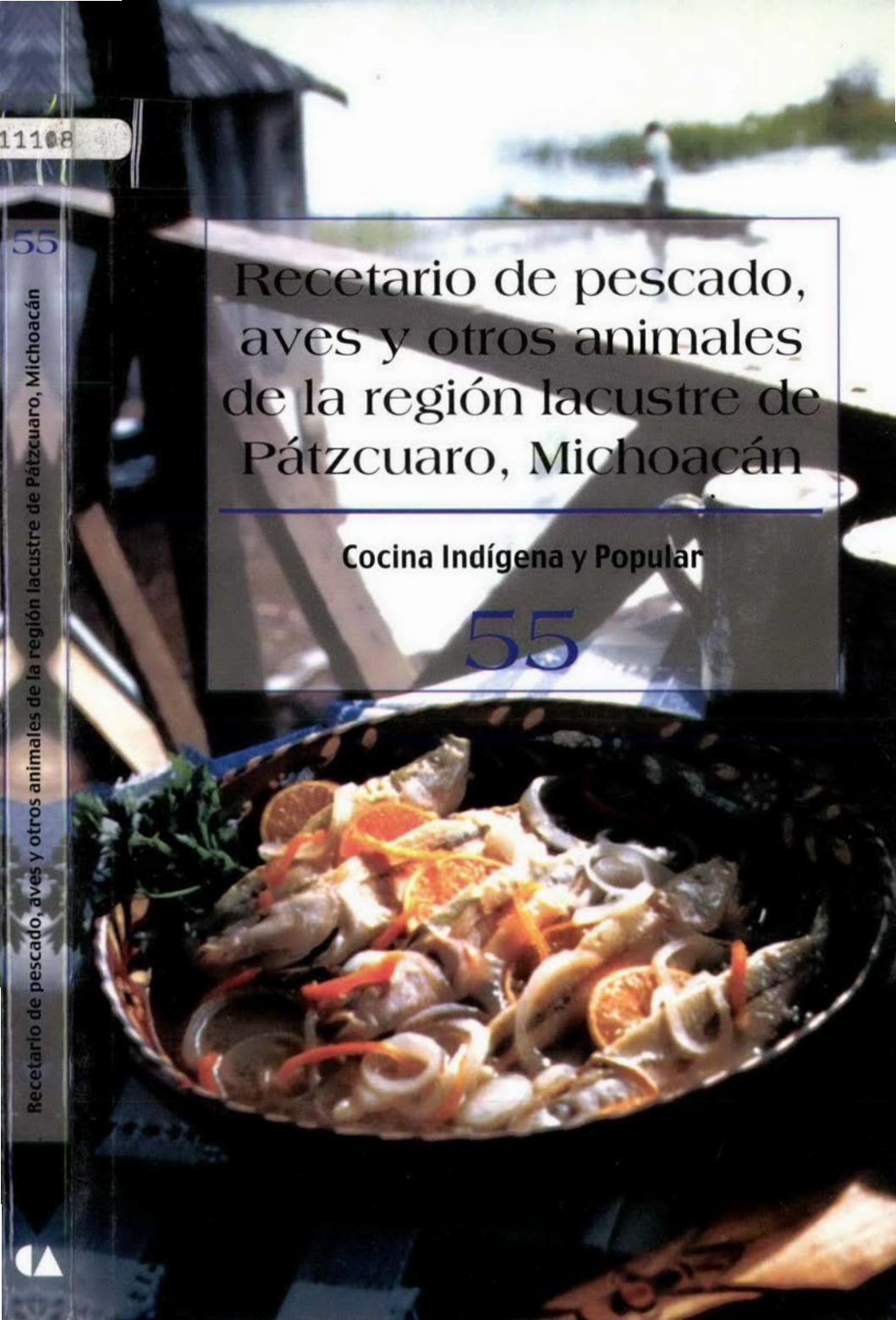
55

Recetario de pescado, aves y otros animales de la región lacustre de Pátzcuaro, Michoacán

Recetario de pescado, aves y otros animales de la región lacustre de Pátzcuaro, Michoacán

Cocina Indígena y Popular

55



Títulos publicados:

01.- Recetario nahua del norte de Veracruz
02.- Recetario mixteco poblano
03.- Recetario maya de Quintana Roo
04.- Recetario nahua de Morelos
05.- Recetario guanajuatense del xoconostle
06.- Recetario indígena de la Sierra Norte de Puebla
07.- Comida de los tarahumaras
08.- Recetario del semidesierto de Querétaro
09.- Recetario indígena de Sonora
10.- Recetario del maíz
11.- Recetario indígena del Sur de Veracruz
12.- Recetario veracruzano de cuaresma y navidad
13.- Recetario afromestizo de Veracruz
14.- Recetario popular de Campeche
15.- Repertorio de tamales
16.- Recetario de la costa de Oaxaca
17.- Recetario del estado de Yucatán
18.- Recetario tuxteco
19.- Recetario nahua de Milpa Alta, D.F.
20.- Recetario chinanteco de Oaxaca
21.- La dulcería en Puebla
22.- Las flores en la cocina mexicana
23.- Bebidas y dulces tradicionales de Tabasco
24.- Recetario popular de Chilpancingo y Tixtla
25.-Recetario colimense de la iguana
26.-Recetario pame de San Luis Potosí y Querétaro
27.- Recetario menonita de Chihuahua

2 Feb/06

Recetario de pescado, aves y otros animales de la región lacustre de Pátzcuaro, Michoacán

55

Cocina Indígena y Popular

Recetario de pescado, aves y otros animales de la región lacustre de Pátzcuaro, Michoacán

María Rosalina Méndez y
J. Santos Martínez Márquez

CONACULTA
CULTURAS POPULARES E INDÍGENAS

Clasif. _____
Adq. _____
Fecha _____
Proced. _____

Primera edición en Cocina Indígena y Popular: 2005

Producción: CONSEJO NACIONAL PARA LA CULTURA
Y LAS ARTES
Dirección General de Culturas Populares e Indígenas

D.R. © 2005.
Dirección General de Culturas Populares e Indígenas
Av. Revolución 1877, 6° piso
San Ángel, CP 01000
México D.F.

Diseño de portada: Elsa Mendoza García

ISBN: 970-35-0824-3

Impreso y hecho en México

BIBLIOTECA
CENTRO DE INFORMACION
Y DOCUMENTACION
Dirección General de Culturas Populares

Índice

Agradecimientos 13

Presentación 14

Introducción 15

Antecedentes 17

La caza y la pesca en la región lacustre de Pátzcuaro 21

El deterioro ecológico y las comunidades lacustres 25

La tradición oral y otros usos de la fauna acuática 26

Conocimiento etnozoológico p'urhépecha 27

Platillos especiales de la región lacustre 29

Kuruchecha/Pescados 31

Akumarheri churhipu 32
Caldo de acumara 33

Akumara ataparhakukata 34
Acumara capeada en caldillo 35

Ch'eua uekamantskata 36
Cheuas ahogadas 37

BIBLIOTECA
CENTRO DE INFORMACION
Y DOCUMENTACION
Dirección General de Culturas Populares

Churhipu akumarha k'auasï charhapitiri 38
Akumara en caldo rojo 39

Churhipu mamaru jarhati kuruchiri 40
Sopa de pescado 41

Ejpu kuruchiri churhipu 42
Caldo de cabeza de pescado 43

Iarhata jatsiakukata 44
Tacos de iarhata (hueva de pescado) 45

Iarhata saŋekata 46
Iarhata resecada 47

Karperi churhipu 48
Caldo de carpa Israel 49

Koparha k'auasï xuŋapiti jiumakateri 50
Mojarra en salsa verde 51

Koparha jatsiakukata 52
Mojarra rellena 53

Churhipu urhapiti 54
Pescado en caldo blanco 55

Kurucha ejpu k'arhingukata 56
Cabeza de pescado en su jugo 57

Kurucha k'auasï atarhikata 58
Pescado en adobo 59

Kurucha urhapiti t'ipiparha Tsirondarhu anapu 60
Pescado blanco capeado estilo Tziróndaro 61

Kurucha urhapiti t'ipiparha Urichu anapu 62
Pescado blanco capeado estilo Uricho 63

Moli trucheri 64
Trucha en mole 65

Tilapieri churhipu 68
Caldo de mojarra tilapia 69

Tirueri churhipu 70
Caldo de tiru 71

Trucheri churhipu 72
Caldo de trucha 73

Trucha jurhixakata churhipu jukantsti 74
Trucha dorada en caldillo 75

Trucha uirikata 76
Trucha asada al comal 77

Kuerepu/Charales 79

Atapakua ch'arhari o kuerepu k'arhiriri 80
Atapakua de charales secos 81

Ch'arhari o kuerepu k'arhiri atapakua (materu) 82
Atapakua de charales secos (otra) 83

Kuerepu jurhixakata 84
Charales o boquerones dorados 85

Kuerepu t'ipikata 86
Charales capeados 87

Kuerepu uanixakata 88
Charales tostados al comal 89

Pamakata o papakata 90
Tamales de charal o kuerepu 91

BIBLIOTECA
CENTRO DE INFORMACION
Y DOCUMENTACION
Dirección General de Culturas Populares

Pamakata o papakata (materu) 92
Tamales de charal (otra) 93

Teiapiti sapirhati kuerepu jingoni 94
Gorditas con charales 95

Torta ch'arhari atapakua 96
Atapakua de torreznos de charales 97

Uichu p'amearha 98
Charales en caldo rojo 99

Xembechakua k'arhiŋekata 100
Xembechakua (agallas de pescado) con verduras 101

Tsipiticha imaŋa itsï ka echerirhu jamajka/ Anfibios 103

Achojkiri churhipu 104
Caldo de achoque 105

Achojki uirixakata 106
Achoque asado al comal 107

Achojkiri churhipu (materu) 108
Caldo de achoque (otro) 109

Achojki churhipu charhapiti 110
Achoque en caldo rojo 111

Torta achojkiri 112
Torreznos de achoque 113

Karaticha/Aves 115

Kuirisïri churhipu 116
Caldo de pato 117

Kuirisï k'auasï xuŋapiti jingoni 118
Pato en salsa verde 119

Kuirisï molini jasï untskata 120
Guisado de pato tipo mole 121

Kuirisï patsakata 122
Guiso de pato 123

Tsipiti korotsiticha/Reptiles 125

Kutueri churhipu 126
Caldo de tortuga 127

Kutueri kuaxanda jurhixakata 128
Guisado de huevo de tortuga 129

Kutu uirijpakata 130
Tortuga a las brasas 131

K'auasï jiumakata ka undurhikatecha 134
Salsas picadas y de molcajete 135

T'irekueri anapu uandakuecha 137
Glosario gastronómico

Apéndice (otras recetas a base de pescado) 149

Bibliografía 156

Agradecimientos

Sirvan estas líneas para agradecer profundamente a todas las personas e instituciones que apoyaron el presente trabajo, especialmente al antropólogo Juan Carlos Catalán Blanco, jefe de la Unidad Regional Michoacán de Culturas Populares y del Programa de Apoyo a las Culturas Municipales y Comunitarias (PACMyC); al C. Vidal Santos Vargas, jefe de tenencia de la comunidad indígena de San Andrés Tziróndaro, por haber avalado el proyecto; a las autoridades civiles y escolares de la comunidad de Puácuaro, lugar en donde se realizó la muestra culinaria; a todas las personas, especialmente amas de casa, quienes nos acogieron en su hogar como es costumbre en nuestra cultura y al calor de las paranguas nos compartieron sus secretos culinarios. Recibimos incondicional respaldo en la realización de esta obra del doctor Ireneo Rojas Hernández, coordinador general del Centro de Investigación de la Cultura P'urhépecha de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. Agradecemos a nuestros compañeros profesores Lucas Gómez Bravo, Alejandro Cruz Alcantar y al licenciado Felipe Chávez Cervantes, quienes revisaron el manuscrito en la parte p'urhépecha. La revisión de la parte en español la debemos al doctor Gerardo Sánchez Díaz, director del Instituto de Investigaciones Históricas de nuestra máxima casa de estudios.

Por la captura y correción de algunos detalles estamos en deuda con María Guadalupe Estrada García. Nuestro reconocimiento por su comprensión y apoyo al maestro César Jaime Rodríguez, en aquel entonces jefe de la Unidad Regional Michoacán de Culturas Populares de la ciudad de Morelia.

Presentación

Es cierto que la situación socioeconómica del país condena a más de 20 millones de mexicanos a vivir en la pobreza extrema; sin acercarse realmente a quienes padecen esa realidad, es difícil comprender la lucha que emprenden todos los días por salir adelante, por esa razón los prejuicios de quienes no padecen hambre condenan, sin conocerla y menos aún disfrutarla, a la comida tradicional. Esos son juicios equivocados de quienes no se han visto en la necesidad de inventar o crear comidas no sólo para mitigar el hambre sino para nutrirse y nutrirse bien, no a secas. Efectivamente, la mayor parte de las recetas heredadas de generación en generación, no sólo dan respuesta a la necesidad de comer, sino que además le incorporan sabor, los elementos suficientes para una buena nutrición, y sobre todo amor, amor a lo que aprendieron de las madres y abuelas del pasado, amor a ellas mismas cuando se descubren capaces de inventar, con lo poco que se tiene, una nueva receta y por supuesto, amor a los familiares para quienes se ha preparado el alimento.

El recetario de comida tradicional que hoy tienes en tus manos, es valioso por todo ello, aprovechémoslo porque ha sido recopilado y escrito de manera generosa para ser compartido contigo. No despreciemos estos aportes que desde la intimidad de una cocina nos hacen identificarnos con lo nuestro, contribuyendo de esta manera sencilla y sabrosa a crear conciencia de que en realidad las raíces de la desnutrición se encuentran en la desigualdad social, así como en el afán globalizador de una economía injusta y deshumanizada que, más que preocuparse por el desarrollo del hombre, se interesa en promover y difundir el consumo de comida chatarra en la búsqueda obsesiva e inmoral por obtener ganancias.

Sociólogo Vidal García Alarcón.

Introducción

El Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, a través de la Dirección General de Culturas Populares, en su Programa de Apoyo a las Culturas Municipales y Comunitarias (PACMyC) aprobó en el año de 1997 el proyecto para la elaboración de un recetario gastronómico bilingüe p'urhépecha-español, de las comidas tradicionales a base de pescado, aves y demás animales propios de la región del Lago de Pátzcuaro. Dicho proyecto fue presentado por María Rosalina Méndez Agustín y J. Santos Martínez Márquez, de las comunidades de San Andrés Tziróndaro y Sicuicho, respectivamente, y fue avalado por las autoridades civiles de San Andrés Tziróndaro.

Las comunidades consideradas en el presente trabajo son: Santa Fe de la Laguna, San Jerónimo P'urhenchecuaro y San Andrés Tziróndaro, del municipio de Quiroga; Puácuaro y Uricho, del municipio de Erongarícuaro; e Ichupio, del municipio de Tzintzuntzan (mapa 1). Los objetivos propuestos en este trabajo son:

1. Registrar el conocimiento gastronómico que subsiste en las comunidades de la cuenca del Lago de Pátzcuaro, es decir, cuantificar los platillos, maneras de prepararlos, recursos utilizados en la comida tradicional de la región.
2. Registrar en forma escrita parte del patrimonio cultural p'urhépecha mediante un recetario bilingüe p'urhépecha español, con el propósito de aumentar el acervo escrito en nuestro idioma.
3. Propiciar la convivencia entre las comunidades involucradas y circunvecinas, mediante la realización de muestras de comida.
4. Entregar a nuestras comunidades el conocimiento registrado en el recetario para su revaloración.
5. Difundir interna y externamente esta propuesta culinaria p'urhépecha.

La principal actividad realizada para cumplir con los objetivos arriba señalados fue la entrevista a las amas de casa de las comunidades arriba citadas, con el fin de recabar la información de las recetas; para ello se les solicitó el nombre de la receta, sus ingredientes, cantidades y forma de preparación, época de consumo; alimentos que complementan el platillo, nombre y ocupación de la informante, lugar y fecha. En forma adicional, se realizó una somera investigación documental sobre el tema.

El presente trabajo consta de cinco partes: un antecedente sucinto que incluye diversos subtemas relacionados, el recetario bilingüe, un listado de salsas que se acostumbran en las comunidades en cuestión, un glosario gastronómico y un apéndice integrado por recetas de pescado de la señora Livier Ruíz de Suárez, además de un recetario escrito en un libro oficial sellado por la Administración de Correos en 1865, integrado por apuntes de varias amas de casa michoacanas anónimas, ambos recetarios están contenidos en la reciente obra *Michoacán a la mesa*, de Luis González. También se incluyen tres recetas del *Recetario de atapakuas p'urhépecha* de los mismos autores de esta obra.

Mapa 1 Ubicación de las comunidades del Proyecto PACMYC



Antecedentes

El estado de Michoacán es muy rico y diversificado desde el punto de vista hidrológico, ya que además de contar con una extensión relativamente grande de litoral (200 kilómetros), presenta también numerosos cuerpos de agua continentales que van desde pequeños arroyos y ríos que bañan todo el territorio michoacano, hasta los grandes depósitos lacustres, tanto naturales como artificiales; en el primer caso tenemos los lagos de Pátzcuaro, Cuitzeo y Chapala. Tal situación ha permitido el desarrollo de una rica y variada ictiofauna y de otras especies acuáticas relacionadas con dicho ambiente.

La importancia de la pesca ha sido de tal magnitud para los habitantes del estado de Michoacán, que todavía hoy es una actividad productiva de importancia en algunas de las comunidades isleñas y ribereñas del lago de Pátzcuaro.

En otras ocasiones, se ha mencionado que la fuente histórica principal del pueblo p'urhépecha es la conocida como *La Relación de Michoacán*, la cual en lo referente a la alimentación, nos deja entrever cómo eran los hábitos alimenticios de nuestros antepasados. Al igual que otros pueblos de Mesoamérica, los p'urhépecha basaban su dieta en el maíz, frijol, chile y calabaza, complementada con los productos obtenidos de la agricultura, caza, pesca y recolección.

Un aspecto importante que conviene destacar es el nombre de nuestro estado de Michoacán, que quiere decir en lengua náhuatl lugar de pescado o de pescadores, existe un glifo antiguo que alude a lo antes señalado (fig. pág. 18).

La Relación de Pátzcuaro, nos dice: "Hay mucha abundancia de pescado en una muy grande y hermosa laguna que está a un cuarto de legua de ella, y de aquí tomó su nombre toda la provincia". La citada *Relación de Michoacán* habla de la abundancia de fauna acuática de otras latitudes del estado como son: Yuriria, Cuitzeo y Tacázcuaro, donde se obtenía gran cantidad de pescado blanco, charales y sardinas.



La Relacion de Cuitzeo refiere que en este pueblo se realizaba un gran mercado, donde se expendía el pescado seco, allí llegaban a proveerse los comerciantes desde muchas leguas a la redonda.

Los pueblos de la Tierra Caliente, asentados en las cercanías de los afluentes del Río Balsas, contaron con abundante pesca de bagres, mojarras, langostas y hueva de pescado (iarhata). La misma fuente señala que cuando los p'urhépecha prehispánicos abandonaron sus hábitos seminómadas, criaban guajolotes, guacamayas y perrillos de engorda, que sacrificaban durante las fiestas y luego los consumían. Al gobernante Tariacuri le servían el maíz cocido en atoles, tortillas y tamales; formas de cocinar que aprendieron de los ribereños. Además, incorporaron el pescado en su dieta y *La relación* nos narra cómo Uapean pregunta a un pescador acerca de las clases de pescado que trae en su canoa, a lo que contesta el pescador: "Eso que tomaste se llama hacumaran y esta manera de pescado hurapeti y ese cuerepuni y ese thironi y ese charoe. Tantas maneras de pescado hay aquí, todo esto ando buscando por la laguna, de noche pesco con red y de día con anzuelo" (fig,pág. 20).

Después de encender una fogata, el pescador ofreció pescado asado a los chichimecas y éstos a su vez le ofrecieron carne asada de conejo, ya que traían consigo conejos, cuiniques, codornices, palomas y aves diversas.

En el diccionario de Gilberti: *Diccionario de la Lengua de Mechuacán* (1985), encontramos algunos nombres de platillos y alimentos acostumbrados por los p'urhépecha, tales como: xarimata (poleadas agrias); uchepu (pan de mazorca tierna); urhite (empanada de tamal); curinda (tamal agrio); cuiripeta hauacucata (tamal de carne); curucha hauacucata (tamal de pescado); acahpata (bollos de maíz cocidos en las brasas) y cuiripeta mascuni (maíz cocido con carne).

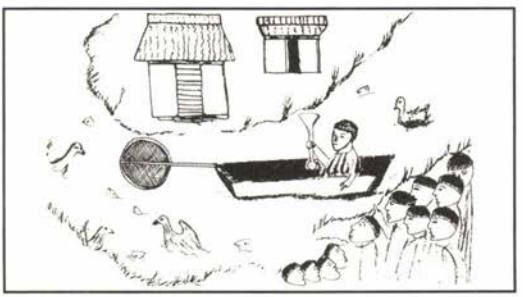
La Relación de Cuitzeo nos dice "...hay tanta suma de patos reales y cercetas y garzas y alcatraces, que no tienen número y los naturales entran en la noche en sus barquillas con calderillas, a coger las dichas aves, y ellas vienen a la claridad y los naturales las matan con arco y flecha es de tal manera y tantas las que matan, traen a los mercados tanta cantidad que es cosa de espanto. Especialmente lo que más cazan son patos." Otro tanto consigna la *Relación de Chilchota*: "Hay en esta tierra codornices, muchos patos, ánsares, grullas; estas ánsares y grullas las hay desde el mes de octubre hasta el mes de marzo, porque pasado el mes de marzo se van a criar a otras partes, y no se tiene noticia a dónde van, por sus vuelos, parece que van y vienen hacia el norte".

Para la época colonial, se da un mestizaje en la alimentación. Los europeos adoptan rápidamente algunos alimentos indígenas, en contraparte, los indígenas asimilaron los productos extranjeros con lentitud. Los cambios más importantes en la dieta del indígena fueron el consumo de carne de cerdo, gallina y cabra; también aprovecharon las verduras y hortalizas del viejo mundo. Por su parte, los europeos adoptaron en su alimentación la vainilla, los chiles, el maíz y el jitomate. Para la preparación de los alimentos existían numerosos utensilios de origen prehispánico que se combinaron con los traídos por los españoles, principalmente de metal y vidrio, los cuales aumentaron las posibilidades de cocinar los alimentos al permitir freír y hornear pues anteriormente sólo se podían asar o cocer.

Rendón (1942), realizó estudios en comunidades de la Sierra y la Cañada de los Once Pueblos, en dicho trabajo relaciona la alimentación con las principales festividades tanto de tipo religioso como civil. La variación de ésta se da de acuerdo a las actividades del ciclo agrícola. También proporciona un calendario de consumo de alimentos tradicionales de acuerdo a la disponibilidad de algunos productos de origen vegetal y animal a lo largo del año.

Mapes (1985), en su trabajo: *El maíz entre los p'urhépecha de la Cuenca de Pátzcuaro*, nos comenta que el calendario ritual de fiestas religiosas populares de México rural revela sus orígenes indígenas y cristianos, donde las fiestas católicas vienen a sustituir a las ofrecidas a los dioses. En la cuenca de Pátzcuaro, las fiestas se inician el 2 de febrero con la dedicada a la Virgen de la Candelaria, la cual coincide con el período en que se realiza la operación de la "cruza" en las tierras de humedad.

Por su parte, Beals (1946), nos muestra un cuadro de alimentos más consumidos a lo largo del año en la comunidad de Cherán, tanto alimentos preparados como frutas y quelites; nos habla de cómo es gustado el pescado asado a pesar de su precio más alto comparado con la carne, del cual se surtían de la laguna de Chapala en la época de lluvias y de Pátzcuaro en las secas. A este respecto hemos notado que la gente de la Sierra deja de consumir pescado fresco en la época de lluvias porque según ellos, éste toma un sabor a humedad.



Según *La Relación de Michoacán*, la población y el terrritorio, en la época prehispánica, estuvieron gobernados por el Irechi (Cazonci) y un conjunto de funcionarios públicos que integraron el estado. Dentro de lo económico, el gobernante nombraba a los ocambecha, quienes recogían los tributos y reunían a la gente para la realización de las obras públicas. En los temas que nos ocupan, la caza y la pesca estaban reguladas por gente especializada en estos ramos: "...había otro diputado sobre toda la caza de patos y codornices, llamado curu-hapindi, éste recogía todas las aves para los sacrificios de la diosa Xaratanga, que se sacrificaban en sus fiestas, y después toda esta caza comía el cazoci con los señores...había otro llamado uaruri, disputado sobre todos los pescadores de red que tenían cargo de traer pescado al cazonci y a todos los señores, que los que tomaban el pescado no gozaban dello, más todo lo traían al cazonci y a los señores, porque su comida de desta gente, todo es de pescado, que las gallinas que tenían no las comían, más teníanlas para la pluma de los atavíos de sus dioses. Este dicho uaruri todavía tiene esta costumbre de recoger el pescado de los pescadores (se refiere a la época colonial), aunque no en tanta cantidad como en su tiempo...había otro llamado tarama, diputado sobre todos los que pescaban de anzuelo."

Los oficios arriba señalados y todos los que menciona la obra en cuestión, se tenían por sucesión y herencia, cuando alguno de ellos moría, quedaba en su lugar algún hijo suyo o hermano, puestos por mano del irechi (fig. pág. 22).

En la región del lago, pueden distinguirse dos tipos de caza: la terrestre y la acuática. La primera es una práctica ya sin importancia, aunque no puede dejarse de mencionar la caza comunal que a manera de reminiscencia todavía se realiza en ocasión de la fiesta pagano-religiosa de corpus, en la cual grupos de vecinos de algunas comunidades parten por tres



o cuatro días a los bosques más próximos en busca de piezas para ofrendar (Toledo *et al.*, 1980).

La caza acuática se refiere a la caza de patos, la cual se realiza entre los meses de octubre y abril, período en el que las aves migratorias arriban al lago. Esta actividad se inicia propiamente en vísperas de las fiestas: el sábado de gloria; el 2 de octubre en honor de San Francisco y a fines del mismo mes para ofrendar en la fiesta de los muertos. Esta actividad se efectúa entre la gente de varias comunidades isleñas y ribereñas y se supone que se viene realizando desde la época prehispánica. Por la importancia que reviste este evento creemos pertinente transcribir de Rendón (1998), la cacería del pato (kuirisí atakua):

"Con la debida anticipación, los responsables de la organización de la cacería iban por las comunidades invitando a todos los cazadores para que prepararan sus tsïpajki (fizgas), que es un arpón de tres puntas de origen prehispánico, el cual es arrojado por medio de la k'uanikutarakua (tirador), que servía para dar mayor alcance al brazo, también se llevaban diversas armas de fuego en sustitución del tsïpajki. Una vez puestos de acuerdo, se reunían en un lugar determinado, por comunidades iban saliendo a la hora indicada para iniciar el avance sobre la infinidad de patos que pululaban en el lago. Durante gran parte del día se mantenía la cacería en la que poco a poco iban cercando el lago y obteniendo infinidad de piezas para las ofrendas del Día de Muertos, cobraban piezas quienes participaban en ella, pero también quienes estaban

en el borde del lago en espera de aquellas palmípedas que se escapaban del cerco y exhaustas venían a caer en las playas del lago, donde las recogían quienes no tenían canoa."

Entre las especies más comúnmente cazadas se encuentran el pato golondrino (*Anas acuta*), el pato cuaresmeño (*Spatula clypeata*), el pato triguero (*Anas diazi*) y la gallareta (*Fullica americana*).

La pesca constituye una actividad productiva de enorme importancia para las comunidades indígenas de la cuenca del lago de Pátzcuaro; es una actividad casi exclusiva de las islas: Tecuena, Yunuén y la Pacanda; la más importante en otras cinco: Espíritu, Tarerio, Ichupio y las Urandenes, y de carácter fundamental en otras ocho. Se estima que 18 comunidades acuden al lago en busca de 15 especies de peces, 11 nativas y 4 introducidas; un anfibio (achoque), algunas tortugas y ranas.

Lista de peces del lago de Pátzcuaro

Nombre p'urhépecha	Nombre común español	Nombre científico
1.Akumarha	Sardina	*Algancea lacustris*
2.Ch'eua	Cheua	*Alloophorus robustua*
3.Charamu	Charamu	*Allotoca dugesi*
4.Karpa	Carpa Israel	*Cyprinus carpio* *
5.Ch'arhari turhipiti	Charal prieto	*Chirostoma attenuatum*
6.Ch'arhari o kuerepu **	Charal pinto	*Chirostoma pátzcuaro*
7.Ch'arhari urhapiti	Charal blanco	*Chirostoma grandocule*
8.Kurucha urhapiti	Pescado blanco	*Chirostoma estor*
9.Tirhu pitsipiti		*Goodea luitpoldi*
10.Choromu	Trucha o lobina negra	*Micropterus salmoides*
11.Trucha	Trucha	*Neoophorus diazi**
12.Mojarra	Mojarra	*Sarotherodon niloticus*
13.Tirhu	Tiro	*Skiffia lermae*
14.Tilapia	Mojarra	*Tilapia melanopleura**
15.Karpa	Carpa herbívora	*Ctenopharyngodon idellus**

* Especies introducidas

** Los términos kuerepu y ch'arhari se utilizan para denominar al comúnmente conocido como charal. Kuerepu en la laguna y ch'arhari en la sierra y las otras regiones.

En la actualidad, el problema que se presenta es la disminución de la pesca, debido a la introducción de especies extrañas al ambiente del lago a partir de la década de los cuarenta, esto queda de manifiesto en el desplazamiento de las artes de pesca indígenas de carácter familiar y selectivo por las utilizadas para una pesca comercial e indiferenciada. Hoy en día, por lo menos cinco artes de las nueve reportadas por Toledo (*op. cit.*), ya no son utilizadas, por lo que se habla de un descenso en la productividad pesquera, aunque esta actividad está todavía dirigida al consumo familiar, comunal y regional. Esto significa que dicha actividad es el resultado de un conjunto de estrategias a través de las cuales cada pescador realiza su trabajo de acuerdo a su conocimiento sobre las especies, la hora del día o el período del año, la fase lunar, el área del lago y el tipo de arte utilizado.

Hablando de las artes de pesca que se emplean en la actualidad, las redes las elaboran los mismos pescadores y sus familias, las más utilizadas son de tres clases: la llamada cuchara o mariposa parakata, que es una red pequeña fija en un bastidor de madera y que es manejada por un solo hombre por medio de una vara larga; la cheremekua es rectangular y de tamaño medio, con pesas, flotadores y soportes laterales, la cual se coloca por las noches; los peces quedan atrapados en la malla y son recogidos en la madrugada del día siguiente, también quedan atrapados algunos achoques y tortugas. Por último tenemos al chinchorro que es una gran red de arrastre con brazos y bolsa, manejada por varios hombres.

Otras artes de pesca son la fisga o atarakua, que es un arpón de cuatro agujas con mango de carrizo y el anzuelo o kurucha jupirakua que consta de un mango de carrizo y un flotador.

El deterioro ecológico y las comunidades lacustres

Una de las situaciones que actualmente preocupan a toda la humanidad, y en especial a los pueblos indígenas, es el deterioro ambiental. Por tradición el p'urhépecha se concibe como parte de la naturaleza a la que llama respetuosamente: *nana kuerajpiri* o *madre naturaleza*. Por consiguiente, le rinde tributo a su trabajo, a los recursos naturales, a los fenómenos meteorológicos, a los astros y en forma especial a la tierra, por ser en ésta donde se expresan sus actividades tanto en forma individual como social.

Muchas son las fuentes que nos hablan de la abundancia de recursos naturales existentes en el área p'urhépecha, especialmente de la cuenca de lago de Pátzcuaro, dan cuenta de los exuberantes bosques, los cuales se mantuvieron más o menos sin alteración durante la época colonial y la primera mitad del siglo XIX, pero a finales del mismo, el equilibrio ecológico empezó a perderse por la explotación irracional y desmedida de los bosques, esta situación se recrudece durante el período de Porfirio Díaz, en el cual se dan amplias facilidades y garantías a los inversionistas extranjeros, ante tal situación, los suelos de la región empezaron a erosionarse, ocasionando que el lago sea menos profundo por el azolve ya que según estudios recientes, la región presenta más de un 75% de desforestación.

El panorama de deterioro del lago de Pátzcuaro lo expresan los compositores de pirekuas (canciones en lengua p'urhépecha), por ejemplo en la pirekua Juchari japonda (Nuestro lago) incluye expresiones como:

Exe je pauani pauani japonda k'amaraxati
Vean día tras día el lago se está extinguiendo
Exe je juchari japonda sïndumexati
Vean nuestro lago se está contaminando

Juatarhu isï jurhasti echeri inde engi t'umantani jaka
Del cerro viene la tierra que lo está azolvando
(Dimas, 1995).

La contaminación, la alteración del medio ambiente, el proceso de envejecimiento del lago y la introducción de otras especies de peces, han provocado que la fauna acuática y terrestre de la región estén en peligro de extinción, y que otras más estén amenazadas, como ocurre con el pescado blanco, el charal, el tirú, el achoque y varias especies de aves migratorias. En este rubro, menciona la multicitada *Relación* a un pez denominado *caroeni* del que en la actualidad no tenemos noticia de su existencia. Otro caso lo constituye la tripilla, especie sumamente abundante hasta hace unas décadas, cuyo habitat eran los lugares profundos con aguas frías y cristalinas, hoy es muy escaso, además desconocemos si se trata de una especie diferente o de una fase juvenil de una especie conocida.

De acuerdo con el análisis de algunas pirekuas realizado por (Dimas, *op. cit.*), el p'urhépecha tiene plena conciencia de salvaguardar y preservar los recursos naturales, ya que al agotarse éstos, también sucumbe el hombre. Se dejan entrever la angustia por la sobrevivencia de las comunidades; el sentimiento, la nostalgia por lo bello y hermoso que fueron en un tiempo el lago y la sierra, pero también de denuncia contra la negligencia y corrupción de las autoridades, sobre la basura y desechos que se vierten sobre las aguas.del lago.

La tradición oral y otros usos de la fauna acuática

Antonina González en su trabajo *La brujería en Tarerio*, menciona que para causar daño por brujería a una persona se utiliza cualquier especie de pescado, el cual se hiere en la parte que se quiere dañar, por ejemplo: se corta la cabeza si se desea que la persona enferme de sus facultades mentales o

C. I. D.

de su cabeza. En otro párrafo, señala que en Tarerio se utiliza el agua del lago dándola a beber con algún preparado o polvo a la persona que se quiere enamorar o perjudicar. Para el mismo fin, nos dice que se prepara un muñeco con cera de Campeche, al que se le ponen escamas de pescado y se le clavan espinas del mismo.

En el aspecto benéfico, escribe que el achoque tomado en caldo produce leche en abundancia en las madres que estan amamantando. Este mismo caldo se recomienda para curar la tos.

En otro apartado dice que la sangre de tortuga se emplea para curar la anemia de los niños: "Se baña al niño con sangre, dejando que se penetre unos minutos en todo el cuerpo desnudo, después se enjuaga con agua limpia. Se recomienda mucho reposo."

En San Andrés Tziróndaro se tiene la creencia de que si se queman algunos esqueletos de pescado y se sahuma la fisga con el humo que éstos desprenden, habría suerte en la pesca.

Conocimiento etnozoológico p'urhépecha

En la región del Lago de Pátzcuaro existe un número elevado de nombres p'urhépecha, tanto de plantas como de diferentes grupos de animales que coexisten en la cuenca: mamíferos, aves, reptiles, anfibios, peces, insectos, etcétera. Cabe destacar el notable conocimiento que existe sobre la fauna acuática y sobre algunos aspectos de la biología de las especies, como son las formas y tiempos de apareamiento, tiempos y sitios de ovopositación, conducta individual y colectiva, habitat y relaciones alimenticias de la mayoría de los peces; lugar de anidación, procreación de polluelos y alimentación de la mayor parte de las aves, principalmente patos, que se conocen en el lago (Toledo, *op. cit.*).

Otra de las observaciones que toman en cuenta los pescadores para su actividad, es la relación entre los ciclos lunares, los hábitos de nado y su distribución en el lago. También se toma muy en cuenta la dirección de los vientos en determinada época, de tal manera que es posible calcular en qué lugar, a qué profundidad y en qué dirección deben de ser colocadas las redes fijas o cheremekuas para tener más probabilidades de éxito.

Otro aspecto del conocimiento se refiere a la morfología de los animales que viven en el lago, es decir, se conocen las partes internas y externas que componen un organismo en la lengua p'urhépecha, en el glosario anexo a este trabajo podemos constatar lo antes señalado.

En la parte norte del lago, se piensa que la akumarha o sardina sólo aparece medio año en sus aguas, debido a que por un lugar no muy lejano de Chupicuaro remonta la montaña por medio de un río subterráneo hasta llegar a un cerro cerca de Santa Fe de la Laguna, lugar donde se reproduce y baja nuevamente el 20 de enero, cuando se celebra la fiesta de San Sebastián, permanece hasta el mes de junio y retorna al lugar de reproducción.

Platillos especiales de la región lacustre

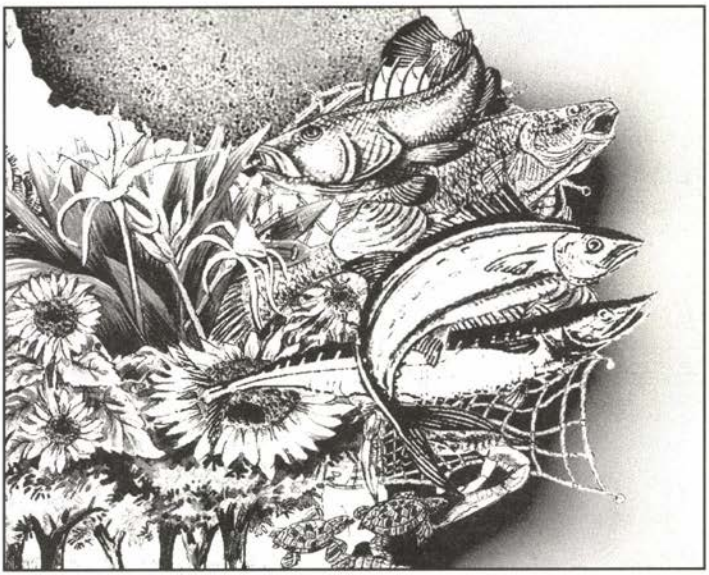
En esta sección consignamos a un grupo de platillos que se prepara de manera especial en las comunidades ribereñas. Su elaboración conlleva una gran carga cultural, pues en sus ingredientes, su manipulación y preparación hasta llegar a la mesa del invitado, se manifiesta el muy particular sello p'urhépecha. Estos platillos se preparan para celebrar un acontecimiento importante como puede ser: una fiesta religiosa o civil, un nacimiento o un deceso. Algunos de estos platillos ya están integrados en los menús de algunos buenos restaurantes del estado, pero consideramos que existen muchos otros dignos de formar parte de ellos y que de esta manera puedan ser degustados y apreciados por propios y extraños.

1. Ch'eua uekamantskata/Cheuas ahogadas.
2. Akumarheri churhipu/Caldo de akumara.
   En Puácuaro y en otras comunidades, estas comidas se ofrecen a los familiares y amigos de un difunto después del sepelio.
3. Pamakata o papakata/Tamales de charal.
   Variedad de tamales muy estimada entre las comunidades isleñas y ribereñas.
4. Karperi churhipu/Caldo de carpa.
5. Trucha jurhixakata/Trucha dorada en caldillo.
   Esta comida es propia para agasajar a los invitados a una fiesta. También se consume en la época de la Cuaresma y Semana Santa.
6. Akumarha ataparhakukata iurhixuo akua/
   Acumara capeada en caldillo.
   En el antiguo Hospital de Santa Fe de la Laguna esta comida se ofrece todos los viernes en la época de la Cuaresma y Semana Santa, convive toda la comunidad.

7. Kurucha urhapitiri churhipu/Caldo de pescado blanco.
   Esta comida es por excelencia la carta de presentación de la región lacustre de Pátzcuaro, dicho pescado es preparado de diversas maneras.
8. Kurucha k'auasï atajchakuranskata/Pescado en adobo.
   En San Andrés Tziróndaro, esta comida se ofrece a los padrinos de boda por parte de los ahijados todos los viernes de Cuaresma, sobre todo cuando éstos aún no han fungido como cargueros como pueden ser prioste o uanancha. Después que se ha ejercido algún cargo, se deja de llevar esta comida, la cual se denomina en la lengua p'urhépecha *k'arhinda pakua* que significa llevar comida en época de hambruna o escasez de alimentos.
9. Uichu p'amearha/Caldillo de charales.
10. Xembechakua o perechakua k'arhiŋekata/
    Agallas de charal al vapor.
    Hasta hace una década era un platillo especial en la comunidad de San Jerónimo P'urhenchekuaro, se preparaba en ocasión de grandes celebraciones como la fiesta patronal y las bodas, cuando se utilizaban grandes cantidades de pescado y charales, de estos últimos se utilizaban las branquias y las aletas pectorales que en conjunto es lo que se conoce como *xembechakua* o *perechakua* en p'urhépecha.
11. Kuirisï patsakata/Guiso de pato.
    En muchas comunidades esta comida es imprescindible en las ofrendas que se colocan sobre las tumbas el Día de Muertos.

Nota: Coexisten en el lago animales como la tortuga, el achoque, patos, una especie de camarón pequeño (*xapitu*), ranas y el pescado blanco, seriamente amenazados de extinción por la contaminación y el azolve. Existen personas que no recuerdan con exactitud recetas antiguas para cocinar estos animales.

Kuruchecha
Pescados



AKUMARHERI CHURHIPU
(iumu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
ma kilu ka terujkani	akumara
ma kuartu	k'auasï uajiiu korhati
ma sïni arhujtakata	ajusï
ma irhakua	ts'urupsï
ma kuartu kilu	tsïreri kurhinda
tanimu irhakua	pare xarhipiti
tanimu xarhindikua	kulantru
terujkani litru	aseiti akua
ma litru ka terujkani	itsï
eska xani p'iarataraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Orheta ambarhiŋasïndi kuruchicha ka iustantani, tatsikuaksï jurhixaŋasïndi mandani arhini.

Tamu, k'eri ma kasuila jimbo jurhixaŋasïndi tsïreri kurhinda eska na jauaka ia jatsikuŋantasïndi k'auasï uajiiu, ts'urhupsï ka ajusï urhúkata; istu kumaŋasïndi, pare undurhikata ka uekamani akumarhichani. Erokurhiŋasïndi eska puruantaaka jimboka iarhata no andarhesïnga niníni jurhixakuarhu.

Itsï jatsikuŋantasïndi eŋa ambe kueratataaka, no uetarhisïndi jukari k'uetsaparani ka nijtu jukari itsïjkueni, eska na kurhajkurhini jarhajka kumaŋasïndi sanderu itsï o sanderu sïndurakua. P'intani jámani ia jatsikuŋasïndi itukua ka kulantru juparhikata ia.

EIAŋPETI: Katalina Asensiu, Puakuarhu anapu.

Caldo de acumara
(5 porciones)

Cantidad	Ingredientes
1 1/2 k	de acumara
1/4 kg	de chile guajillo ancho
1 diente	de ajo
1	cebolla
1/4 kg	de harina
3	joconoles
3 ramillas	de cilantro
1/2 litro	de aceite
1 1/2 litros	de agua
al gusto	sal

Procedimiento

Se limpian los pescados y se dejan escurrir, enseguida se fríen en aceite pieza por pieza hasta terminar. Por separado, en una cazuela grande, se fríe el harina a la que se le agrega una salsa a base de chile guajillo, cebolla y ajo molidos en metate, se ponen también los joconoles rebanados y al final las acumaras, se deja hervir hasta que se cueza perfectamente la hueva dentro del pescado. Al terminar de cocerse el pescado, el caldillo no debe quedar ni muy espeso ni muy aguado. Según sea el caso, se añade más agua o harina. Finalmente se pone la sal y el cilantro.

Informante: Catalina Ascencio, de la comunidad de Puácuaro.

AKUMARA ATAPARHAKUKATA
(tembeni atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
tembeni kuimu	akumarhicha sesku jarhati
ma kilu	kuerepu
ma kuartu kilu	k'auasï pasiia
ma kuartu kilu	k'auasï uajiiu p'ameri
terujkani kilu	tsikateri kuaxanda
t'amu irhakua	jitomati
t'amu sïni arhujtakukata	ajusï
tsimani irhakua	ts'urupsÏ
iumu ekuatsï gramu	tsïreri kurhinda o ichusïkuta urakua
tanimu axandikua sapirhati	kulantru
ma kuartu litru	aseiti akua
tsimani litru	itsï
eska xani uetarhiaka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Eŋa k'amataŋajka ia ambarhiŋani kuruchecha ka iustantani, jurhixaŋasïndi. k'amatatini ia t'ipiparhakuŋasïndiksï (akumarechku) tsikateri kuaxanda k'uruatakata itukua jukari ia ka menderu jurhixantani mandani arhini. Tamu, jatsini k'eri kasuila itsï jingoni parhanguarhu ka eska na ima puruaaka kumaŋantasïndi k'auasï pasiia ka uajiiu ts'irita p'itakukata ka urhúkata ajusï jiŋoni; eŋa niníka sani ia iemaŋasïndi jitomati urhúkata ka erokurhini eska ueentaka puruani ka jiajkani jatsimani ia sanitku sïndurakua jimboka no uetarhisïnga eska xani sïnduŋarhiaka ka nijtu xani itsïjkueŋarhini, manataparini churhipu sangani arhiati puruantani; eŋa puruani jauaka ia ichamapaŋasïndi akumarhicha ka iokuamani kuerepuechani, chuxapasïndi ts'urupsï undurhikata ka jurhixakata ia; eŋa p'intaŋani jamka ia kasuila jatsikuŋasïndi kulantru ka ts'emuni itukua ambeni, eska xani uekakurhiŋaka ia.

EIAŋPETI: Sabina Garai Garai, Ueamu anapu.

AKUMARA CAPEADA EN CALDILLO
(10 porciones)

CANTIDAD		INGREDIENTES
16		acumaras medianas
1	kg	de charales
1/4	kg	de chile pasilla
1/4	kg	de chile guajillo
1/2	kg	de huevo
4		jitomates
4	dientes	de ajo
2		cebollas
100 g		de harina o masa de maíz
3	ramitas	de cilantro
1/4	de litro	de aceite comestible
2	litros	de agua
al gusto		sal

PROCEDIMIENTO

Después de lavar y escurrir los pescados se fríen en el aceite; las acumaras se capean en huevo batido al que se le ha puesto un poco de sal y se vuelven a dorar (sólo las acumaras).

En una cazuela grande se pone a hervir el agua. Aparte, se muelen los chiles desvenados junto con los ajos, se cuela esta salsa y se vacía en la cazuela con el agua hirviendo, dejar un poco más y agregar los jitomates molidos, se hierve otro poco y enseguida se añade el harina o la masa desleída en un poco de agua, el caldillo debe quedar ligeramente espeso. Se mueve constantemente con una cuchara de madera, al estar en hervor se vacían los charales y las acumaras, se agregan las cebollas rebanadas y guisadas. Finalmente, se ponen el cilantro y la sal al gusto.

INFORMANTE: Sabina Garay Garay, de la comunidad de Santa Fe de la Laguna.

Ch' eua uekamantskata
(kuimu atarakua)

Na xaŋachani	Asïpitarakuecha
tanimu kuartu kilu	ch'eua
tsimani ichakua	purhu sapirati
tsimani ichakua	sanaoria
tsimani irhakua	papasï sesku jaŋarhi
tsimani irhakua	jitomati sesku jaŋarhi
ma irhakua	ts'urupsï
tanimu irhakua	limonisï
terujkani tikichi sapichu	aseiti akua
ma axandikua sapirhati	kulantru
ma sïni arhujtakata	ajusï
tanimu ichukua	xakua aselga
ma irhakua	k'auasï chipo xunapiti
tanimu litru	itsï
eska xani p'iaraka	itukua

Na eŋa uŋantajka

Ambarhikata ka irhiŋarhi jimbo karhirantskata ia kuruchicha, limonisï iurhurhitaŋasïndi ka iustantapani, sanderu tatsikua jurhixaŋasïndiksï.

Tamu, iamendu asïpitarakuecha sapirati undurhiŋasïndi k'auasku nombe nijtu kulantru, sanisku jurhixani jimaŋa kuruchicha jurhixaŋapka, jatsikuŋantasïndi itsï ka puruatantani, eŋa niniaka ia asïpitarakuecha uarhimaŋantasïndi kuruchicha, k'auasï uarhimani, kulantru ka itukua.

Puruantaati iumu motsikua ka jarhani ia.

Eiaŋpeti: Angelina de la Lusi Bargasi, Urichu anapu.

Cheuas ahogadas
(6 porciones)

Cantidad		Ingredientes
3/4	kg	de cheuas
2		calabacitas
2		zanahorias
2		papas medianas
2		jitomates medianos
1		cebolla
2		limones
1/2	tacita	de aceite comestible
1	ramita	de cilantro
1	diente	de ajo
3	hojas	de acelga
1		chile perón verde
3	litros	de agua
al gusto		sal

Procedimiento

Una vez limpios los pescados y secados con una servilleta, se impregnan con jugo de limón, dejándolos reposar un poco para después freírlos en aceite.

Por separado, se rebanan o pican todos los ingredientes, excepto el chile y el cilantro, se sofríen en el mismo recipiente donde se doraron los pescados, se agrega el agua dejando hervir hasta que se cuezan bien las verduras y después "ahogar" los pescados en el caldo y añadir también el chile perón entero, el cilantro y la sal. Dejar hervir otros cinco minutos y listo.

Informante: Angelina de la Luz Vargas, de la comunidad de Uricho.

CHURHIPU AKUMARHA K'AUASÏ CHARHAPITIRI
(iumu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
iumu ichakua	akumarha k'eraticha
iumu ichakua	k'auasï uajiiu
tsimani ichakua	k'auasï pasiia
ma ichakua	xanini charhapiti
ma kuartu litru	aseiti akua
tsimani axandikua	kuatsitasï k'uiripitarhu anapu
terujkani irhakua	ts'urupsï sesku jaŋarhi
ma sïni arhujtakata	ajusï
tanimu litru	itsï
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Akumarhicha ambarhiŋasïndi, k'arhirhiantani ka jurhixaŋani mandani arhini ka jatsirapani ma nani ka isïksï iurhuparhantaati.

Tamu, urhúŋasïndi k'auasï t'okemakata, ts'urupsï ka ajusï, tsarhaŋasïndi ka jurhixaŋasïndi eska na jeiaraka ia jatsimaŋasïndi sïndurakua tsiri uanikata jimbo ukata, mentku jarháni manatani jimaŋa jamberi sesi sïnduŋarhiaka.

Chungumaŋasïndi jatsimantani ia akumarhichani, kuatsitasï ka itukua ka jarháni ia.

EIAŋPETI: Aurora Bautista Kampusï, Puakuarhu anapu.

Akumara en caldo rojo
(5 porciones)

Cantidad	Ingredientes
5	acumaras grandes
5	chiles guajillos
2	chiles pasilla
1	mazorca de maíz rojo
1/4 de litro	de aceite comestible
2 ramitas	de hierbabuena
1/2	cebolla mediana
1 diente	de ajo
3 litros	de agua
al gusto	sal

Procedimiento

Las acumaras se limpian y se fríen en aceite una por una, se ponen en un platón grande y se dejan escurrir.

Aparte se muelen los chiles remojados, la cebolla y el ajo, se cuela y se guisa esta salsa, estando bien sazonada se agrega el espesante hecho con el maíz tostado, molido en metate y desleído en agua, se mueve constantemente para mezclar perfectamente los ingredientes.

Finalmente se incorporan las acumaras fritas, la hierbabuena y la sal al gusto.

Informante: Aurora Bautista Campos, de la comunidad de Puácuaro.

CHURHIPU MAMARU JARHATI KURUCHIRI
(kuimu atarhakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
ma kuartu kilu	trucha
ma kuartu kilu	kuerepu
ma kuartu kilu	tilapia
ma kuartu kilu	akumarha
ma kuartu kilu	ch'eua
tanimu irhakua	jitomati
ma irhakua	ts'urupsï
tembeni irhakua	purhuiri tsïpata
ma sïni arhujtakata	ajusï
tsimani irhakua	pare xarhipiti
t'amu axandikua sapirhati	kulantru
tsimani irhakua	k'auasï chipo
tsimani litru ka terujkani	itsï
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Jatsiŋasïndi parhanguarhu ma kasuila itsï jiŋoni ka uekamani pare xarhipiti, jitomati, ts'urupsï ka ajusï undurhikata; eska na sesi niniaka i ierhitakua, jatsimaŋasïndi kurucha t'uini sesi ambarhikata ia, kulantru, tsïpata, k'auasï chipo irhamani ka itukua puruantaati tembeni motsikua ka p'intani ia.

Eiaŋpekua: jatsiratspeni jámani ia orheta p'imantani k'auasï, t'apuru undurhini. Ka jatsimakurhiŋasïndi ia eska xani uekaaka.

EIAŋPETI: Andrea de la Salud Agustinu kuanasï, Tsiróndarhu anapu.

Sopa de pescado
(6 porciones)

Cantidad		Ingredientes
1/4	kg	de trucha
1/4	kg	de charales frescos
1/4	kg	de mojarra
1/4	kg	de acumara
1/4	kg	de cheuas
3		jitomates
1		cebolla
10		flores de calabaza
1		diente de ajo
2		joconoles
4	ramitas	de cilantro
2		chiles perones
2 1/2	litros	de agua
	al gusto	sal

Procedimiento

Se pone sobre el fogón una cazuela con el agua junto con los joconoles, los jitomates, la cebolla y el ajo picados; ya cocidas las verduras, se vacían los pescados escamados y lavados, después de un rato, se añaden el cilantro, las flores, los chiles perones enteros y la sal. Se deja hervir otros diez minutos y se retira.

Nota: antes de servirse se sacan los chiles y se parten en cuatro partes para ponerse al gusto.

Informante: Andrea de la Salud Agustín Cuanás, de la comunidad de San Andrés Tziróndaro.

EJPU KURUCHIRI CHURHIPU
(t'amu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
ma kilueri	kurucheri ejpu
iumu tanimu irhakua isï	purhuiri tsïpata
ma irhakua	purhu sapi
terujkani irhakua	apopu patsïparha
ma irhakua	ts'urupsï
tsimani irhakua	jitomati
ma sïni arhujtakata	ajusï
tsïmani xarhiandikua sapirhati	kulantru
tsimani litru	itsï
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Ejpu kuruchiri t'apuru ujtaŋasïndi ka jupakuŋani. Kasuila jimbo puruataŋasíndi itsï ka uekamaŋasïndi ts'urupsï ka jitomati undurhikata ka puruataŋani iumu motsikua, tatsikua ia jatsimaŋasïndi kurhucha, iamendu asïpitarakuecha undurhikatajtu. Puruatani tembeni motsikua isï, jatsikuŋasïndi itukua ka kulantru eŋa p'intaŋani jamaka ia ka xanku. AŋasÏndi kupanda jiŋoni.

EIAŋPETI: Aurora Asensiu Estrada, Puakuarhu anapu.

Caldo de cabeza de pescado
(4 porciones)

Cantidad	Ingredientes
1 kg	de cabeza de carpa Israel
8 o más	flores de calabaza
1	calabacita
1/2	chayote sin espinas
1	cebolla
2	jitomates
1 diente	de ajo
2 ramitas	de cilantro
2 litros	de agua
al gusto	sal

Procedimiento

La cabeza de pescado se divide en cuatro partes y se lava. Se pone a hervir el agua durante cinco minutos en una cazuela agregando la cebolla y el jitomate rebanados; más tarde, se agregan los demás ingredientes también rebanados y la cabeza de pescado, se deja hervir diez minutos más, se pone la sal y el cilantro poco antes de retirarlo del fuego. Se sirve acompañado con aguacate.

Informante: Aurora Ascencio Estrada, de la comunidad de Puácuaro.

IARHATA JATSIAKUKATA
(kuimu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
ma kilu	iarhata kurucha israeliri
ma irhakua	ts'urupsï sesku jaŋari
tanimu irhakua	jitomati
ma sïni arhujtakata	ajusï
ma xarhindikua sapirati	kulantru
ma irhakua	k'auasï chipo
tanimu litru	itsï
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Itsï puruataŋasïndi kasuila jimbo ka uekamaŋasïndi iamendu asïpitarakuecha tseputsi undurhikata, iarhatajtu kundamaŋasïndi ka itukua, puruantasïndi churhipuemba ka jurajkutani eska k'arhinguntaaka.

Jatsiakukurhiŋasíndi ichuskuta jimbani jiŋoni sani k'auasï tsepundurhikata ka lima xarhipiti.

EIAŋPETI: Aurora Asensiu Estrada, Puakuarhu anapu.

Tacos de iarhata
(6 porciones)

Cantidad	Ingredientes
1 kg	de hueva de carpa Israel
1	cebolla mediana
2	jitomates
1 diente	de ajo
1 ramita	de cilantro
1	chile perón
3 litros	de agua
al gusto	sal

Procedimiento

Se hierve el agua en una cazuela junto con los ingredientes previamente picados, la hueva y la sal, se deja en la lumbre hasta que el agua se consuma completamente, se sirve en taquitos con tortillas recién hechas, salsa picada y unas gotas de lima agria o limón.

Informante: Aurora Ascencio Estrada, de la comunidad de Puácuaro.

IARHATA SAŋEKATA
(kuimu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
terujkani kilu	iarhata
ma irhakua	ejpu kurucha "israeli"
t'amu irhakua	jitomati
ma irhakua	ts'urupsï
ma sïni arhujtakata	ajusï
ma irhakua	k'auasï chipo
tsimani irhakua	parea
tsimani irhakua	toma
ma ichakua	purhu sapi
tsimani irhakua	papasï
ma kunujkurhakua	pipinasï
tsimani ichakua	sanaoria
ma axandikua	kulantru
tanimu litru	itsï
eska xani uetarhiaka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Jatsiŋasïndi parhanguarhu ma kasuila tsimani litru itsï jiŋoni. Tamu, sapirhatitku undurhiŋasïndi jitomati, ts'urupsï, k'auasï, parea, toma ka ajusï; ejpu kuruchirini t'apurhu undurhini; eŋa puruaka ia itsï, iamendu ambe jatsimaŋasïndi ejpu ka iarhatajtu sesi juparhikata ka itukua ambe.

Puruataŋasïndi jimaŋa jamberi akunguaka ka jatsikuntani mendaru ma litru itsï. Tamu, undurhiŋasïndi papasï, sanaoria, purhu ka pipinasï p'itakukata, i ambe uekamaŋasïndi eŋa sanitutarku kueratani jarhajka ia ninini iarhata, tatsikua jatsimani kulantru sesi tsaŋekata ia, p'intani ka jatsiratspeni.

EIAŋPETI: Mersedesi Peresi Mateo, P'urhenchekuarhu anapu.

Iarhata resecada
(6 porciones)

Cantidad		Ingredientes
1/2	kg	de hueva de pescado
1		cabeza de carpa "Israel"
4		jitomates
1		cebolla
1	diente	de ajo
1		chile chipotle
2		joconoles
2		tomates
1		calabacita
2		papas
1	puño	de chícharos
2		zanahorias
1	ramita	de cilantro
3	litros	de agua
al gusto		sal

Procedimiento

Se pone al fuego una cazuela con dos litros de agua. Aparte, se pican los jitomates, la cebolla, el chile, los joconoles, los tomates y el ajo; la cabeza de pescado se corta en cuatro partes; cuando está hirviendo el agua se le pone la verdura picada, la hueva, la cabeza bien lavada y la sal. Se deja hervir hasta que se consuma el agua y se le agrega un litro de agua más. Mientras tanto, se rebanan las papas, las zanahorias, las calabacitas y se vacían junto con los chícharos al caldo, que está a punto de consumirse nuevamente, se pone el cilantro, se retira del fuego y se sirve.

Informante: Mercedes Pérez Mateo, de la comunidad de San Jerónimo Purenchecuaro.

KARPERI CHURHIPU
(tembini támu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
t'amu	kurucha "israeliri
terujkani kilu	jitomati
tsimani irhakua	ts'urupsï
iumu irhakua	toma
terujkani irhakua	repoiu sesku jaŋarhi
ma kuartu kilu	sanaoria
ma irhakua	apopu
tsimani irhakua	k'auasï chipo xuŋapiti
iumu ichakua	k'auasï ts'irapsï
t'amu ichakua xarhiandikua	kulantru
tsimani irhakua	limonisï
t'amu litru	itsï
eska xani p'iarataraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Puruataŋasïndi itsï ma kasuila jimbo, ixu jamaŋasïndi asïpitarakuecha tseputsï undurhikata ka itukua, k'auasïnku pakata ka kulantruni. Eŋa i jamakurhiaka ia, uekamaŋasïndi kurucha ambarhikata ka undurhikata, iurhujchakuraŋasïndi tsimani irhakua limonisï jimboka isï no urhumisïnga o kakamini ambe jimbokachka kurucha xani puŋamiska, k'auasïjtu irhamaŋasïndi, kulantru jatsimaŋasïndi eŋa sanderku kueratajka ia ninini, uetarhisïndi ts'emuni eŋa ambe no p'iaraka itukua, ka jarháni ia.

EIAŋPETI: Selerina Ernandesi, Puakuarhu anapu.

Caldo de carpa Israel
(14 porciones)

Cantidad	Ingredientes
4 kg	de carpa Israel
1/2 kg	de jitomate
2	cebollas
5	tomates
1/2 pieza	de repollo mediano
1/4 kg	de zanahoria
1	chayote
2	chiles perones verdes
5	chiles serranos
4 ramas	de cilantro
3	limones
4 litros	de agua
al gusto	sal

Procedimiento

En un recipiente se hierve el agua con todas las verduras rebanadas, también la sal, excepto el cilantro y los chiles, una vez cocida la verdura se añade el pescado limpio y cortado en trozos y el jugo de dos limones, esto se hace con la finalidad de que no se desintegre la carne, la cual es muy suave; también se ponen los chiles enteros, el cilantro y la sal que faltase.

Informante: Celerina Hernández, de la comunidad de Puácuaro.

KOPARHA K'AUASÏ XUŋAPITI JIUMAKATERI
(iumu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
iumu ichakua	kurucha mojarreri
tsimani irhakua	jitomati k'eŋarhi
kuimu irhakua	toma
terujkani irhakua	ts'urupsï
tanimu irhakua	k'auasï chipo o ts'irapsï
ma sïni arhujtakukata	ajusï
ma axandikua sapi	kulantru
ma tikichi terukurhiri	aseiti akua
sanitku	xakua repoiu
ma irhakua	purhu sapi
terujkani irhakua	apopu patsïparha
ma ka terujkani litru	itsï
eska xani p'iarakai	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Eŋa ambarhiŋajka ia kuruchicha iustaŋasïndi ka jurhixaŋani, p'imaŋantasïndi kuruchicha ka jimajtu jurhixaŋasïndi k'auasï jiumakata: k'auasï, ts'urupsï, jitomati ka toma jimbo ukata iamendu tsipitku; jatsikuŋantasïndi itsï, repoiiu, purhu sapi, apopu ka ts'urupsï pakajkuta undurhikata, ajusï ka kulantru. Puruatani jimaŋa jamberi niniaka. KumaŋantasÏndi kuruchicha ka puruatani iumu motsikua ka jarháni ia.

EIAŋPETI: Isaura Sebastianu Sanchesi, Urichu anapu.

Mojarra en salsa verde
(5 porciones)

Cantidad		Ingredientes
5		mojarras grandes y frescas
3		jitomates grandes
4		tomates
1/2	kg	de cebolla mediana
3		chiles perones o serranos (desvenados)
1	diente	de ajo
1	ramita	de cilantro
1/2	tacita	de aceite comestible
1	rebanada	de repollo
1		calabacita tierna
1/2	kg	de chayote
1 1/2	litros	de agua
al gusto		sal

Procedimiento

Una vez que se han escamado y lavado los pescados se escurren y se fríen. En el mismo recipiente se fríe la salsa de molcajete hecha con chile, poquita cebolla, jitomate o tomate, después se agregan el agua, el repollo, la calabacita, el chayote y la cebolla restante rebanados; el ajo y el cilantro. Se deja hervir hasta que se cueza la verdura, se ponen los pescados, se deja hervir otros cinco minutos y listo.

Informante: Isaura Sebastián Sánchez, de la comunidad de Uricho.

KOPARHA JATSIAKUKATA
(iumu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
tembeni ichakua	koparhicha
iumu irhakua	jitomati sesku jaŋarhi
tsimani irhakua	ts'urupsï
t'amu axandikua sapirhati	kulantru
tanimu axandikua sapirhati anapu	kuatsitasï k'uiripitarhu
t'amu sïni arhujtakata	ajusï
ekuatsï ichukua puiri	xarakata xaniniri o tiria-
iumu irhakua	limonisï
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Koparicha ambarhiŋasïndi, arhakuŋasïndi ka jatsiakuŋasïndi jitomati, ts'urupsï, kulantru, ajusï, kuatsitasï tsepundurhikata ka itukua; sanderu tatsikua kurucha jatsiakuŋasïndi xarakata ts'inguindurhikatarhu t'uini t'okemakata ka juparhikata ia ka irhaxani eroksïrhu uirixaparini, eŋa sesi niniaka ia p'iraakuŋasïndi ka aŋasïndi k'auasï jiumakata jingoni ka xarakata atarakua marhuasïndi.

Eiaŋpekua: Sanderu asïpesïndi eŋa xarakata tiriapueri uraŋajka

EIAŋPETI: Karmeli Mendesi Agustinu, Tsirondarhu anapu.

Mojarra rellena
(5 porciones)

Cantidad		Ingredientes
10		mojarras frescas
5		jitomates medianos
2		cebollas
4	ramitas	de cilantro
3	ramitas	de hierbabuena
4	dientes	de ajo
20	hojas	de mazorca o elote
5		limones
al gusto		sal

Procedimiento

Las mojarras ya limpias y abiertas por la mitad se rellenan con jitomate, cebolla, cilantro, hierbabuena y ajo bien picados y la sal al gusto; posteriormente, cada mojarra se envuelve en las hojas de mazorca previamente remojadas y lavadas y se atan bien, se asan sobre el comal caliente dando vueltas para un asado uniforme; después se abre y se les pone encima salsa de molcajete al gusto, se come directamente de las hojas en que se asaron.

Nota: Se obtiene mejor sabor utilizando hojas de elote.

Informante: María del Carmen Méndez Agustín, de la comunidad de San Andrés Tziróndaro.

Churhipu urhapiti
(iumu atarakua)

Na xaŋachani	Asïpitarakuecha
terujkani kilu	kuerepu jimbaŋi
ma kilu	akumarha jimbaŋi
ma irhakua	ts'urupsï
tanimu irhakua	jitomati
tsimani irhakua	pare xarhipiti
tsimani irhakua	k'auasï chipo
tsimani irhakua	toma
ma axandikua sapi	kulantru
tsimani ka terujkani litru	itsï
eska xani p'iaraka	itukua

Na eŋa uŋantajka

Jatsini parhanguarhu sesku jasï ma t'anikua o ma kasuela itsï jingoni, eŋa puruani jauaka ia jatsimaŋasïndi ts'urupsï t'apurhu undurhikata; chungutamani, uekamantu pare, toma undurhikata, k'auasï chipo irhamani; eŋa jamakurhiaka sani ia, jiajkani jatsimani jitomati sapirhatku undurhikata, kuruchecha ambarhikata ia itukua ka kulantru. Puruatani tembeni motsikua isï ka p'intani ia.

Eiaŋpeti: Alejandra Floresi Rodriguesi, Tsirondarhu anapu.

Pescado en caldo blanco
(5 porciones)

Cantidad	Ingredientes
1/2 kg	de charales frescos
1 kg	de acumara fresca
1	cebolla
3	jitomates
2	joconoles
2	chiles perones
2	tomates
1 ramilla	de cilantro
2 1/2 litros	de agua
al gusto	sal

Procedimiento

Se pone en el fogón una olla o cazuela con el agua, al empezar a hervir se le pone la cebolla partida en cuatro partes. Minutos después se agregan los joconoles, los tomates rebanados y los chiles enteros; cuando todo esto se haya cocido un poco se ponen los jitomates finamente picados, los pescados ya limpios, la sal y el cilantro. Se dejar hervir otros diez minutos.

Informante: Alejandra Flores Rodríguez, de la comunidad de San Andrés Tziróndaro.

Kurucha ejpu k'arhingukata
(t'amu atarakua)

Na xaŋachani	Asïpitarakuecha
ma kilueri	kurucheri ejpu
ma irhakua	ts'urupsï
tsimani irhakua	jitomati
ma sïni arhujtakata	ajusï
tsimani axandikua sapirhati	kulantru
ma litru ka terujkani	itsÏ
eska xani p'iaraka	itukua

Na eŋa uŋantajka

Ejpu kuruchiri t'apurhu ujtaŋasïndi ka juparhiŋani. Kasuila jimbo puruataŋasïndi itsï, ierhitakuecha, ts'urupsï, ajusï ka jitomati undurhikata jiŋoni; eska na jamakurhiaka sani ia, kumaŋasïndi kurucha, kulantru ka itukua. Mendaru puruataŋasïndi sesi tsaŋantani.

Aŋasïndi ierhitakua undurhikata ka k'auasï jiumakata jiŋoni

Eiaŋpeti: Aurora Asensiu Estrada, Puakuarhu anapu.

Cabeza de pescado en su jugo
(4 porciones)

Cantidad	Ingredientes
1	cabeza grande de carpa Israel
1	cebolla
2	jitomates
1 diente	de ajo
2 ramitas	de cilantro
1 1/2 litro	de agua
al gusto	sal

Procedimiento

La cabeza de pescado se parte en cuatro y se lava. En una cazuela se pone a hervir el agua junto con las verduras rebanadas; una vez cocidas se agrega el pescado, el cilantro y la sal. Se deja hervir hasta que se consuma el caldo. Se acompaña con una ensalada de verduras y una salsa de molcajete.

Informante: Aurora Ascencio Estrada, de la comunidad de Puácuaro.

KURUCHA K'AUASÏ ATARHIKATA
(tembeni atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
tembeni ichakua	kurucha urhapiti
ma kilu ka terujkani	jitomati
terujkani kilu	ts'urupsï
terujkani kilu	k'auasï uajiiu korhati
ma kilu	k'auasï pasiia
t'amu xarhindikua sapi	kulantru
terujkani kilu	manteka
ma tikichi	itsï
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Eska na tinimu p'ikuparhakuŋajka ia kuruchicha, sïturhijtu p'itakuŋasïndi ka sesi jupakuani ka iujtantani. Tatsikua, sanderu ia itukuaksï atarhiŋasïndi, jatsiŋasïndi k'eri ma kasuila manteka jiŋoni ka jurhixapani ia kuruchichani tatsikua jatsirapantani ma nani jimaŋaksï iusïrhikurhintani jauaka mantekani, eŋa jurhixaŋaka ia iamendu, jimajtu jurhixaŋasïndi k'auasï charhapiti t'uini ts'irita p'itakukata ia, jitomati ka ts'urupsï urhukata, eŋa ijtu sesi jurhixakurhiaka ia jatsikuŋantasïndi sani itsï ma tikichi jimboka no uetarhisïndi xani sïnduŋarhini ka nijtu itsïjkueŋarhini, eŋa puruantajka ia kumaŋasïndi kulantru ka itukua.

T'amu, t'uini kuruchicha jatsiraŋasïndi kasuila mererasï kejtsitarakua ka jimasï atarhiŋajti o atajchakuraŋantajti ia k'auasï jurhixakata.

EIAŋPETI: Teresa Gregorio Vital, Tsirondarhu anapu.

Pescado en adobo
(10 porciones)

Cantidad	Ingredientes
10 piezas	de pescado blanco
1 1/2 kg	de jitomates
1/2 kg	de cebollas
1/2 kg	de chile guajillo ancho
1 kg	de chile pasilla
4 ramitas	de cilantro
1/2 kg	de manteca
1 taza	de agua
al gusto	sal

Procedimiento

Los pescados se escaman, se abren cuidadosamente para extraerles las vísceras, se lavan muy bien y escurren, después se untan con sal. Se coloca al fuego una cazuela de barro grande con manteca para ir dorando los pescados, los que se van colocando en un recipiente para que se escurran, al terminar, en esta misma cazuela se fríe la salsa hecha a base de chiles desvenados, jitomates y las cebollas molidas en metate; frita la salsa, se le pone una taza de agua, cuidando de que no quede tan espesa ni tan ligera, al comenzar a hervir se agregan el cilantro y la sal.

Aparte, los pescados se colocan en una cazuela de barro vidriado y se untan con el adobo.

Informante: Teresa Gregorio Vital, de la comunidad de San Andrés Tziróndaro.

KURUCHA URHAPITI T'IPIPARHA TSIRONDARHU ANAPU (iumu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
iumu ichakua	kurucha urhapiti jimbaŋi
t'amu iorhesï k'erati	aseiti akua
t'amu irhakua	jitomati
ma sïni arhujtakata	ajusï
ma irhakua	ts'urupsï sesku jaŋarhi
tsimani irhakua	tsikateri kuaxanda
tsimani irhakua	xakua lechugeri
tsimani ichakua	xakuapurhu*
tsimani irhakua	limonisï
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Kurucha urhapiti p'ikuparhakuŋasïndi ka sesi jupakuŋasïndi ka iamendu chekamikuani p'ikuakuni ka ejpuntu; atarhini tsikateri kuaxanda eŋa t'uini k'uruatakata jauaka itukua jukari ia ka t'iŋapani iamendu kuruchichani kasuilarhu eŋa sesi tsarini jauaka ia jurhixatarakua jiŋoni.

Tamu, uirhiŋerari undurhini ts'urupsï, jitomati, xakuapurhu ka xakua lechugasïri iorhati undurhiŋasïndi; jatsijtsïkuŋasïndi itukua eska xani uekakurhiŋaaka, iurhujtsïtaŋasïndi limonisï ka ma sïni ajusïri sesi sapindurhikata ka iendurhintani iamendu. Kurucha jatsirakurhiŋasïndi atarakua kojtsïti jimbo, jimajku jatsindukuŋasïndi ierhitaka undurhikata, k'auasï jiumakata ka sopa arrosuiri.

Eiaŋpekua: kuerepujtu isï umaŋantasïndi.

EIAŋPETI: Dominga Agustinu Kuanasï, Tsirondaruh anapu.

* Término tomado del diccionario de Maturino Gilberti.

Pescado blanco capeado estilo San Andrés (5 porciones)

Cantidad	Ingredientes
5	pescados blancos frescos
4 cucharadas	de aceite comestible
4	jitomates
1 diente	de ajo
1	cebolla mediana
2	huevos
1	lechuga mediana
2	pepinos
2	limones
al gusto	sal

Procedimiento

Los pescados se escaman, se abren por la mitad para extraer las vísceras y las espinas incluyendo la espina dorsal; también se corta la cabeza, se envuelven en huevo batido con sal y se fríen en aceite caliente en una cazuela de barro. Aparte, se cortan en rodajas los jitomates, cebollas, pepino, y se ralla la lechuga; encima se le pone al gusto el diente de ajo finamente picado, el jugo de los limones y se revuelve todo. El pescado se sirve en un plato plano, a un lado de éste la ensalada, sopa de arroz y una salsa de molcajete.

Nota: los charales también pueden prepararse de esta manera.

Informante: Dominga Agustín Cuanás, de la comunidad de San Andrés Tziróndaro.

KURUCHA URHAPITI T'IPIPARHA
(kuimu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
kuimu ichakua	kurucha urhapiti
tanimu irhakua	tsikateri kuaxanda
ma tikichi terukurhiri	jurhixatarakua
ma sïni arhujtakata	ajusï
ma irhakua	ts'urupsï sesku jaŋarhi
iumu irhakua	limonisï
ma irhakua	xakua lechugasï
imu ichakua	sanaoria
tanimu ichakua	xakuapurhu
ma irhakua	naraxa
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Eŋa kurucha ambaparhakuŋajka ia, arhakuŋasïndi ka iamendu chekamikua p'ikuakuŋasïndi, jimajku iurhurhitaŋasïndi sani limonisï ka atarhiantu ts'urupsï ka ajusï urhukata ka itukua, tatsekuatarku ia t'ipiparhakuŋasïndi tsikateri kuaxanda jiŋoni eŋa k'uruatakata jarhajka ia itukua jiŋoni ka isï jurhixaŋasïndi.

Tamu, undurhiŋasïndi ierhitakua ka akukua: xakua lechugasï, sanaoria ka xakuapurhu.

Aŋasïndi arrosu jiŋoni, ierhitakua, k'auasï jiumakata ka ichusïkuta jimbaŋi.

EIAŋPETI: Isaura Sebastianu Sanchesi, Urichu anapu.

Pescado blanco capeado estilo Uricho
(6 porciones)

Cantidad	Ingredientes
6	pescados blancos
3	huevos
1/2 tacita	de aceite comestible
1 diente	de ajo
1	cebolla mediana
5	limones
1	lechuga
5	zanahorias
3	pepinos
1	naranja
al gusto	sal

Procedimiento

Después de escamar los pescados, se abren para extraer las espinas, se impregnan con jugo de limón, sal, cebolla y ajo molidos. Después, se capean con clara de huevo batido a punto de nieve al que se le ha agregado un poco de sal y se fríen en aceite hasta quedar bien dorados.

Aparte, se prepara una ensalada con la lechuga y zanahoria ralladas, previamente lavadas y desinfectadas, los pepinos y las naranjas rebanados.

El pescado se acompaña con sopa de arroz, ensalada, salsa de molcajete y tortillas recién hechas.

Informante: Isaura Sebastián Sánchez de la comunidad de Uricho.

Moli trucheri
(iumu tanimu atarakua)

Na xaŋachani	Asïpitarakuecha
tsimani kilu	trucha
iumu ekuatsï gramu	k'auasï pasiia
iumu ekuatsï gramu	k'auasï uajiiu korhati
tsimani ekuatsï tembeni gramu	xeni purhuiri p'itakukata
ma kuartu kilu	ajonjoli
tembeni irhakua	pimienta
tanimu irhakua	pimientoni
ma kuartu litru	aseiti akua
sanitku	kanela
ma kunujkurhakua	kulantrueri euakua
terujkani jamberi	mantsanu o uembasï
ma ichukua	kurhinda urhapiti
ma ichukua	ichuskuta
ma kuartu k'epejtakukata	k'ekua
tsimani irhakua	jitomati
iumu irhakua	toma
ma irhakua	ts'urupsï
tsimani sïni arhujtakata	ajusï
ma jupikakua	k'auasï k'arhiri ts'ïtuakua
eska xani uetarhiaka	itukua ka itsï

Na eŋa uŋantajka

Orheta ambariŋani truchecha, tatsikua ia itukua atarhiŋasïndi ka jurajkuani eskaksï k'arhiaka iuskantaparinksï, jurhixaŋasïndiksï ka jatsirapani ma jatakuarhu.

Tamu ia, jurhixaŋasïndi k'auasï pasiia ka uajiiu ts'irita p'itakukata ia; tamu, chuŋutaŋasïndi jurhixaŋani chuxpitarapani: ajonjoli, pimienta, pimientoni, xeni purhueri, euakua, ts'ïtuakua, ichuskuta, ka kurhinda majkuenksï jurhixaŋasïndi; tatsekuatarku ia jito

Trucha en mole
(8 porciones)

Cantidad		Ingredientes
2	kg	de trucha
100	g	de chile pasilla
100	g	de chile guajillo ancho
50	g	de semillas de calabaza sin cáscara
1	puñado	de semillas de chile guajillo o pasilla
1/4	kg	de ajonjolí
10	piezas	de pimienta
3	piezas	de pimientón
1/4	de litro	de aceite comestible
2	rajitas	de canela
1	puñito	de semillas de cilantro
1/2	pieza	de manzana o plátano
1	pieza	de pan blanco
1		tortilla
20	g	de chocolate
5		tomates
1		cebolla
2		dientes de ajo
al gusto		agua y sal

Procedimiento

Primero se limpian y se lavan las truchas. Después, se les pone sal y se dejan orear un poco; enseguida se fríen y se van colocando en un recipiente. Aparte, se fríe la salsa hecha de chile pasilla y guajillo previamente desvenados; por separado, cada uno de los ingredientes uno por uno también se fríen: ajonjolí, pimienta, pimentón, semillas de calabaza, semillas de cilantro, semillas de

mati ka toma undurhikata, ts'urupsï ka ajusï. K'amatatini ia urhu_asïndi iauarhi jimbo kundaparini ia mantsanuni o uembasï majku ambe, kanela mentku sesi jiandani ts'ikuarhitaparini sani itsï ka chu_umani ia tsarhani ka jurhixani iamendu kasuila jimbo, itukua jatsikuni ka mentku jupikani manatani, puruatani tembeni motsikua ka p'ikujchutani ia noteru ambe kurhikani, jiajkani uekama_asïndi truchecha ka jurajku_asïndi t'íjtakua jimbojku iumu motsikua ka xantku ia.

Eiaŋpikua: Arrosu jiŋoni aŋasïndi

EIAŋPETI: Selia Timoteo Ojeda, Ichupio anapu.

chile (la tortilla y el pan juntos); otro tanto se hace con los jitomates, los tomates, la cebolla y el ajo picados. Al terminar de freír se muele muy bien todo en metate junto con la manzana o plátano y la canela, salpicando de vez en cuando con un poco de agua. Posteriormente, se cuela y se vuelve a freír todo en una cazuela grande de barro, se pone la sal al gusto y se debe mover constantemente con una cuchara, se agrega un poco de agua y deja hervir durante diez minutos a fuego lento; finalmente se agregan las truchas y se deja hervir otro poco al calor de las brasas.

Nota: Se acompaña con sopa de arroz.

INFORMANTE: Celia Timoteo Ojeda, de la comunidad de Ichupio.

TILAPIERI CHURHIPU
(kuimu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
ma kilu ka terujkani	kurucha tilapia
tanimu irhakua	jitomati sesku jaŋari
ma irhakua	ts'urupsï sesku jaŋari
ma sïni arhujtakata	ajusï
t'amu axandikua sapirhati	kulatru
tsimani litru	itsï
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Marhuataparini ma kasuela echeriri puruataŋasïndi itsï jimajkani jatsimani jitomati, ts'urupsï ka ajusï sapindurhikata; eŋa ninijka ia kumaŋasïndi kurucha tilapia t'uini ia sesi ambarhikata, kulantru ka itukua puruatantani tembeni motsikua ka jarhani ia.

Eiaŋpekua: eŋa uekakurhiŋaaka irhamaŋasïndi ma o tsimani irhakua k'auasï chipo eŋa sanitutarku kuerataaka ia ninini, jatsiraŋasïndi tamu ka undurhikata tachani jatsimakurhiŋasïndi.

EIAŋPETI: Salu Andrea Agustinu Kuanasï, Tsirondarhu anapu.

Caldo de mojarra tilapia
(6 porciones)

Cantidad	Ingredientes
1 1/2 kg	de mojarra tilapia
3	jitomates medianos
1	cebolla mediana
1 diente	de ajo
4 ramillas	de cilantro
2 litros	de agua
al gusto	sal

Procedimiento

En una cazuela de barro se pone a hervir el agua, agregándole los jitomates, la cebolla y el ajo picados. Una vez cocidos, se ponen los pescados, el cilantro y la sal, se deja hervir diez minutos más y listo.

Nota: Si se prefiere, se puede agregar 1 ó 2 chiles perones enteros poco antes de retirar del fuego.

Informante: Andrea de la Salud Agustín Cuanás, de la comunidad de San Andrés Tziróndaro.

TIRUERI CHURHIPU
(tembeni atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
tsimani kilu	kurucha tirú
terujkani kilu	jitomati
tsimani irhakua	ts'urupsï
tsimani sïni arhujtakata	ajusï
t'amu irhakua	toma
terujkani kuartu kilu	k'auasï ts'irapsï
t'amu litru	itsï
eska xani uetarhiaka	kulantru
eska xani uetarhiaka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Puruataŋasïndi t'amu litru itsï ajusï ka ts'urupsï jiŋoni terujkachani undurhikata; chungutani jatsimani jitomati, toma, kulantru sapindurhikata k'auasï ichamani ka itukua ambe; eska na i sesi puruaka ia, jatsimaŋasïndi tiruecha t'uini sesi ambarhikata ia puruatani tembeni motsikua ka jatsiratspeni. Jatsikukurhiŋasïndi limonisï eŋa aŋani jaŋajka ia.

EIAŋPETI: Margarita Asensiu Floresi, Puakuarhu anapu.

Caldo de tiru
(10 porciones)

Cantidad	Ingredientes
2 kg	de pescado tirú
1/2 kg	de jitomate
2	cebollas
2 dientes	de ajo
4	tomates
125 g	de chile serrano
4 litros	de agua
al gusto	cilantro
al gusto	sal

Procedimiento

En un recipiente se hierven cuatro litros de agua con los ajos y la cebolla partidos por la mitad. Posteriormente, se agregan los jitomates, tomates y el cilantro picados, los chiles enteros y la sal. Una vez cocido, se le ponen los pescados ya limpios, se deja hervir durante diez minutos, se sirve con jugo de limón al gusto.

Informante: Margarita Ascencio Flores, de la comunidad de Puácuaro.

Trucheri churhipu
(kuimu atarakua)

Na xaŋachani	Asïpitarakuecha
ma kilu ka terujkani	trucha jimbaŋi
tanimu irhakua	jitomati sesku jaŋarhi
ma irhakua	ts'urupsï sesku jaŋarhi
kuimu irhakua	purhuiri tsïpata
ma sïni arhujtakata	ajusï
tsimani irhakua	k'auasï chipo
tsimani irhakua	pare xarhipiti
t'amu axandikua sapirhati	kulantru
t'amu irhakua	apopuiri pukumiti
tsimani litru ka terujkani	itsï
eska xani p'iaraka	itukua

Na eŋa uŋantajka

Jatsijpaŋasïndi parhanguarhu ma kasuila itsï jiŋoni ka uekamaŋasïndi pare xarhipiti, jitomati, ts'urupsï, ajusï undurhikata ka pukumutichajtu; eska na niniaka i ierhitakua, jatsimaŋasïndi kurucha t'uini sesi ambarhikata ia, kulantru, tsïpata, k'auasï chipo ka itukua. Puruantani tembini motsikua ka p'intani ia.

Eiaŋpeti: Salu Andrea Agustinu Kuanasï, Tsirondarhu anapu.

Caldo de trucha
(6 porciones)

Cantidad		Ingredientes
1 1/2	kg	de trucha mediana
3		jitomates medianos
1		cebolla mediana
6		flores de calabaza
1	diente	de ajo
2		joconoles
2		chiles perones
4	ramitas	de cilantro
4	puntas de guías de	chayote
2 1/2	litros	de agua
al gusto		sal

Procedimiento

Se pone sobre el fogón una cazuela con agua, los joconoles, los jitomates, la cebolla, el ajo picados y las guías de chayote enteras; cuando se han cocido estos ingredientes se añade la trucha ya escamada y perfectamente lavada, el cilantro, las flores, los chiles enteros y la sal. Se dejar hervir durante diez minutos y se retira del fuego.

Informante: Andrea de la Salud Agustín Cuanasï, de la comunidad de San Andrés Tziróndaro.

TRUCHA JURHIXAKATA CHURHIPU JUKANTSTI
(tembeni iumu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
iumu kilu	trucha
ma kilu	jitomati
terujkani kilu	papasï
terujkani kilu	sanaoria
iumu irhakua	parea xaripiti
tanimu irhakua	apopu
t'amu irhakua	ts'urupsï
tanimu irhakua	k'auasï chipo
tanimu sïni arhujtakata	ajusï
t'amu litru	itsï
eska xani asperaka	itukua ka kulantru

NA EŋA UŋANTAJKA

Orheta trucha ambarhiŋasïndi, undurhini, iustantani, itukua atarhini ka jurhixapani.

Tamu, sapirhatku undurhiŋasïndi papasï, sanaoria, apopu, parea, ts'urupsï, ajusï ka jitomati; jurhixani sani ka mentku manataparini jarhani eska na i kuatapimiaka sani kumaŋantasïndi trucha ka chipó irhamaŋasïndi eŋa sanitutarku kueratajka ninini, jatsikuŋasïndi kulantru.

Uetarhisïndi ts'emuni itukua nandika sesku jaka ia jimboka t'uini pasïnga ia trucha jurhixakuarhu. aŋasïndi ichuskuta o k'urhunda jiŋoni.

EIAŋPETI: Niebesi Estrada, Puakuarhu anapu.

Trucha dorada en caldillo
(15 porciones)

Cantidad	Ingredientes
5 kg	de trucha
1 kg	de jitomates
1/2 kg	de papa
1/2 kg	de zanahoria
5	joconoles
3	chayotes
4	cebollas
3	chiles perones
3 dientes	de ajo
4 litros	de agua
al gusto	sal y cilantro

Procedimiento

Se limpian las truchas y se parten en trozos medianos, se escurren, se les pone la sal y se fríen muy bien.

Por separado, se pican las legumbres y se sofríen, sin dejar de mover, se le añade el agua que previamente se ha puesto a calentar y a punto de hervir se le vacían con cuidado los trozos de pescado y los chiles perones enteros; finalmente, se pone el cilantro y en caso necesario un poco más de sal. Se acompaña con tortillas o corundas.

Informante: Nieves Estrada, de la comunidad de Puácuaro.

Trucha uirikata
(iumu atarakua)

Na xaŋachani	Asïpitarakuecha
iumu ichakua	trucha sesku jarhati
iumu irhakua	jitomati
terujkani irhakua	ts'urupsï sesku jaŋarhi
ma sïni arhujtakata	ajusï
tsimani axajtakua sapirhati	kulantru
ma irhakua	k'auasï chipo
t'amu irhakua	limonisï o lima xarhipiti
eska xani uetarhiaka	itukua

Na eŋa uŋantajka

Eroksï tsárakatarhu ataŋarhikuŋasïndi itukua ka kuruchicha ichaxaŋasïndi jima, tinimu ka sïturhi jiŋoni perejkuparini sesi uirhikakurhisïndi.

Tamu, jiumaŋasïndi: ajusï, ts'urupsï tsipiti jiŋoni sanderu tatsikua, k'auasï ka k'amatani jámani ia jiumantu jitomati uirikata, kulantru tsepundurhikata ka jatsikuni itukua eska xani asperaaka. Eŋa jeiaraka ia kurucha, tachani jatsikukurhiŋasïndi k'auasï jiumakata ka iurhurhiŋasïndi sani limonisï o lima xarhipiti.

Eiaŋpeti: Kamerina Agustinu kuanasï, Tsirondarhu anapu.

Trucha asada al comal
(5 porciones)

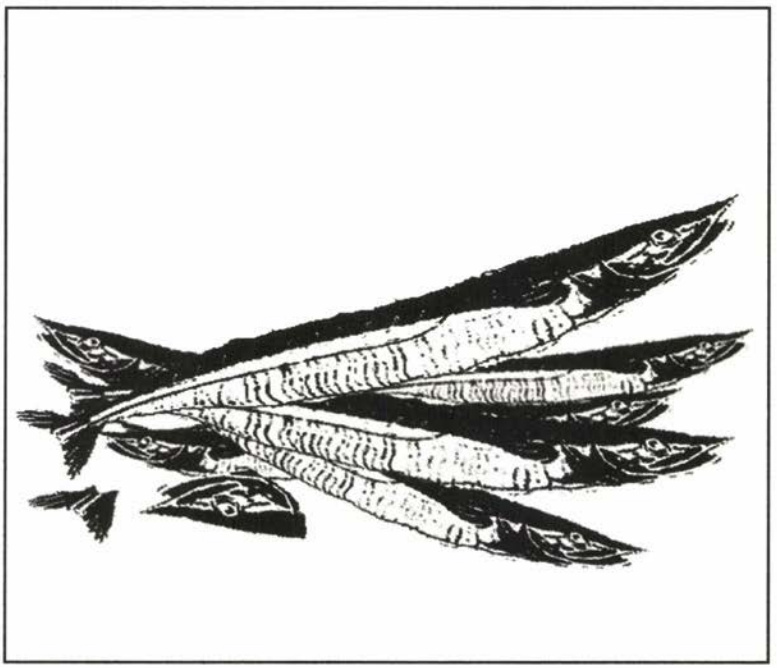
Cantidad	Ingredientes
5	truchas medianas
5	jitomates
1/2 pieza	de cebolla mediana
1 diente	de ajo
2 ramillas	de cilantro
1	chile perón
4	limones
al gusto	sal

Procedimiento

Sobre el comal caliente se esparce un poco de sal, sobre ella se colocan los pescados con todo escamas y visceras. De vez en cuando se voltean para que se asen de manera uniforme. Aparte, se muelen en molcajete: el ajo la cebolla (crudos), el chile asado, al final se muelen los jitomates asados, se les pone la sal al gusto añadiendo cilantro picado. Asados los pescados, cada persona toma su ración que acompaña con salsa al gusto. Se pone jugo de limón o lima agria sobre el pescado.

Informante: Camerina Agustín Cuanasï, de la comunidad de San Andrés Tziróndaro.

Kuerepu
Charales



ATAPAKUA CH'ARHARI O KUEREPU K'ARHIRIRI
(kuimu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
tembeni iumu ekuatsï gramu	kuerepu o ch'arhari k'ar-
hiri	
tsimani ichakua	k'auasï k'arhiri p'ameri
t'amu ichakua	k'auasï k'arhiri korhati
terukani irhakua	ts'urupsï sesku jasï
tsimani sïni arhujtakata	ajusï
tsimani irhakua	pimientoni
tsimani irhakua	pimienta
ma jupikakua	kominusï
tsimani irhakua	toma xukuparha
tsimani irhakua	jitomati
tanimu ichakua	xanini seneri (t'okemaka-
ta)	
iumu ekuatsï gramu	manteka
tanimu xarhiandikua sapirhati	kulantru
eska xani uetarhiaka	itukua

NA EŋA UŋANANTAJKA

T'okemani ka juparhiani itsï jorhepiti jimbo kuerepuechani, p'itaakuani o ambaakuani; jurhixaŋasïndi, p'imapantani ka patsapani nani ma. Isïjtu kasuilarhu jurhixaŋasïndi k'auasï jiumakata, sïndurakua tsiri seneriri ukata, urhúkata ka tsarhákata mataru p'untsumitarakuechajtu, eŋa puruani jauaka ia xondamaŋasïndi ia kuerepuecha, jatsimani kulantru ka itukua eska xani uekakurhiŋaaka.

EIAŋPETI: Josefina Gonsalesï Ortisi, Sïkuichu anapu.

Atapakua de charales secos
(6 porciones)

Cantidad	Ingredientes
300 g	de charales secos
2 piezas	de chile guajillo picante
4 piezas	de chile guajillo ancho
1/2 kg	de cebolla mediana
2 dientes	de ajo
2 semillas	de pimientón
2 semillas	de pimienta
1 pizca	de cominos
2	jitomates
3 mazorcas	de maíz seneri (remojado)
100 g	de manteca
3 ramillas	de cilantro
al gusto	sal

Procedimiento

Los charales se remojan y lavan en agua caliente, se limpia lo negro que tienen algunos en la "panza", se doran en manteca, se sacan y se guardan en un platón. En esta misma cazuela, se guisa la salsa y la espesura hecha a base de maíz seneri molido y colado así como los demás ingredientes. Cuando está hirviendo se ponen los charales, se añade el cilantro y la sal al gusto.

Informante: Josefina Gonzáles Ortiz de la comunidad de Sicuicho.

Ch'arhari o kuerepu k'arhiri atapakua (materu) (tembeni atarakua)

Na xaŋachani	Asïpitarakuecha
terujkani kilu	kuerepu o ch'arhari k'arhiri
kuimu ichakua	k'auasï k'arhiri p'ameri (tsirita p'itakukata)
terujkani irhakua	ts'urupsï sesku jasï
ma sïni arhujtakata	ajusï
ma kuartu kilu	kurhinda tsïreri
ma ka terujkani litru	itsï
eska xani asïparaka	itukua

Na eŋa uŋantajka

Jatsijpaŋasïndi parhanguarhu ma kasuila itsï jiŋoni, ts'urupsï ka sani itukua. Tamu, ambarhiŋasïndi kuerepu ka p'ikuŋasïndi ejpu; jatsimani kasuilarhu eŋa itsï puruani jauaka ka eŋa sanisï niniaka ia, jimajku jatsikuntani sïndurakua; eŋa uenaka sïnduni kumantani k'auasï charhapiti urhúkata ajusï jiŋoni ka tsarhákata, tatsikuatarku jatsikuni itukua na eŋa xani kueratakata ka jatsiratspini.

Eiaŋpeti: Ermelinda Martinesï Sandobali, San Antonio anapu.

Atapakua de charales secos (otra)
(10 porciones)

Cantidad	Ingredientes
1/2 kg	de charales secos
6 piezas	de chile guajillo picante (desvenado)
1/2 pieza	de cebolla mediana
1 diente	de ajo
1/4 kg	de harina
1 1/2 litros	de agua
al gusto	sal

Procedimiento

Se pone al fuego una cazuela con agua, la cebolla y un poco de sal. Aparte, se lavan los charales y se les quita la cabeza; se ponen en la cazuela cuando el agua está hirviendo y a medio cocer se les añade el harina disuelta en un poco de agua y colada; una vez que empieza a espesar se le agregan los chiles y el ajo molidos, al final, se le pone la sal al gusto y se sirve.

Informante: Hermelinda Martínez Sandoval, de la comunidad de San Antonio.

KUEREPU JURHIXAKATA
(kuimu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
ma kilu	kuerepu jimbaŋi
ma kuartu litru	aseiti akua
ma kuartu kilu	kurhinda tsíreri
ma irhakua	ajusï urhúkata o tupuri ukata
tsimani irhakua	kupanda
t'amu irhakua	jitomati k'eŋarhi
ma irhakua	ts'urupsï
eska xani uetarhiaka	limonisï
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Kuerepu ambarhiŋasïndi sesesi, iustantani o k'arhiritantani ma irhiŋarhi jimbo; ma sutupu sapirhu jatsirani kurhinda tsïreri, ajusï k'arhiri urhúkata (i ajusï isï piakurhiŋasïndi urhúkata) ka itukua jeuetani, iamendu ch'anach'anaŋaparini sutupurhu eska na iamendu ietakurhiaka ia jatsiraŋasïndi kuerepuecha ka chuŋumani mendaru ch'anach'anaŋani tatsikua ia, p'itantani ka jatsiŋapani kasuelarhu jimanga t'uini jurhixatarakua sesi t'iŋeaka ia, eroki sesi jurhixakurhini mentku sesi chorhoŋeni, p'iuapantani ka mataru isï jatsiŋapani.

Tamu, undurhini jitomati ka ts'urupsï uirhiŋerari ka kupanda ka isï kasïperantani aŋonakua, tatsikua iurhujtsïtantani sani limonisï ka asïpimuntani ia arháni sani k'auasï jiumakata jingoni eŋa sanderu tsitiaka.

Eiaŋpekua: istu uaati uŋantani akumara, tilapia ka ch'eua

EIAŋPETI: Karmeli Mendesi Agustinu, Tsirondarhu anapu.

Charales o boquerones dorados
(6 porciones)

Cantidad	Ingredientes
1 kg	de charales frescos
1/4 litro	de aceite
1/4 kg	de harina
1 cabeza	de ajo
2	aguacates
4	jitomates grandes
1	cebolla
al gusto	limones
al gusto	sal

Procedimiento

Se lavan perfectamente los charales, se escurren o se secan con una servilleta; en una bolsa de plástico se vacían el harina, el ajo molido o en polvo (este ajo se adquiere en esta presentación en el mercado) y la sal. Se mezcla todo muy bien; en esta mezcla se meten los charales y se vuelve a agitar; se extraen los charales y se colocan en una cazuela con aceite caliente, se dejan dorar hasta que queden tostaditos, se repite la operación hasta terminar.

Por separado, se prepara una ensalada cortando en rodajas los jitomates, las cebollas y los aguacates para adornar los charales, poner sal, jugo de limón y salsa de molcajete al gusto.

Nota: Se pueden preparar de la misma forma la acumara, la mojarra y la cheua.

Informante: María del Carmen Méndez Agustín, de la comunidad de San Andrés Tziróndaro.

KUEREPU T'IPIKATA
(t'amu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
terujkani kilu	kuerepu k'eŋarhi jimbaŋi
tsimani irhakua	tsikateri kuaxanda
tsimani irhakua	jitomati
ma irhakua	ts'urupsï sesku jaŋarhi
ma sïni arhujtakata	ajusï
tsimani ichakua	sanaoria
tsimani ichakua	purhu sapi
ma axandikua sapi	kulantru
ma litru	itsï
kuartu litru	aseiti akua
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Ambarhiŋasïndi kuerepuecha ka p'itakuŋasïndiksï iamendu chekamikua. Tamu, k'uruataŋasïndi tsikateri kuaxanda, itukua jatsikuŋasïndi, t'ipiparhakuani ka jurhixapani, mandani arhini kuerepuechani.

Tamu, jiumaŋasïndi jitomati, ts'urupsï ka ajusï, jurhixani jurhixatakua jimbo imaŋa pakaŋeka.

Jatsikuŋasïndi itsï, ierhitakua undurhikata sanaoria ka purhu t'uini jamakata ia ka kulantru. Eska na puruantaka ia jatsimaŋantasïndi kuerepu t'ipikatecha, itukua ka puruatani iumu motsikuataru ka jatsiratspeni.

EIAŋPETI: Sara Moia Orta, Urichu anapu.

Charales capeados
(4 porciones)

Cantidad	Ingredientes
1/2 kg	de charales frescos grandes
2	huevos
2	jitomates
1	cebolla mediana
1 diente	de ajo
2	zanahorias
2	calabacitas
1 ramita	de cilantro
1 litro	de agua
1/4 litro	de aceite comestible
al gusto	sal

Procedimiento

Los charales se escaman, destripan, desespinan y lavan bien. Aparte, se baten las claras de huevo con sal a punto de nieve, una vez hecho esto, se van capeando los charales uno por uno y se van friendo en aceite.

Los jitomates, la cebolla y el ajo se muelen en molcajete y esta salsa se fríe en el aceite restante; se agrega el agua, las zanahorias, calabacitas cocidas y rebanadas y el cilantro. Se deja hervir un poco, se agregan los charales y la sal al gusto, se deja hervir otros cinco minutos más y se sirve.

Informante: Sara Moya Horta, de la comunidad de Uricho.

KUEREPU UANIXAKATA
(t'amu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
ma kuartu kilu	kuerepu k'arhiri
tsimani ichakua	k'auas¨uajiiu
t'amu irhakua	toma
ma irhakua	jitomati k'eŋarhi
terujkani irhakua	ts'urupsï sesku jaŋarhi
ma sïni arhujtakata	ajusï
eska xani uekaka	kulantru
eska xani uetarhiaka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Kuerepu k'arihiri k'arhatsinda p'ikurhiŋasïndiksï mentku jupikani manaxaparini ka mentku sesi chorhoxani ka jatsirapani ma nani.

Tamu, jiumaŋasïndi k'auasï uajiiu uirhixakata, toma ka jitomati jámakata; kundaparini ts'urupsï, ajusï, kulantru ka itukua. Jatsiratspeni t'atsïni jamakatku jiŋoni ka k'auasï jiumakata eska xani uekakurhiŋaaka.

EIAŋPETI: Florentina Jeronimu Pichu, Ichupio anapu.

Charales tostados al comal
(4 porciones)

Cantidad	Ingredientes
1/4 kg	de charales secos
2	chiles guajillos
4	tomates
1	jitomate grande
1/2	cebolla mediana
1 diente	de ajo
al gusto	cilantro
al gusto	sal

Procedimiento

A los charales secos se les quita la basura, se colocan sobre el comal caliente teniendo cuidado de voltearlos de vez en cuando para que se doren de manera uniforme y se van colocando en algún recipiente.

Aparte, se muelen en molcajete los chiles asados en el comal, los tomates y los jitomates cocidos, la cebolla, el ajo, el cilantro y la sal. Se sirven los charales con frijoles de la olla recién cocidos y la salsa al gusto.

Informante: Florentina Jerónimo Picho, de la comunidad de Ichupio.

Pamakata o papakata
(tembini atarakua)

Na xaŋachani	Asïpitarakuecha
tanimu kilu	kuerepu sapiŋarhi
ma kilu	jitomati
t'amu irhakua	ts'urupsï
t'amu axandikua sapirhati	kulantru
tanimu irhakua	parea xarhipiti
tembeni ichakua	k'auasï ts'irapsï
tsimani axandikua sapirhati	kuatsitasï juatarhu anapu
tsimani jokukua	xarakata
t'amu litru	itsï
eska xani p'iaraka	itukua

Na eŋa uŋantajka

Orheta kuerepu sapiŋarhi ambarhiŋasíndi.tatsikua, sapirhatitku undurhiŋasïndi iamendu asïpitarakuecha ka majku ietantani kuerepu sapiŋarhi jiŋoni ka itukua. Xarakata t'uini juparhikata ka t'okemakata jarhasïndi ia, isï jimbo uenakurhijti ts'ïnguindurhiŋani o ts'ïnguiraŋani, irhiakuani, sesi jokuani ka jatsirapani nani.

Tamu, jatsiŋasïndi porhechi parhanguarhu itsï jiŋoni tsimani irhakua jitomati ka ma irhakua ts'urupsï t'apurhu undurhikata ka sani itukua. Eŋa i puruaaka irhamapaŋasïndi mandani arhini kuerepu irhiakata ka mikani, ma ekuatsï motsikua jimbojku ninisïndi.

Eiaŋpeti: Maura Estrada Juanu, Puakuarhu anapu.

Tamales de charal o kuerepu
(10 porciones)

Cantidad	Ingredientes
3 kg	de charales frescos chicos
1 kg	de jitomates
4	cebollas
4 ramillas	de cilantro
3	joconoles
10	chiles serranos
2 ramillas	de epazote
2 manojos	de hojas de mazorca
4 litros	de agua
al gusto	sal

Procedimiento

Los charalitos se escaman, se les saca las vísceras y se lavan bien. Aparte se pican todas las legumbres y se revuelven con los charales, agregando la sal al mismo tiempo; las hojas de maíz se lavan y se ablandan en agua tibia, una vez escurridas se llenan con la mezcla, se envuelven y atan bien y se van acomodando en un recipiente.

Aparte, se coloca una olla de barro con agua sobre el fogón con dos jitomates y una cebolla partidos en cuatro partes y un poco de sal. Una vez empezando a hervir, se van colocando de uno en uno los tamales dentro de la olla, se tapa y se cuece durante aproximadamente veinte minutos.

Informante: Maura Estrada Juan, de la comunidad de Puácuaro.

Pamakata o papakata (materu)
(tembeni atarakua)

Na xaŋachani	Asïpitarakuecha
tsimani kilu	kuerepu sapiŋarhi
tsimani katsijkurhakua	xarakata
t'amu irhakua	ts'urupsï
iumu tanimu irhakua	jitomati
iumu irhakua	parea
iumu irhakua	toma
kuimu irhakua	k'auasï chipo
ma axandikua sapi	kulantru
ma xarhindikua sapi	kuatsitasï juatarhu anapu
tanimu ichakua xarhindikua sapirati	kuatsitasí k'uiripitarhu anapu
tanimu litru	itsï
eska xani p'iaraka	itukua

Na eŋa uŋantajka

Kuerepu tinimu ka perechakua p'itakuŋasïndi ka sesi juparhiŋasïndi. Tamu, sapirhatitu undurhiŋasïndi iamendu asïpitarakuecha ka iendurhiŋasïndi kuerepu jiŋoni ka itukua. Jatsiakupaŋasïndi mandani katsijkurhakua xarakatarhu imaŋa t'uini juparhikata ka t'okemakata jauaka ia ka irhamapani t'anikuarhu eŋa puruani jauaka ma irhakua ts'urupsï ka tsimani irhakua jitomati undurhikata jiŋoni, puruataŋasïndi ma ekuatsï motsikua isï.

Eiaŋpeti: Esperansa Mateo Sandobali, P'urhenchekuarhu anapu.

Tamales de charal o kuerepu (otra)
(10 porciones)

Cantidad		Ingredientes
2	kg	de charal kuerepu fresco chico
2	manojos	de hojas de mazorca de maíz
4		cebollas
8		jitomates
5		joconoles
5		tomates
6		chiles perones
1	ramilla	de cilantro
1	ramilla	de epazote
3	ramillas	de hierbabuena
3	litros	de agua
al gusto		sal

Procedimiento

Los charales se escaman, se les quitan las agallas y se lavan bien. Aparte, se pican todos los ingredientes, se revuelven con los charales y la sal al gusto. Esta mezcla, por puñados, se coloca en las hojas de maíz previamente lavadas y remojadas para formar los tamales. Al terminar, se ponen a cocer dentro de una olla con agua hirviendo, a la que se le ha puesto una cebolla y dos jitomates partidos. Su cocimiento aproximado es de 20 minutos.

Informante: Esperanza Mateo Sandoval, de la comunidad de San Jerónimo Purenchécuaro.

TEIAPETI SAPIRHATI KUEREPU JINGONI
(iumu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
ma kilu	kuerepu sesku jaŋarhi
ma kilu ka terujkani	tsïreri japueri
terujkani litru	aseiti akua
tsimani ichakua	k'auasï uajiiu p'ameri
ma ichakua	k'auasï pasiia
t'amu irhakua	toma
ma irhakua	jitomati
tembeni ichukua	pare uatsïkua
tsimani sïni arhujtakata	ajusï
ma irhakua	ts'urupsï sesku jaŋarhi
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Ch'apakata sapirhati uŋasïndi tsïreri japueri ka jurhixaŋani. Kuerepuechajtu jurhixaŋasïndi tamu itukua jiŋoni. Eroksïrhu uirhixaŋasïndi k'auasï ts'irita p'itakukata, toma ka jitomati, inde ambe jiumaŋasïndi kundaparini ajusï, terujkani irhakua ts'urupsï ka itukua.

Pare tseputsï undurhikata jámaŋasïndi ajusï, terujkani irhakua ts'urupsï ka sani itukua jiŋoni, eŋa ninijka ia iustaŋasïndi.

Eskaksï na isï jatsiaka ia iamendu ambe, arisïksï ujkuntaaka ch'apakata sapini arhakuni ka jatsiakuni orheta pare, chungumani kuerepu ma jupikakua ka tajtsïtantani ia k'auasï jiumakata. Xanku isï.

Eiaŋpekua: eŋajtsï uekaka, orheta pare jurhixaŋasïni.

EIAŋPETI: Selia Mendesi Agustinu, Tsirondarhu anapu.

Gorditas con charales
(5 porciones)

Cantidad		Ingredientes
1	kg	de charales medianos
1 1/2	kg	de masa de nixtamal
1/2	litro	de aceite comestible
2		chiles guajillos picantes
1		chile pasilla
4		tomates
1		jitomate
10		nopales tiernos
2	dientes	de ajo
1		cebolla mediana
al gusto		sal

Procedimiento

Se preparan las gorditas con la masa de nixtamal y se fríen. Los charales con sal también se fríen aparte una vez bien lavados. Sobre el comal se asan los chiles desvenados, los tomates y los jitomates, se muelen en molcajete junto con un ajo, media cebolla y la sal.

Los nopales se pican y se cuecen con un ajo, media cebolla y un poco de sal, una vez cocidos, se escurren.

Teniendo todo listo se hace lo siguiente: con un cuchillo se abren por el canto las gorditas y se les ponen los nopales y un puñado de charales y sobre éstos la salsa al gusto.

Nota: si se prefiere, los nopales pueden ir guisados.

Informante: Celia Méndez Agustín, de la comunidad de San Andrés Tziróndaro.

TORTA CH'ARHARI ATAPAKUA
(kuimu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
tembeni imu ekuatsï gramu	kuerepu k'arhiri ka ambarhikata
tsimani ichakua	kuaxanda tsikateri
t'amu irhakua	k'auasï k'arhiri p'ameri
tanimu irhakua	k'auasï k'arhiri korhati
tsimani jupikakua	kominusï
tanimu irhakua	pimentoni
tsimani irhakua	pimienta
tsimani sïni arhujtakata	ajusï
tsimani irhakua	jitomati
t'amu irhakua	toma
t'amu ichakua	xanini seneri piiukata
iumu tsimani ekuatsï tembini gramu	manteka
eska xani asïperakurhiaka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Uanikaŋasïndi sesi ch'arhari, chungutaŋasïndi urhúŋani kominusï jiŋoni sesi jeiandaparini ka jimajtu tsïreri untani, ietaparini kuaxandichani; i tsïreri jimbo uŋasïndi torta ts'ïmi jurhixapaŋasïndi ma kasuilarhu iustantani ka p'iuapantani.

I kasuilarhu jimbojtu jurhixaŋasïndi k'auasï t'okemakata ka iamendu p'untsumitarakuecha urhúkata, ierhitakua ambe ka tsiri, eŋa uenaka puruantani uekamaŋasïndi torta. Uetarhiati ts'emuni itukua, eŋa sesku jamarhaka noteru jatsikunni ia.

EIAŋPETI: Senorina Morfini, Tsïkuichu anapu.

Atapakua de torreznos de charales
(6 porciones)

Cantidad		Ingredientes
300	g	de charales secos y limpios
4		huevos
2		chiles guajillos picantes
4		chiles guajillos anchos
2	pizcas	de cominos
3	semillas	de pimientón
2		pimientas
2	dientes	de ajo
2		jitomates
4		tomates
4	mazorcas	de maíz seneri desgranado
150	g	de manteca
al gusto		sal

Procedimiento

Se tuestan muy bien los charales en el comal y sin manteca. Después se muelen con los cominos hasta convertirlos en harina, la cual se amasa con los huevos; con la masa se hacen los torreznos, los cuales se fríen en una cazuela, se escurren y se sacan. En esta misma cazuela se fríe la salsa ya colada, que se obtiene de moler las especias, las hortalizas y el maíz; cuando empieza a hervir se agregan los torreznos. Es necesario probar antes de poner la sal.

Informante: Cenorina Morfín, de la comunidad de Sicuicho.

UICHU P'AMEARHA
(t'amu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
terujkani kilu	kuerepu jimbaŋi
tanimu ichakua	k'auasï pasiia
t'amu irhakua	jitomati
ma irhakua	ts'urupsï sesku jaŋarhi
ma sïni arhujtakata	ajusï
tsimani irhakua	parea
iumu irhakua	toma
ma axandikua sapi	kuatsitasï juatarhu anapu
ma axandikua sapi	kulantru
tsimani litru	itsï
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Jatsiŋasïndi ch'ipirirhu kasuila itsï ka sani itukua jiŋoni. Tamu, sanisku jurhixaŋasïndi toma, jitomati, terujkani irhakua ts'urupsï ka parea t'uini sesi sapirhati undurhikata, sanderu tatsikua kumaŋasïndi k'auasï jiumakata arisï ukata: jiumani k'aùasï uirikata, jitomati jámakata, ajusï ka ts'urupsï pakajkukata. Iamendu sesi jurhixakata, jatsimaŋasïndi kasuilarhu eŋa itsï puruani jarhajka ia; chungumani, uekamani kuerepuechani ambarhikata ia eŋa ninijka ia, jatsimaŋasïndi kuatsitasï, kulantru ka sanitutaru itukua eŋa ambe kueratakа.

EIANŋPETI: Mersedesi Peresi Mateo, P'urhenchekuarhu anapu.

Charales en caldo rojo
(4 porciones)

Cantidad	Ingredientes
1/2 kg	de charales frescos
3	chiles pasilla
4	jitomates
1	cebolla mediana
1	diente de ajo
2	joconoles
5	tomates
1 ramita	de epazote
1 ramita	de cilantro
2 litros	de agua
al gusto	sal

Procedimiento

Se pone al fuego una cazuela con el agua y un poco de sal. Aparte, se sofríen los jitomates, media cebolla y los joconoles previamente picados. Posteriormente, se les agrega una salsa de molcajete preparada con los chiles tostados en comal, los jitomates cocidos, el ajo y el resto de la cebolla. Cuando todo esto está bien sazonado se vacía a la cazuela con el agua hirviendo; enseguida se agregan los charales ya limpios, una vez cocidos, se les pone el epazote, el cilantro y si es necesario otro poco de sal.

Informante: Mercedes Pérez Mateo, de la comunidad de San Jerónimo Purenchécuaro.

XEMBECHAKUA K'ARHIŋEKATA
(iumu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
tanimu kilu	kuerepu jimbaŋi
kuimu ichakua	kuarhaŋekua xakua
tsimani irhakua	pare xarhipiti
tanimu irhakua	k'auasï chipo
tsimani irhakua	jitomati
tsimani irhakua	ts'urupsï sesku jarhati
ma axandikua sapi	kulantru
ma litru	itsï
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Xembechakua kaxurhakua jingoni jatsiraŋasïndi nani ka ambarhiŋasïndi. Kasuilarhu puruataŋasïndi itsï, sesku sapirhatitu undurhiŋasïndi iamendu asïpitarakuecha ka ietantani kaxurhakua ka perechakuani jiŋoni, iamendu ambe xondamaŋasïndi eŋa itsï puruani jauaka ia itukua jatsikuŋasïndi ka mikani.

Puruataŋasïndi jimaŋa jamberi k'arhinguaka iamenu churhipu ka perechakuatarku pakaŋeni, exeparin eska sesi niniaka iamendu ambe.

Eiaŋpekua: mataru iretecharhu arhiŋasïndi "perechakua tsaŋekata".

EIAŋPETI: Esperansa Mateo Sandobali, P'urhenchekuarhu anapu.

XEMBECHAKUA CON VERDURAS
(5 porciones)

CANTIDAD		INGREDIENTES
3	kg	de charales frescos
6	hojas	de quelite lengua de vaca
2		joconoles
3		chiles perones
2		jitomates
2		cebollas medianas
1	ramilla	de cilantro
1	litro	de agua
al gusto		sal

PROCEDIMIENTO

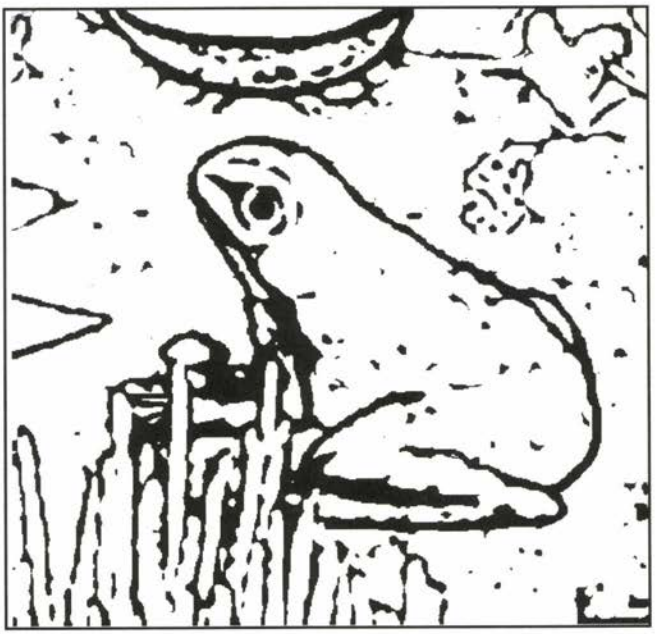
Las branquias y las aletas pectorales extraídas de los charales se colocan en un recipiente y se lavan. En una cazuela, se pone a hervir el agua, mientras hierve, se pican finamente todos los demás ingredientes y se mezclan con las branquias y las aletas, se vacía todo esto en la cazuela donde ya debe estar hirviendo el agua, se le pone la sal y se tapa. Se deja hasta que se consuma completamente, pero cuidando que queden bien cocidos los ingredientes.

Nota*: xembechekua k'arhiŋekata* significa literalmente *branquia consumida*, debido a la forma de preparar esta receta.

INFORMANTE: Esperanza Mateo Sandoval, de la comunidad de San Jerónimo Purenchécuaro.

Tsipiticha imaŋa itsï ka echerirhu jamajka

Anfibios



ACHOJKIRI CHURHIPU
(iumu tsimani atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
tembeni t'amu	achojki sesku jarhaticha
ma kuartu kilu	papasï
iumu ichakua	sanaoria
ma iorhesï	aseiti akua
terujkani kilu	jitomati
ma irhakua	apopu
terujkani kilu	repoiu
tanimu sïni arhujtakata	ajusï
tamu xarhiandipu sapirhati	kulantru
iumu litru	itsï
eska xani p'iraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Lamendu asïpitarakuecha tsepuki undurhiŋasïndi kulantrujku no ambe ka sanisku.

jurhixaŋasïndi. Tatsekua, itsï jatsikuŋasïndi ka puruatani k'o ia jiajkani isï jatsimaŋajti ia achojkicha sïkuitakata ka sïturhi p'itakukata. Puruataŋasïndi ma ekuatsï iumu motsikua ka kulantru pasïndi eŋa sanderu kueratani jarhajka ia ninini.

EIAŋPETI: Paula Bautista Kortesi, Puakuarhu anapu.

Caldo de achoque
(7 porciones)

Cantidad	Ingredientes
14	achoques medianos
5	zanahorias
1	chayote
1 cucharada	de aceite
1/2 kg	de jitomates
1/4 kg	de papa
1/2 kg	de repollo
3 dientes	de ajo
3 ramillas	de cilantro
5 litros	de agua
al gusto	sal

Procedimiento

Se pican todos los ingredientes, excepto el cilantro, y se sofríen. Enseguida, se agrega el agua, se deja hervir y posteriormente se adicionan los achoques ya sin piel y sin vísceras. Se deja hervir durante 25 minutos, poco antes de retirar del fuego se le pone el cilantro y la sal.

Informante: Paula Bautista Cortés, de la comunidad de Puácuaro.

ACHOJKI UIRIXAKATA
(t'amu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
ma kilu	achojki jimbaŋi
eska xani uetarhiaka	itukua
eska xani uetarhiaka	limonisï

NA EŋA UŋANTAJKA

Achojkicha sïkuitaŋasïndi, chungumani atarhiŋasïndi sanitu itukua ka jurajkuani eska tsandarhuksï iuskantaaka tanimu o t'amu atakua isï. Tatsikua ia, uirikani mentku sesi perejkuaparini eroksïrhu.

Mentku sesi makuŋasïndi aŋapani limonisï jukari ka sani k'auasï jiumakata jiŋoni.

Eiaŋpekua: eŋa tsitiŋaaka aŋani jurhixakata o uirhijpakata istu aspesïndi

EIAŋPETI: Mersedesi Peresi Mateo, P'urhenchekuarhu anapu.

Achoque asado al comal
(4 porciones)

Cantidad	Ingredientes
1 kg	de achoque fresco
los necesarios	limones
al gusto	sal

Procedimiento

A los achoques ya despellejados y sin vísceras, se les pone sal y se dejan orear de tres a cuatro horas. Se asan sobre el comal de manera uniforme.

Se adereza con jugo de limón y salsa de molcajete.

Nota: si se prefiere, también se pueden freír o asar en las brasas.

Informante: Mercedes Pérez Mateo de la comunidad de San Jerónimo Purenchécuaro.

ACHOJKIRI CHURHIPU (MATERU)
(kuimu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
tembeni tsimani	achojkicha
t'amu axandikua sapirhati	kulantru
ma irhakua	ts'urupsï
tsimani irhakua	jitomati
tsimani sïni arhujtakata	ajusï
tsimani ichakua	purhu sapirhati
tembini ichakua	purhuiri tsïpata
tsimani litru	itsï
eska xani uetarhiaka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Jatsiŋasïndi parhanguarhu kasuila itsï jiŋoni, ajusï ka ts'urupsï undurhikata. Eŋa uenaaka puruani jatsimaŋasïndi achojkicha t'uini sïturhi p'itakukata ka sïkuitakata ia. Eŋa uekaŋaaka sïkuirini jiŋoni churhipu untani, inde uekamaŋasïndi k'uiripitani jiŋoni; itukua eska xani uetarhiaka; niniraŋasïndi tsimani atakua isï. Jiajkani, uekamani ia materu asïpitarakuechani ts'aŋa pakarapka undurhikata ia sanderu tatsikua kulantru jatsikuni. Puruatani iumu motsikuatarku ka jarhani ia.

EIAŋPETI: Florentina Jeronimo Pichu, Ichupio anapu.

Caldo de achoque (otro)
(6 porciones)

Cantidad		Ingredientes
12		achoques
4	ramitas	de cilantro
1		cebolla
2		jitomates
2	dientes	de ajo
2		calabacitas tiernas
10		flores de calabaza
2	litros	de agua
al gusto		sal

Procedimiento

Se pone sobre el fogón una cazuela con el agua, ajo y cebolla partidos, cuando comienza a hervir, se le ponen los achoques ya lavados, destripados y sin piel. Si se prefiere, se pueden agregar las pieles; se pone la sal necesaria, de deja cocer durante dos horas. Después, se añaden los demás ingredientes rebanados, finalizando con el cilantro. Se hierve durante cinco minutos más y listo.

Informante: Florentina Jerónimo Picho, de la comunidad de Ichupio.

ACHOJKI CHURHIPU CHARHAPITI
(iumu tsimani atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
iumu tsimani ichakua	achojki k'erati
ma irhakua	ts'urupsï sesku jaŋarhi
ma sïni arhujtakata sapirhati	ajusï
iumu axajtarhakua sapirhati	kulantru
tsimani irhakua	jitomati
tanimu ichakua	k'auasï uajiiu korhati
ma iorhesï	aseiti akua
tanimu litru	itsï
eska xani uetarhiaka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Achojkicha sïturhi p'itakuŋasïndi, juparhiŋasïndi ka jámaŋasïndi sïkuiri jiŋoni tsimani atakua isï, jatsikuni itukua ka terujkani irhakua ts'urupsï uirhiŋerari. Tamu, jurhixani kuatakuatasïku jurajkuni ts'urupsï pakajkukata ka kumantani: ajusï, jitomati uirikata, k'auasï ts'irita p'itakukata, t'uini jiumakata ka tsarhakata ka tatsekuatarku ia kulantru sapindurhikata; eŋa ninijka ia kumaŋantasïndi achojkiri churhipuemba ka jatsimaŋasïndi achojkicha ka itukua eska xani p'iaraka. Puruataŋasïndi sanderku.

EIAŋPETI: Angela Domingesi Uisari, Ueameo anapu.

Achoque en caldo rojo
(7 porciones)

Cantidad		Ingredientes
7		achoques grandes
1		cebolla mediana
1	diente	de ajo
5	ramillas	de cilantro
2		jitomates
3		chiles guajillos anchos
1	cucharada grande	de aceite
3	litros	de agua
al gusto		sal

Procedimiento

A los achoques se les sacan las vísceras, se lavan muy bien y se ponen a cocer con todo y la piel, con la suficiente sal y media cebolla en rodajas, aproximadamente durante dos horas.
Aparte, se sofríe el resto de la cebolla, a ésta se le agregan molidos y colados los ajos, los jitomates asados y los chiles desvenados. Finalmente se añade el cilantro picado; cuando ya está cocida la salsa se le vacía el caldo en que se cocieron los achoques, al comenzar a hervir se agregan éstos, poniendo sal al gusto. Se Acompañan con tortillas o corundas.

Nota: Si no gusta de la piel, puede despellejarse antes de cocinar.

Informante: Angela Domínguez Guizar, de la comunidad de Santa Fe de La Laguna.

TORTA ACHOJKIRI
(kuimu atakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
tembeni tsimani	achojkicha
tsimani irhakua	jitomati
ma irhakua	ts'urupsï sesku jaŋarhi
tsimani ichakua	purhu sapirhati
tsimani ichakua	sanaoria
ma kunujkurhakua	pipinasï
ma irhakua	apopu
ma ichakua	k'auasï pasiia k'eri
tsimani ichukua	k'auasï uajiiu korhati
ma sïni arhujtakata	ajusï
tsimani iorhesï	aseiti akua
ma katsijkurhakua	kurhinda tsïreri
tsimani o tanimu irhakua	tsikateri kuaxanda
ma axandikua sapi	kulantru
eska xani uetarhiaka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Kasuilarhu jurhixaŋasïndi purhu, sanaoria ka apopu sesi sapi undurhikata ka pipinasïntu p'itaakuni. Eska na jurhixakurhiaka, jatsimaŋasïndi k'auasï urhúkata pasiiu, uajiiu ts'irita p'itaakukata, ajusï, ts'urupsï, jitomati ka itukua, jurajkutani eska puruaka.

Tamu, t'uini jamakata jatsiaani ia achojkichani sïkuiri jiŋoni, p'ikurhiani iamendu k'uiripitani ka sapindurhintani jajki jimbo ietaŋasïndi tsikateri kuaxanda ka kurhinda tsïreri ka sesesi tsïkani iendurhiparini iorhesï jimbo. Sanderu tatsikua, ini jurhixani mandani iorhesï jimbo torta upariani; eska na t'ixakurhipaaka ia, p'imaapantani ka jatsirapani materu kasuilarhu.

Eŋa puruani jauaka ia k'auasï ierhitakuecha jiŋoni, kumantani ma tsuntsu sapi itsï o churhipuemba ka erokani eska uentaaka puruani ka uekamaŋasïndi ia iamindu tortechani ka istu kulantru itukua eska xani uetarhiaka ka xanku.

EIAŋPETI: Angela Domingesi Uisari, Ueameo anapu.

Torreznos de achoque
(6 porciones)

Cantidad		Ingredientes
12		achoques
2		jitomates
1		cebolla mediana
2		calabacitas
2		zanahorias
1	puño	de chícharos
1		chayote
1		chile pasilla grande
2		chiles guajillos anchos
1	diente	de ajo
2	cucharadas	de aceite
1	puño	de harina
2 ó 3		huevos
1	ramita	de cilantro
al gusto		sal

Procedimiento

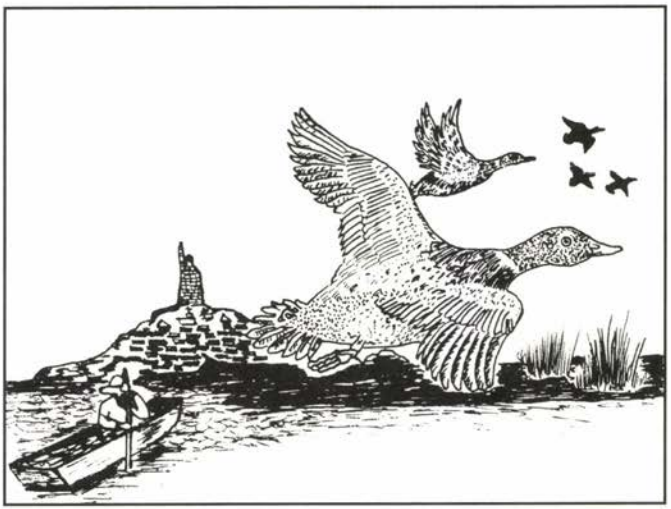
En una cazuela se pone el aceite para freír las calabacitas, las zanahorias y el chayote bien picados y los chícharos. Una vez frito lo anterior se le agrega la salsa hecha de chiles pasilla y guajillo, desvenados previamente, ajo, cebolla, jitomate y la sal. Se deja hervir.

Aparte, a los achoques ya cocidos con todo y piel se les quita la carne y se desmenuza, se le agregan los huevos y el harina y se mezcla perfectamente utilizando una cuchara. Con esta mezcla se van formando una especie de gorditas o torreznos y se ponen a freír, conforme se doran se sacan y se acomodan en un platón grande. Se añade una ollita de agua a la cazuela con el caldillo y cuando comience a hervir se vacían los torreznos. El cilantro y la sal se ponen al final y listo.

Informante: Ángela Domínguez Guizar, de la comunidad de Santa Fe de La Laguna.

KARATICHA

AVES



KUIRISÏRI CHURHIPU
(kuimu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
tanimu irhakua	kuirisï sesku jarhaticha
ma sïni arhujtakata	ajusï
terujkani irhakua	ts'urupsï
ma irhakua	jitomati
kuimu ichukua ch'ikurh	kuatsitasï
tsimani litru	itsï
eska xani uetarhiaka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Kuirisïcha ambarhiŋasïndi ka undurhiŋasïndi. Jámaŋasïndi ajusï, ts'urupsï, jitomati ka sani itukua. Niniraŋasïndi terujkani atakua jimbojku. Tatsekuatarku, jatsikuŋasïndi kuatsitasï.

T'iréŋasïndi churhipujku jiŋoni katsatakua, tauasï, mintsita ka jantsiricha.

K'uiripita patsaŋasïndi ka pauandimakua uŋantani.

EIAŋPETI: Florentina Jerónimu Pichu, Ichupio anapu.

Caldo de pato
(6 porciones)

Cantidades	Ingredientes
3	patos medianos
1	diente de ajo
1/2	cebolla
1	jitomate
6 hojas	de hierbabuena
2 litros	de agua
al gusto	sal

Procedimiento:

Los patos se despluman y se destazan. En una olla se ponen a cocer junto con el ajo, la cebolla, el jitomate y un poco de sal. Se cuece en aproximadamente media hora. Al final, se agrega la hierbabuena.
Se toma el caldo o consomé con las menudencias. La carne se guarda para preparar un guiso especial al día siguiente.

Informante: Florentina Jerónimo Picho, de la comunidad de Ichupio.

KUIRISÏ K'AUASÏ XUŋAPITI JINGONI
(kuimu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
tsimani irhakua	kuirisï japondarhu anapuecha
ma jupikakua	kominus
iumu tanimu ichakua	k'auasï ts'irapsï
terujkani kilu	toma
tsimani ichakua	xanini charhapiti
ma irhakua	ts'urupsï
tsimani sïni arhujtakata	ajusï
t'amu litru	itsï
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Puruataŋasïndi t'amu litru itsï ka jámaŋasïndi tsimani irhakua kuirisïcha ambarhikata ka undurhikata ia ts'urupsï ka ajusï jiŋoni, puruataŋasïndi jimaŋa jamberi akuŋuaka sanitku pakaŋeparini. Xanini piiukata uanikaŋasïndi, urhúŋasïndi ka itsï umaŋasïndi i sïndurakuauati; urhuŋasïndi toma ka k'auasï jamakata ia, ts'urupsï pakajkukata, ajusï ka kominusï jiŋoni, i iamu ambe sïndurakua jiŋoni tsarháŋasïndi churhipurhu, jatsikuŋasïndi itukua ka puruataŋasïndi iumu motsikuaterku ia.

EIAŋPETI: Aurora Bautista Kampusï, Puakuarhu anapu.

Pato en salsa verde
(6 porciones)

Cantidad	Ingredientes
2	patos silvestres
1 pizca	de cominos
8	chiles serranos
1/2 kg	de tomates
2 mazorcas	de maíz rojo
1	cebolla
2 dientes	de ajo
4 litros	de agua
al gusto	sal

Procedimiento

En cuatro litros de agua se ponen a cocer los patos previamente desplumados y destazados con media cebolla y un diente de ajo, se deja hervir hasta que se consuma a la cuarta parte.

El maíz desgranado se tuesta en el comal, se muele en metate y se deslíe en un poco de agua, esto servirá como espesante; se muelen los tomates y los chiles cocidos junto con el resto de la cebolla, el ajo y los cominos; todo esto junto con el espesante se cuela y se agrega a los patos, se pone la sal, se deja hervir otros cinco minutos y se sirve.

Informante: Aurora Bautista Campos, de la comunidad de Puácuaro.

KUIRISÏ MOLINI JASÏ UNTSKATA
(tembeni atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
iumu	kuirisï sesku jarhati
ma kuartu kilu	k'auasï uajiiu korhati
ma kuartu kilu	k'auasï pasiia
t'amu irhakua	toma
ma irhakua	ts'urupsï k'eŋarhi
tanimu sïni arhujtakata	ajusï
tsimani ekuatsï tembeni gramu	tsïreri japueri (sïndurakua)
mandani sutupu sapi	oreganu, pimienta, klabu pimientoni ka kominusï
tsimani litru	itsï
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Itsï puruataŋasïndi kasuila k'eri jimbo, ts'urupsï t'apurhu undurhikata, ajusï ka itukua jiŋoni, eska na puruani jauaka ia uekamaŋasïndi kuirisïicha sesi ambarhikata ka undurhikata ia; eska na k'arhinguaka sesesi uenasïndi t'íŋakurhini imecheri p'ukukua jimbo; sesku urhúŋani jarhásïndi k'auasï charhapiti, toma, klabu, oreganu, pimienta, pimientoni ka kominusï, i urhúkata sïndurakua jiŋoni sesi jeuetaŋasïndi ka iemaŋantasïndi kuirisïrhu ka puruatantani sanitutarku ia exeparini eska sïnduŋarhiaaka sanisku.

EIAŋPETI: María Natibidadi Ernandesi Asensiu, Puakuarhu anapu.

Guisado de pato tipo mole
(10 porciones)

Cantidad		Ingredientes
5		patos medianos
1/4	kg	de chile guajillo
1/4	kg	de chile pasilla
4		tomates
1		cebolla grande
3	dientes	de ajo
50	g	de masa de maíz (espesante)
1	sobrecito de c/u	orégano, pimienta, cominos, pimientón y clavo.
2	litros	de agua
al gusto		sal

Procedimiento

En una cazuela grande se hierve el agua con la cebolla partida en cuatro, los ajos y la sal al gusto. Estando en ebullición se van colocando los patos previamente lavados y destazados, al consumirse completamente el caldo comienza a soltar su grasa, en la cual se deja freír la carne. Enseguida se le agrega la salsa hecha de chiles guajillos, pasilla, tomates, orégano, pimienta, pimientón y cominos molidos en metate; esta salsa se mezcla con la masa para que espese. Se deja hervir unos minutos más.

Informante: María Natividad Hernández Ascencio, de la comunidad de Puácuaro.

KUIRISÏ PATSAKATA
(iumu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
tanimu irhakua	kuirisïicha uitsindikueni jamakata
ma iorhesï k'eri	manteka
iumu ichakua	k'auasï uajiiu
ma sïni arhujtakata	ajusï
terujkani irhakua	ts'urupsï
sanititku	tsïreri ichuskuta ukua (sïndurakua)
terujkani litru	churhipu kuirisïri
eska xani uetarhiaka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Jatsïjpaŋasïndi ch'ipirirhu kasuila manteka jiŋoni ka eska na ima kurhiaaka jatsimaŋasïndi kuirisï, eŋa sesi jurhixakurhiaka ia, kumaŋantasïndi k'auasï, ajusï ka ts'urupsï t'uini jiumakata ia; chungutamaŋasïndi sïndurakua jatsikuŋantani churhipu kuirisï jiŋoni, eŋa ueŋaka puruani jatsikuŋantasïndi sanderu churhipu ka itukua eska xani p'iaraka ka jarháni ia.

Eiaŋpekua: jámaŋasïni kuirisï ka pauandimakua umaŋantasïndi k'uiripita jimbosïi i t'irekua arhiŋajti kuirisï patsakata. Isïjtu uŋantasïndi k'auasï xuŋapiti jiŋoni ka no jatsikuni ia k'auasï uajiiu.

EIAŋPETI: Florentina Jeronimu Pichu, Ichupio anapu.

Guiso de pato
(5 porciones)

Cantidad		Ingredientes
3		patos cocidos un día anterior
1	cucharada grande	de manteca
5		chiles guajillos
1	diente	de ajo
1/2		cebolla mediana
1/2	testal	masa de nixtamal
1/2	litro	de agua
al gusto		sal

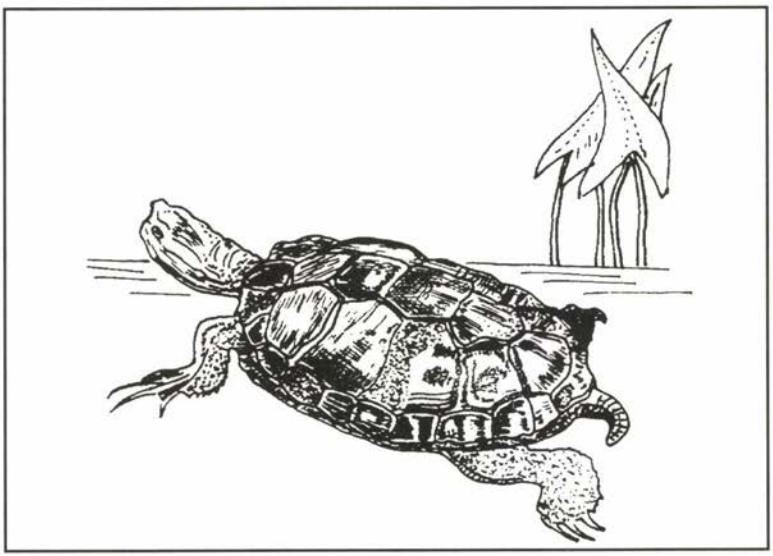
Procedimiento

Se pone al fuego una cazuela de barro con la cucharada de manteca, una vez quemada se ponen a freír las piezas de pato; enseguida se agregan el chile, el ajo y la cebolla molidos en molcajete; después se añade el espesante hecho con la masa desleída en un poco de caldo de pato, al empezar a hervir, se le vacía el resto del caldo y la sal al gusto.

Nota: El pato se cuece un día antes, por tal motivo se le llama kuirisï patsakata, que significa literalmente pato guardado o almacenado. También se le puede preparar en salsa verde sustituyendo el chile guajillo por serrano.

Informante: Florentina Jerónimo Picho, de la comunidad de Ichupio.

Tsipiti korotsiticha
Reptiles



KUTUERI CHURHIPU
(iumu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
iumu irhakua	kutuecha
tsïmani sïni arhujtakata	ajusï
ma irhakua	ts'urupsï k'eŋarhi ch'eti jingon
t'amu irhakua	jitomati
tanimu ichakua	k'auasï uajiiu korhati
iumu ichukua	ch'ikurhi kuatsitasï
t'amu litru	itsï
tsimani iorhesï	aseiti akua
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Eska na ejpu kachujchakuŋajka ia kutuecha jurajkuŋasïndi eska iuskaaka iurhuri, irhamaŋasïndi itsïrhu eŋa ima puruani jarhajka ia terujkani jamberi ts'urupsï ka ma arhujtakua ajusï jiŋoni, tsimani ekuatsï motsikua jimboksï ninisïndi.

Tatsikua ia, p'ikuparhakuŋasïndi kaparhakua ka kaarhakua, sïturhi ambe p'itakuŋani sesi ambarhintani ka k'uiripitimbanku pakatani.

Tamu, jitomati ka k'auasï uirikaŋasïndi ka jiumaŋani ts'urupsï ka ajusï jiŋoni. Jurhixani ka tatsikua jatsikuŋasïndi ma tsuntsu sapi itsï, puruatantani ka uekamantani ia k'uiripita kutueri, kuatsitasï, ts'urupsïri ch'eti sanitku ka itukua. Puruataŋasïndi iumu motsikua isï ka jarháni k'o ia.

Eiaŋpekua: eŋa ambe uekoka k'auasï xunapiti jatsikuni uetarhiati jiumani. K'auasï ts'irapsï ka toma ka no jatsikuni ia uajiiu nijtu jitomati.

EIAŋPETI: Aurora Asensiu Estrada, Puakuarhu anapu.

Caldo de tortuga
(5 porciones)

Cantidad	Ingredientes
5	tortugas
2 dientes	de ajo
1	cebolla grande con rabo
4	jitomates
3	chiles guajillos anchos
5 hojas	de hierbabuena
4 litros	de agua
2 cucharadas	de aceite comestible
al gusto	sal

Procedimiento

Se les corta la cabeza a las tortugas y se dejan desangrar, se meten en agua hirviendo con media cebolla y un diente de ajo, se cuecen durante 40 minutos.

Después, se les quita la concha, el plastrón y las vísceras, colocando únicamente la carne en un recipiente limpio.

Por separado, los jitomates y los chiles se asan en comal y se muelen en molcajete junto con media cebolla y un ajo. Posteriormente, esta salsa se fríe y se le agrega una ollita de agua, se añaden la carne, la hierbabuena, unos rabos de cebolla y la sal. Se deja hervir durante 5 minutos más y listo.

Nota: Si se desea que el guiso tenga color verde, sustituir el chile guajillo y los jitomates por tomates y chiles serranos.

Informante: Aurora Ascencio Estrada, de la comunidad de Puácuaro.

KUTUERI KUAXANDA JURHIXAKATA
(t'amu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
ma ekuatsï	kutu kuaxanda
kuimu ichakua	k'auasï ts'irapsï
tanimu irhakua	jitomati
ma irhakua	ts'urupsï
ma sïni arhujtakata	ajusï
kuimu ichukua ch'ikurhi	kuatsitasï
tsimani iorhesï	aseiti akua
eska xani uetarhiaka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Kuaxandecha jámaŋasïndi ka ambaparhakuani. Tamu, jámaŋasïndi k'auasï ka jitomati ka jiumani ajusï jiŋoni ka terujkani irhakua ts'urupsï.

Jatsïjpaŋasïndi kasuila aseiti akua jiŋoni ka eska na ts'aaka, sanisku jurhixaŋasïndi ts'urupsï imaŋa pakaraka undurhikata ia, chungutani kumani k'auasï jiumakatantu, eŋa sesi jurhixakurhiaka ia, irhamaŋasïndi kuaxandecha, kuatsitasï ka itukua, puruatantani iumu motsikua ka jarháni ia.

EIAŋPETI: Selia Timoteo Ojeda, Ichupio anapu.

Guisado de huevo de tortuga
(4 porciones)

Cantidad	Ingredientes
20	huevos de tortuga
6	chiles serranos
3	jitomates
1	cebolla
1 diente	de ajo
6 hojas	de hierbabuena
2 cucharadas	de aceite comestible
al gusto	sal

Procedimiento

Se cuecen y pelan los huevos de tortuga. Aparte, se cuecen los chiles y los jitomates y se muelen con un ajo y media cebolla crudos. En una cazuela se quema el aceite y se sofríe el resto de la cebolla rebanada, se agrega la salsa y estando bien frita se le añaden los huevos rebanados, las hojas de hierbabuena y la sal. Se deja hervir unos cinco minutos más y se sirve.

Informante: Celia Timoteo Ojeda, de la comunidad de Ichupio.

KUTU UIRIJPAKATA
(t'amu atarakua)

NA XAŋACHANI	ASÏPITARAKUECHA
iumu irhakua	kutu k'erati
ma sïni arhujtakata	ajusï
t'amu irhakua	jitomati sesku jaŋarhi
tanimu ichakua	k'auasï ts'irapsï
ma irhakua	ts'urupsï sapiŋarhi
tsimani xarhindikua sapiŋarhi	kuatsitasï k'uiripitarhu anapu
eska xani p'iaraka	itukua

NA EŋA UŋANTAJKA

Eŋaksï kachujchakuŋajka kutuecha jurajkuŋasïndi eska iuskaka iurhiri, ka irhajtataŋasïndiksï parhanguarhu, t'irhikua jimbo ninisïndi uantsïnditapariani, eska na sesi chorhojpiaka ka sesi niniarhani ia, arhaakuŋasïndi ka p'itaakuni iamendu ka ambarhiŋasïndi sesi sïturhi pitani ka k'uanikuni, aŋasïndi k'uiripitemba ka kuaxandecha imaŋa jatarhatini jarhajkaksï, epurhiŋasïndi sanitku itukua ka aŋasïndi k'auasï jiumakata jiŋoni eŋa uŋantajka iamendu asïpitarakuecha jiŋoni eska na arhini jaka karhakua. Kutueri kaparhakua atarakua marhuasïndi.

EIAŋPETI: Aurora Asensiu Estrada, Puakuarhu anapu.

Tortuga a las brasas
(4 porciones)

Cantidad	Ingredientes
5	tortugas grandes
1 diente	de ajo
4	jitomates medianos
3	chiles serranos
1	cebolla mediana
2 ramitas	de hierbabuena
al gusto	sal

Procedimiento

Se les corta la cabeza a las tortugas y se dejan desangrar, se les coloca boca arriba cerca de las brasas del fogón y se les va dando vuelta sobre su concha para que se asen de manera uniforme; después, se les quita el plastrón (la concha de abajo), las vísceras y se desechan; se comen la carne y los huevos poniéndoles un poco de sal y salsa de molcajete que se prepara con los chiles, jitomates asados sobre el comal y molidos junto con los demás ingredientes y sal al gusto. En este caso, la concha se utiliza como plato o recipiente.

Informante: Aurora Ascencio Estrada, de la comunidad de Puácuaro.

K'auasï tsepundurhikata ka jiumakatecha
Salsas picadas y de molcajete



K'AUASÏ JIUMAKATA KA UNDURHIKATECHA

1.-Orheta jiumaŋasïndi ajusï ka ts'urupsï tsipitku eŋa sesi jiaŋurhiaka ia chungumaŋasïndi k'auasï chiponi jiumantu sanderu tatsikua paŋasïndi jitomati uirikata, k'amatani jámani kumani sani kulantru tsepundurhikata, itukua eska xani asperaka ka jarháni ia.

2.-Jamaŋasïndi k'auasï ts'irapsï ka toma. Tamu, jiumaŋasïndi ts'urupsï ka ajusï tsipiti, sanderu tatsikua ia jiŋoni kumani k'auasï ka toma jámakata jatsikuŋasïndi itukua. Xantku isï.

3.-Uirhikaŋasïndi jitomati ka k'auasï uajiiu sanisku. Tamu, jiumaŋasïndi ajusï ka ts'urupsï ka jianguritini ia sesi, chungumaŋasïndi jiumantu ia k'auasï uajiiu ka eska na ijtu sesi jiandaŋaka ia, ambaparhakuŋasïndi jitomati ka ietani ia jiŋoni jiumani, itukua ambe ka xantku.

4.-Jitomati, toma ka k'auasï ts'irapsï o chipo uirixaŋasïndi. Sesi jiumaŋasïndi tamu, ts'urupsï ka ajusï ka tatsikua ia kumani orheta k'auasï uirhixakata, chungumani jitomatini sïkuiparhakuni, toma ka k'amatani jamani ia itukua jatsikuni.

5.-Jamaŋasïndi k'auasï chipo irhamakata churhipu kurucharhu o materu aŋonakuarhu ka p'imaŋasïndi ka eŋa aŋonakua jarhajka ia jatsiraŋasïndi nani, undurhiŋasïndi ka jima p'itakurhiŋasïndi saŋachani.

6.-Tsepundurhiŋasïndi ts'urupsï , jitomati, k'auasï ts'irapsï ka kulantru sesi juparhikata, jatsikuŋasïndi itukua eska xani asïpimuŋaka, sani limonisï iurhujchakuraŋasïndi ietani iamendu ka xantku isï.

Salsas picadas y de molcajete

1.-Primero se muelen en el molcajete el ajo y la cebolla crudos, posteriormente se agregan el chile chipotle crudo y el jitomate asado. Al final se agrega el cilantro picado y la sal al gusto.

2.-Se muelen en el molcajete la cebolla y el ajo crudos. Enseguida, se agregan el chile y los tomates ya cocidos, se les pone la sal al gusto.

3.-Se asan ligeramente en el comal los jitomates y el chile guajillo. Por separado, se muelen el ajo y la cebolla, posteriormente se agrega a éstos el chile guajillo; después, se muelen también los jitomates despellejados hasta obtener la salsa. Agregar la sal al gusto.

4.-Los jitomates, el tomate y los chiles verdes o perones se asan. Se muelen consecutivamente la cebolla, el ajo, chile asado, el jitomate sin piel y los tomates, finalmente se pone la sal.

5.-El chile perón entero se cuece en el caldo de pescado o caldo de otro alimento. Se pone unos minutos antes de retirarse del fuego; después, se extrae colocándolo en algún recipiente donde se parte en trozos chicos y de esta manera cada persona lo puede tomar al gusto.

6.-Se pica la cebolla, el jitomate, el chile serrano y el cilantro bien lavados y se agrega sal al gusto. Enseguida, se le exprimen unos limones y se revuelve todo.

T'irekueri anapu uandakuecha

Glosario gastronómico p'urhépecha-español



A

achojki	ajolote de la laguna; achoque.
ajusï	ajo.
akukua xarhipiti	joconol.
akunguni	consumirse o evaporarse el agua por ebullición.
aksïkua	ala de ave.
amaŋenchakua	fruta.
ambarhani	ser o estar bueno de calidad y/o cualidad.
aŋarhakua	"venas" de chile.
arhakutarakua	cuchillo.
arhujtakata	porción, parte, pedazo, o trozo.
asïpitarakua	ingrediente, sazonador y condimento.
atajchakurakata	adobado (a), enchilado (a), untado (a), embarrado (a).
atajchakurakua	adobo, mojo.
ataparhakuni	impregnar de huevo batido algún alimento, capear.
atarakua	vasija, parte, porción.
atarhikata	adobado (a), enchilado (a), untado (a), embarrado (a), mojo.
axajtakua	rama, ramilla.

CH

ch'apakata	tortilla de maíz martajada, grande y gruesa.
ch'arhari	charal.
chéua	variedad de pez del lago de Pátzcuaro.
ch'upiri	fuego.
ch'upiri jatakua	fogón, chimenea.

E

echujta	tortilla.
echuskuta	tortilla.
eroksï	comal.
etukua	sal.
etumani	salar.
etumeti	salado.

I

iarhata	hueva o huevera de pescado.
iauarhi	metate.
ichamani	poner o colocar objetos alargados horizontalmente en el caldo o en otro líquido.
ichamapani	ir colocando objetos alargados horizontalmente en el caldo o en otro líquido.
ichuparha	tortuga.
ierhitakua	verdura, recaudo.
ietani	mezclar.
inchajpani	enterrar en el rescoldo (en este caso un alimento).
inchaskuni	enterrar en el rescoldo (en este caso un alimento).
inchateru anapu t'irekua	cena.
iokuamani	echar, vaciar un conjunto de ingredientes a un guiso u otros líquidos.
iorhesï	cuchara.
irhakua	auxiliar adjetivizador que designa o denomina objetos de cuerpo esférico y de base redonda que se antepone al sustantivo.

Irhaxani	colocar sobre el comal objetos de base esférica como ollas.
irhikuni	rebanar.
irhindurhini	rebanar.
itsï	agua o líquido.
itsïjkueni	ser o estar poco espeso, aguado.
iurhixio akua	comida destinada a consumirse en la casa de las doncellas o capilla.
iurhujtsïntani	escurrir por sí mismo.
iurhurini	exprimir.
iustani	escurrir.

J

jámani	cocer en agua.
jatarha	pescado relleno de verduras y condimentos.
jatarhati	pescado relleno de verduras y condimentos.
jatsiakukata	pescado rellenado de verdura y condimentos.
jatsimani	poner, colocar verduras y/o condimentos en líquido.
jiumani	moler en molcajete.
jiumatakua	molcajete.
jiumatakua uajpa	mano de molcajete, mortero.
jokukua	manojo.
juparhikata	lavado, limpiado.
jupikakua	pizca.
jurhixani	freír.
jurhixakata	frito.
jurhixatakua	manteca, aceite comestible.

K

kaarhakua	plastrón, peto.
kachujchakuni	degollar.
kachukutarakua	cuchillo.
kaparhakua	concha de tortuga, de armadillo o de molusco; cáscara de tomate.
karati	ave.
kasïperantani	adornar.
katsijkurhakua	puño, manojito, ramo, ramilla.
kaxurhakua	aleta de pescado, ala de ave.
kingua	tomate (arcaísmo de la lengua p'urhépecha).
kojtsïti	plato.
koparha	mojarra.
kostakua	tortilla.
kuatsitasï angonakuarhu anapu	hierbabuena.
kuatsitasï k'uiripitarhu anapu	hierbabuena.
kuatsitasï juatarhu anapu	epazote.
kuatsitasï kamatarhu anapu	epazote.
kuatsitasï t'atsïnirhu anapu	epazote.
kuaxanda	huevo, blanquillo.
kuerepu	charales.
kuirisï	pato, ánade silvestre.
kuirisï patsakata	nombre de un guiso elaborado de carne de pato silvestre cocido de uno o hasta tres días antes.
kulantru	cilantro.
kumani	agregar o añadir otros ingredientes.
kupanda	aguacate.
kurucha	pez, pescado.
kurucha urhapiti	pescado blanco.

kurhinda	pan (en la región de la sierra) y tortilla (en la región de la laguna).
kutu	tortuga.

K'

k'ani	hoja de mata de maíz.
k'arhinda	hambruna, escasez de alimentos, carestía.
k'arhinda pakua	llevar u ofrecer alimentos en época de cuaresma.
k'arhingutani	consumirse o evaporarse el agua.
k'auasï	chile, picante.
k'auasï jiumakata	salsa de molcajete.
k'auasï chipo	chile chipotle o perón.
k'auasï k'arhiri kojti	chile guajillo ancho.
k'auasï putsukata	chile picado.
k'auasï tsepundurhikata	chile picado.
k'auasï ts'irapsï	chile serrano.
k'uengua	tráquea.
k'uetsaperakua	espesante, espesura.
k'uetsaperani	espesar.
k'uparhata	estómago.
k'uruani	hacerse espuma; inflarse la tortilla.
k'urhunda	empanada de masa de maíz envuelta en hojas de la misma planta, variedad especial de tamal.

L

lima xarhipiti	lima agria.
limasï xarhipiti	lima agria.
limonisï	limón.

M

manatani	batir, revolver, mover, menear.
manataparini	batiendo, revolviendo, moviendo, meneando.
motsikua	minuto.
mururhini	desplumar.

P

pare	nopal.
parea	joconol.
pare xarhipiti	joconol
parhangua	fogón,chimenea.
paskuni	preparar alimentos en horno de suelo (tatemar)
patsekata	alimento hecho o cocinado en horno de suelo o tatemado.
p'engua	tráquea, faringe; nombre de una planta medicinal.
perechakua	branquia o agalla de pez.
perejkuni	voltear un objeto, por ejemplo una tortilla.
piniki	plato, nombre de un arbusto y su fruto.
pinintsï	plato.
pinipiti	plato.
pixiŋani	freír.
puruani	hervir.
purhekua	mano de metate.

P'

p'iaratarakua	elemento o ingrediente para sazonar.

P'ijpantani	sacar o retirar del fuego.
P'ikurhukukata	testal o porción de masa hecha bola con la que se hace una tortilla.
p'intani	sacar o retirar del fuego.
p'unguari	pluma de ave.
p'untsumitarakua	ingrediente, condimento.

S

sesku jarhati	de mediano o de regular tamaño.
sikuitani	despellejar, pelar, desollar, mondar.
sïndurakua	espesante.
sïndurani	espesar.
sïturhi	estómago, intestino.

T

teiapiti sapirhati	tortilla gordita de maíz u otro cereal.
terujkani	la mitad, medio.
teruxukua akua	comida o alimento del mediodía.
teruxutini anapu t'irekua	comida o alimento del mediodía.
tikichi	tasa o vaso.
tinimu	escama de pescado.
tirú	variedad de pez.
toma	tomate.

T'

t'ijchutani	hornear los alimentos.
t'ijpani	dorar, tostar algún alimento en las brasas.
t'iŋani	dorar o tostar algún alimento en un recipiente.

t'ipiparhakuni	impregnar de huevo batido algún alimento, capear.
t'istani	dorar sobre el comal.
T'ixani	dorar sobre el comal.
T'ixutani	tostar, dorar dentro del horno o debajo del comal dentro del fogón.
t'okemakata	remojado(a).
t'okemani	remojar; meter en un líquido; ablandar en o con un líquido.

TS

tsarháni	colar con cedazo, criba o tamiz.
tsepundurhini	picar una verdura o alimento.
tsikuisekua	pluma de ave.
tsiperi anapu t'irekua	desayuno.
tsitáni	exprimir.
tsïpajki	arpón o fisga para pescar.
tsïpata	la flor de árboles frutales generalmente; flor de calabaza.
tsipiti korotsiti	reptil.
tsïreri	masa de maíz; fécula, harina.
tsuntsu	olla, jarro.
tsuri	joconol, durazno.

TS'

ts'irapsï	chile serrano.
ts'irita	"vena" de chile.
ts'ïnguindurhini	preparar con esmero o propiedad los alimentos.
ts'ïtuakua	semilla de chile.
ts'urupsï	cebolla.

U

uarhúni	pescar con red.
uekamakata	ingrediente o alimento añadido o puesto al caldo, consomé u otro líquido.
uekamani	añadir o echar ingrediente sólido o pastoso en líquido, caldo, consomé, etc.
uichu p'amearha	nombre de un platillo elaborado a base de charales en caldillo rojo (San Jerónimo Purenchecuaro).
uindurhini	desplumar las aves.
uirijpani	asar sobre las brasas; entre la ceniza caliente o el rescoldo
uirikani	asar generalmente.
uirhiŋerari	rodaja de verdura.
ujtantani	partir en trozos, en fracciones.
umantskua	cocina (arte o acto de cocinar los alimentos).
undurhini	partir en trozos.
undurhitarakua	cuchillo.
urhúni	moler.
ustantani	partir en trozos.

X

xarakata	hoja de mazorca.
xarhimu	limón.
xarhindikua	ramilla, rama.
xarhintku anapu t'irekua	desayuno.
xembechakua	branquias o agallas de pez.

Apéndice
Otras recetas a base de pescado

Albóndigas de pescado

Cocido el pescado en agua con sal, se deja escurrir y quitándole las espinas se pica. Se amasa con huevos crudos, un poco de pan molido, queso rallado, pimienta en polvo, perejil y hierbabuena picados, se amasa esto para formar unas bolas de tamaño regular, que fritas se cuecen en agua hirviendo con sal.

Se fríen unos ajos en aceite y se forma una salsa de avellanas molidas con un pedazo de pan remojado en vinagre; se deshace en un poco de caldillo en el que se cocieron las albóndigas, se echará en el caldo juntamente con ellas, y ya que haya dado unos cuantos hervores se sirve.

Bagre en adobo frío

El bagre, que sea grande, se lava y se sancocha en trozos grandes; se desvenan los chiles colorados y se lavan para que se les quite lo picante, después se muelen con pimienta, clavo, comino, orégano y ajo, se muelen con puro vinagre, cuidando que no quede aguado; con esto se cubre el pescado y se adorna con ruedas de cebolla.

Escabeche de bagre

Se pone a sancochar el bagre, se le quita el pellejo y se fríe en aceite a que quede tostado.
Por separado se fríe cebolla muy menuda, polvo de pimienta, orégano, hojas de laurel; se le pone bastante vinagre y aceite a que forme caldillo, en este se pone el pescado y se cubre para que no le entre aire; a los ocho días se sirve.

Boquerón de Pátzcuaro

Cantidad	Ingredientes
1/2 kg	de boquerón (pescado chico)
2 cucharadas	de vinagre de casa
1 taza	de harina
1 cabeza	de ajo
4	limones
2	chiles chipotles en adobo
el necesario para freír	aceite
1/2 taza	de sal de grano
al gusto	sal y pimienta

Procedimiento

Se lavan los boquerones tallándolos con sal de grano, para que se les caigan las escamas sin apretarse, se enjuagan muy bien, se les agrega el vinagre, ajos, chile, jugo de limón y sal, se dejan marinar por espacio de una hora. Se dejan sobre un colador para que tiren el exceso de líquido, moviéndolos con cuidado para no maltratarlos; se les agrega el harina, se mueven como si se estuvieran colando, para que se impregnen todos con la misma. En aceite hirviendo se van poniendo poco a poco y se retiran del aceite cuando ya están crujientes (bien dorados), se sirven con una buena salsa y aguacate, en botana o tacos, según su preferencia.

Caldo michi

Cantidad		Ingredientes
2	kg	de pescado bagre
1		chayote
2		calabacitas
1/2		repollo
250	g	de chícharos frescos
250	g	de papas
250	g	de zanahorias
250	g	de jitomates
9		chiles guajillos
1	cabeza mediana	de ajo
2	hojas	de laurel
9		xoconoztles (tuna agria)
1	vaso grande	de buen vinagre
1	lata	de chiles serranos (chica)
1	lata	de chiles chipotles (chica)

Procedimiento

Se abre el pescado y se deja escurrir un rato. Lo bañamos por dentro y por fuera, con sal y limón y lo ponemos al sol unos 15 minutos (esto se hace con el fin de quitar el olor al pescado), lo recogemos y lo volvemos a lavar con agua tibia, para quitarle el exceso de sal y limón, porque si lo dejamos así el caldo toma un sabor amargo.

Picamos todas las verduras y les damos una ligera freída y luego las ponemos a cocer, cuando ya están bien cocidas, ponemos el pescado en la olla con las verduras, para que se cuezan durante media hora, ya para servirse se le agrega el vaso de vinagre, la lata de chiles serranos, la de chipotles y orégano al gusto.

Si alguno es alérgico a la grasa no fría la verdura.

Nopales en chile pasilla y charales secos

Cantidad	Ingredientes
1 k	de nopales picados y cocidos
3	chiles pasilla tostados y remojados
1	diente de ajo
1/2	cebolla picada
100 g	de charales secos y limpios
1 rama	de cilantro
3 cucharadas	de aceite

Procedimiento

Se muele el chile con el ajo. Se doran los charales en el aceite, se sacan y se acitrona la cebolla, se agregan los nopales, se dejan un minuto a dorar y se agregan los charales, el cilantro y los chiles molidos, hasta que se cuezan bien.

Pescado emperejilado

Cantidad	Ingredientes
750 g	de filete de pescado blanco sin piel y dividido en 6 porciones.
6 cucharadas	de mantequilla sin sal
4 cucharadas	de agua
1/2 taza bien apretada	de perjil finamente picado
al gusto	sal
el necesario	papel de estraza o pergamino

Procedimiento

Desprenda la piel y los huesitos de los costados del pescado. Como los filetes probablemente variarán de tamaño, corte un rectángulo de papel de estraza o pergamino para cada porción, dejando 8 cm. más en cada extremo. El papel debe ser tan ancho como para enrollar apretadamente el filete y un poco más para que no se salga el jugo. Unte cada trozo de papel con mucha mantequilla de acuerdo con el tamaño de cada filete. Coloque el filete, licue el perejil, una salsa y el agua para formar una pasta y cubra cada filete con una parte de ella. Enrolle el pescado a lo largo como para "niño envuelto" y tuerza con firmeza los extremos del papel o átelos si es necesario para asegurarse de que los jugos no se escurran.

Mientras tanto derrita una cucharada de mantequilla en un sartén. Coloque los paquetes en una capa, uno al lado del otro y cuézalos a fuego lento, volteándolos de vez en cuando hasta que el papel se haya dorado.

En cada plato sirva un paquete cerrado de pescado con una ensalada.

Tacos de iarhata
(huevo de acumara o carpa)

Cantidad	Ingredientes
1/2 k	de hueva lavada en un colador fino
2	jitomates medianos
1 cucharada	de cilantro
1 cucharada	de epazote
1	chile serrano o jalapeño picado
3 cucharadas	de aceite
2	ajos finamente picados
1/2	cebolla
2 cucharadas	de vinagre de chile jalapeño.

Procedimiento

En el aceite caliente se pone la cebolla y el ajo hasta que estén acitronados, se agrega el jitomate, el epazote y el cilantro a que dé un ligero hervor, se agrega la hueva de pescado ya limpia durante cinco minutos a fuego lento, hasta que esté casi seco. Al final se agregan las cucharadas de vinagre de chile jalapeño. Este relleno es delicioso para tacos, con tortillas recién hechas, aguacates rellenos o unos deliciosos taquitos dorados, acompañados con chile picado.

Pescados blancos rellenos y empapelados

Se cuecen huevos y se les quitan las yemas, que se revuelven con perejil picado y pimienta molida, picándose las claras; con esto se rellenan los pescados, que se tendrán ya destripados y lavados con agua fría. Se extienden sobre una mesa, trozos de papel aluminio y en ellos se echa pan rallado, revuelto con perejil picado y pimienta molida; se colocan en hilera los pescados, cuantos quepan en cada papel aluminio, se les echa encima del mismo pan rallado, perejil y pimienta; se rocían con bastante aceite y se doblan los pliegos por los cuatro lados para que no se escurran. De este modo se colocan en una parrilla a fuego mediano para que se cuezan, cuidando de que no se quemen. Se sirven así o con sal, pimienta y limones rebanados; o con aceite y vinagre por encima, o con una salsera aparte con salsa de jitomate u otra.

Pescados blancos revueltos de queso y empapelados

Puesta la cazuela a la lumbre, se pica en ella mucha cebolla, ajo, y perejil y se revuelven con ella huevos reventados; se muelen dos o tres chiles anchos secos y tostados sin quemarse y se espolvorean sobre el huevo con sal completamente; se revuelve bien todo y se pone a freír menéandose para que se formen huevos revueltos. Casi al bajarlos se les espolvorea un poquito de queso añejo rallado y cuando ya empiecen a dorarse en la manteca los huevos se apartan y con ellos se rellenan los pescados blancos ya limpios y dispuestos. Se muelen unos ajos guisados en manteca, se deslíen en aceite para que formen una masa sueltecita, se les espolvorea un poco de chile tostado molido y se sazonan con sal y pimienta; se untan con este caldillo los pescados, se envuelven uno a uno en papel aluminio y se atan con un hilo para que no se desbaraten; se ponen en aceite a fuego manso y se dejan cocer bien.

De la salsa con que se untaron se forma un caldillo con bastante perejil, yemas de huevo duras y un poquito de vinagre aguado; se fríe esto y se sirven los pescados bañados en esta salsa, o lo que es mejor, se llevan a la mesa empapelados y la salsa en una salsera.

Bibliografía

Acuña, René, 1978, *Relaciones geográficas del siglo XVI: Michoacán*, Instituto de Investigaciones Antropológicas, Serie Antropológica: 74, Universidad Nacional Autónoma de México, México, D.F., 517 pp.

Anónimo, 1977, *Relación de las ceremonias y ritos y población y gobierno de los indios de la provincia de Michoacán*, Balsal Editores (Edición Facsimilar), Morelia, Mich., México, 227 pp.

Anónimo, 1991, Diccionario grande de la lengua de Michoacán, Fimax Publicistas, colección "Fuentes de la lengua tarasca o p'urhépecha" en 2 tomos, Introducción, paleografía y notas de J. Benédict Warren, Morelia, Mich., México.

Aguirre, Gonzalo y Roberto Moreno de los Arcos, 1990, *Medicina novohispana* (Historia General de la Medicina en México), Tomo II, Academia Nacional de Medicina y Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México, México, D.F., 315 pp.

Caballero, Javier y Cristina Mapes, 1985, "Gathering and subsistence patterns among the P'urhépecha indians of México", *Journal of Ethnobiology*, vol. 5, núm. 1:31-47.

Cervantes, Ma. Teresa, 1982, *Enfermedades y especialistas de la medicina tradicional en Sicuicho*, Cuadernos de Trabajo, Dirección General de Culturas Populares, Unidad Regional Pátzcuaro, Uruapan, Mich., México.

Etnografía de México (Síntesis monográfica), Editorial ECLAL, Instituto de Investigaciones Sociales de la UNAM, México, D.F., 681 pp.

Dimas Huacuz, Néstor, 1995, *Temas y textos del canto p'urhépecha*, El Colegio de Michoacán, A.C. y el Instituto Michoacano de Cultura, Zamora, Mich., México, 334 pp.

Historia general de Michoacán,1989, primera edición, Instituto Michoacano de Cultura, gobierno del Estado de Michoacán, Morelia, Mich., México, 304 pp.

Gilberti, Maturino, 1985, *Diccionario de la lengua tarasca*, Balsal Editores, nota preliminar de José Corona Núñez, Morelia, Mich., México, 521 pp.

Gómez Bravo, Lucas, Benjamín Pérez González e Ireneo Rojas Hernández, 2001, *Uandakua uenakua P'urhépecha jimbo*, (Introducción al Idioma P'urhépecha), tercera edición, Morevallado Editores, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Centro de Investigación de la Cultura P'urhépecha, Morelia, Mich., México, 146 pp.

González, Antonina, 1989, *Pireri 01*, folleto bimestral de la Dirección General de Culturas Populares, Unidad Regional Michoacán, Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, Uruapan, Mich., México, 20 pp.

González y González, Luis y Carlos Blanco, 1987, *Michoacán a la mesa*, El Colegio de Michoacán, Gobierno del Estado de Michoacán e Instituto de Investigaciones Historicas, Morelia, Mich., México, 406 pp.

Guías botánicas de excursiones en México V, 1981, Congreso Mexicano de Botánica de México, A.C., Morelia, Mich., México, 201 pp.

Larson Beals, Ralph, 1992, *Cheran un pueblo de la sierra tarasca*, traducción del inglés por Jacinto Zavala Agustín, El Colegio de Michoacán e Instituto Michoacano de Cultura, Zamora, Mich., México, 600 pp.

Martínez Márquez, J. Santos, Ma. Rosalina Méndez Agustín y Elvia Tomás Martínez, 2000, *Recetario de las atapakuas p'urhépechas*, (Cocina Indígena y Popular), Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, Dirección General de Culturas Populares, México, D.F., 163 pp.

Mapes, Cristina, 1987, "El maíz entre los p'urhépecha de la cuenca del lago de Pátzcuaro, Michoacán, México", *América Indígena*, vol. XLII, No. 2:345-379, México, D.F.

Mendieta y Nuñez, L., 1940, *Los tarascos, monografía histórica etnográfica y económica*, Universidad Nacional Autónoma de México, México, D.F., 33 pp.

Padilla Romero, Claudia Patricia, 1999, *Influencia del p'urhépecha en el léxico agrícola de San Andrés Tziróndaro, Michoacán*, Tesis Profesional, Facultad de Filosofía y Letras de la Universidad Nacional Autónoma de México, México, D.F., 132 pp.

Prado Renteria, X., 1988, *Plantas y medicina tradicional en San Andrés Tziróndaro, Michoacán, México,* tesis profesional, Escuela de Biología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Morelia, Mich., México, 102 pp., más anexos.

Ramos, Pio X., 1982, *La alimentación en Pamatácuaro*, Dirección General de Culturas Populares, Unidad Regional Pátzcuaro, Secretaría de Educación Pública, Uruapan, Mich., México, 24 pp.

Rendón Guillen, Alberto, 1998, *Michoacán (Noche de Muertos, ayer y hoy)*, Consejo Nacional para la Cultura Artes, Instituto Michoacano de Cultura, Fondo Estatal para la Cultura y las Artes de Michoacán, Morelia, Michoacán, México, 38 pp.

Rendón, Silvia, 1974, *La alimentacion tarasca*, Anales del Instituto Nacional de Antropología e Historia, Tomo II, pp. 207-228, México, D.F.

Romero Flores, Jesús, 1976, *Historia de Michoacán*, Editorial B., Costa-Amic Editor, México, D.F., 647 pp.

Santamaría, J. Francisco, 1974, *Diccionario de mexicanismos*, editorial Porrúa, segunda edición, México, D.F. 1207 pp.

Sepúlveda, María Teresa, 1988, *La medicina entre los p'urhépecha prehispánicos*, Instituto de Investigaciones Antropológicas, Serie Antropológica: 94, Universidad Nacional Autónoma de México, México, D.F., 186 pp.

Swuadesh, Mauricio, 1969, *Elementos del tarasco antiguo*, Instituto de Investigaciones Históricas de la UNAM, Serie Antropológica: 11, México, D.F., 190 pp.

Toledo, Víctor Manuel, *et al.*, 1980, "Los p'urhépecha de Pátzcuaro: una aproximacion ecológica", *América Indígena*, 40 (1): 17-52, México, D.F.

Velázquez Gallardo, Pablo, 1988, *Diccionario de la lengua p'urhépecha*, Fondo de Cultura Popular, 1ª. reimpresion, México, D.F., 226 pp.

Velázquez Pahuamba, Juan, Gilberto Jerónimo Mateo, Edelmira Estrada Bacilio y Raúl Máximo Cortés, 1997, *Diccionario práctico bilingüe p'urhépecha-español*, INEA, Delegación Michoacán, Morelia, Michoacán, México, 126 pp.

Recetario de pescado, aves y otros animales de la región lacustre de Pátzcuaro, Michoacán

–con un tiraje de 2000 ejemplares–
lo terminó de imprimir la Dirección
General de Culturas Populares e Indígenas
del Consejo Nacional para la Cultura y las Artes
en los talleres de Sevilla Editores, S.A. de C.V.,
Vicente Guerrero No. 38, Col. San Antonio
Zomeyucan, Naucalpan de Juárez,
Edo. de México, C.P. 53750, Tel. 5301•2303
en el mes de octubre de 2005

Cuidado de la edición:
Subdirección de Publicaciones de la
Dirección General de Culturas Populares e Indígenas

28.- Recetario de pescados y mariscos de Sonora
29.- Aromas y sabores de Nuevo León
30.- Recetario chocholteco de Oaxaca
31.- Recetario nahua de Zongolica, Veracruz
32.- Recetario exótico de Sinaloa
33.- Recetario zapoteco del Istmo
34.- Recetario indígena de Baja California
35.- Recetario de hongos de Veracruz
36.- Recetario indígena de Guerrero
37.- Recetario de las atápakuas purépechas
38.- Recetario mixe de Oaxaca
39.- Recetario indígena de Chiapas
40.- Viejos sabores de Tamaulipas
41.- Recetario popular coleto
42.- Recetario mazateco de Oaxaca
43.- Cocina tradicional morelense
44.- Recetario totonaco de la costa de Veracruz
45.- Cocina exótica de Chiapas
46.- Recetario huichol de Nayarit
47.- Recetario zoque de Chiapas
48.- Recetario del nopal de Milpa Alta, D.F. y Colima
49.- Recetario de la cuachala y la birria
50.- El sabor de las plantas de Veracruz
51.- Recetario mascogo de Coahuila
52.- Recetario de la Sierra Gorda de Querétaro
53.- Recetario tepehuano de Chihuahua y Durango
54.- Recetario de la Huasteca hidalguense

Centro de Información y Documentación
Alberto Beltrán
012119

La Dirección General de Culturas Populares de CONACULTA tiene como objetivo fundamental el rescate, la preservación, la promoción y la difusión de las culturas populares de nuestro país y una de sus principales manifestaciones es la gastronomía. La cocina es cultura. Por ello, ahora se inicia esta colección de recetarios indígenas y populares de México, sin precedente en la ya numerosa bibliografía culinaria nacional.

Todos los recetarios de esta colección pretenden aportar a los lectores la información suficiente para preparar los platillos respectivos, aunque a veces aparecen ingredientes cuya disponibilidad no es tan sencilla. Por otra parte, se observará cierta heterogeneidad: algunos recetarios fueron compilados por colaboradores de esta Dirección en sus diversas oficinas del país; otros son trabajos colectivos de amas de casa; los hay bilingües, preparados por miembros de una comunidad indígena en su propia lengua y en español; otros son producto de investigadores externos y algunos más constituyen reediciones de trabajos locales agotados.

9 789703 508242

CAMPAÑA NACIONAL POR LA DIVERSIDAD CULTURAL DE MÉXICO
A tiempo de reconocernos distintos, valorarnos

CONACULTA
CULTURAS POPULARES E INDÍGENAS

CONACULTA
HACIA UN PAÍS DE LECTORES