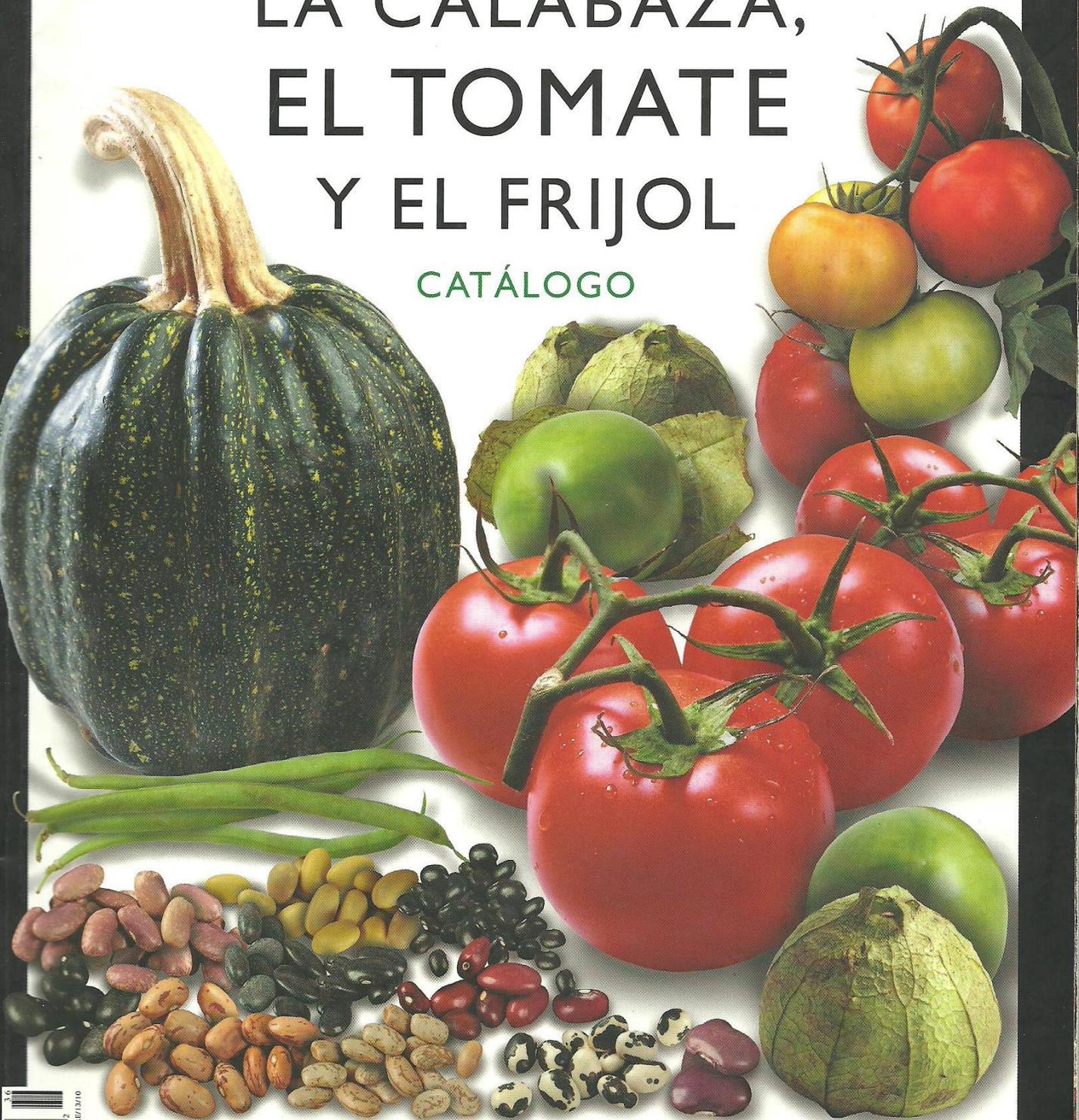


LA CALABAZA, EL TOMATE Y EL FRIJOL

CATÁLOGO



• Breve historia: de la época prehispánica a la actualidad
• Gastronomía y cultura



La calabaza, el tomate y el frijol

CATÁLOGO

TEXTOS: ENRIQUE VELA

14 La calabaza

18 LAS CALABAZAS EN EL CÓDICE FLORENTINO (TRADUCCIÓN DE SALVADOR REYES EQUIGUAS)

20 DEL AYOTLI O DE LA NATURALEZA Y GÉNEROS DE LAS CALABAZAS INDIAS

22 Breve taxonomía

24 Las partes de la calabaza

26 Calabaza
(*Cucurbita pepo*)

30 Calabaza de Castilla
(*Cucurbita moschata*)

32 Las flores de la calabaza

34 DEL QUE VENDE PEPITAS DE CALABAZA

35 Calabaza pipiana
(*Cucurbita argyrosperma*)

36 Chilacayote
(*Cucurbita ficifolia*)

38 EL CALABAZO Y LA CALABAZA

40 La calabaza en la mesa

42 El tomate

46 DEL TOMATE

48 DEL TÓMATL O PLANTA DE FRUTOS ACINOSOS

50 Breve taxonomía

52 Las partes del tomate

54 Jitomate
(*Solanum lycopersicum*)

58 Tomate
(*Physalis philadelphica*)

60 El jitomate en la mesa

62 El tomate en la mesa



64 El frijol

68 LOS FRIJOLES EN EL CÓDICE FLORENTINO (TRADUCCIÓN DE SALVADOR REYES EQUIGUAS)

72 Breve taxonomía

74 Las partes del frijol

76 Ejote
(*Phaseolus*)

80 Ayocote
(*Phaseolus coccineus*)

82 DE LOS QUE VENDEN FRIJOLES

84 Frijol
(*Phaseolus vulgaris*)

89 Los frijoles en la mesa

La calabaza, el tomate y el frijol

ENRIQUE VELA



Cultivos de amaranto, frijol y maíz. Códice Florentino, libro X, f. 132r.



Mercado en Tehuantepec, Oaxaca. Dibujo de Miguel Covarrubias, ca. 1946.

Todos los seres vivos necesitan alimentarse, es un instinto básico por el cual se da la renovación de la energía que se gasta día a día. El ser humano no es ajeno a ello, a diario requerimos comer: bien dicen que a todo se acostumbra uno, menos a no comer. La diferencia está en que si bien acudimos a nuestros instintos —evitamos por ejemplo productos que por su apariencia o su olor adivinamos no comestibles—, el modo en que lo hacemos es ante todo una práctica cultural, es decir, una fundada en nuestra capacidad de comprender y transformar nuestro entorno a partir de conocimientos compartidos y adquiridos pacientemente por el conjunto social. Si el acto de comer, como el morir, nos iguala a todos, lo que comemos —o más bien lo que podemos comer si se considera el factor de acceso diferenciado a los recursos— y la manera en que lo hacemos dependen de una suma específica de factores como lo que la tierra ofrece —en función del clima, el relieve, la hidrografía, el tipo de suelo—, el conocimiento acumulado sobre el ciclo de desarrollo de las plantas y las costumbres de los animales que se capturan, las técnicas para sembrar, recolectar, cazar o pescar, la eficiencia de los instrumentos disponibles para tales fines y para preparar los alimentos. No menos importantes son las preferencias (en no pocos casos intuitivas en su origen) sobre sabores, texturas, olores de los distintos ingredientes y las maneras



particulares de combinarlos, y hasta la ocasión en que se aconseja o permite consumirlos.

En este sentido, eso que ahora llamamos la milpa, ese espacio en el que se cultivaban en armonía biológica y económica eficiencia los productos que constituían la base de la dieta prehispánica, puede ser visto como un logro cultural de grandes alcances. En ella, a la par del maíz —el alimento por excelencia entre los pueblos mesoamericanos— se cultivaban otras plantas, como la calabaza, el tomate y los frijoles, y se permitía el crecimiento de distintas yerbas, llamadas genéricamente quelites. Con esto no sólo se aprovechaba la interacción entre especies que permitía su mejor desarrollo —el mejor ejemplo la manera en la que la mata de frijol ayuda a fijar en el suelo el nitrógeno que ayuda a crecer al maíz—, sino

que prácticamente se conseguían todos los nutrientes necesarios.

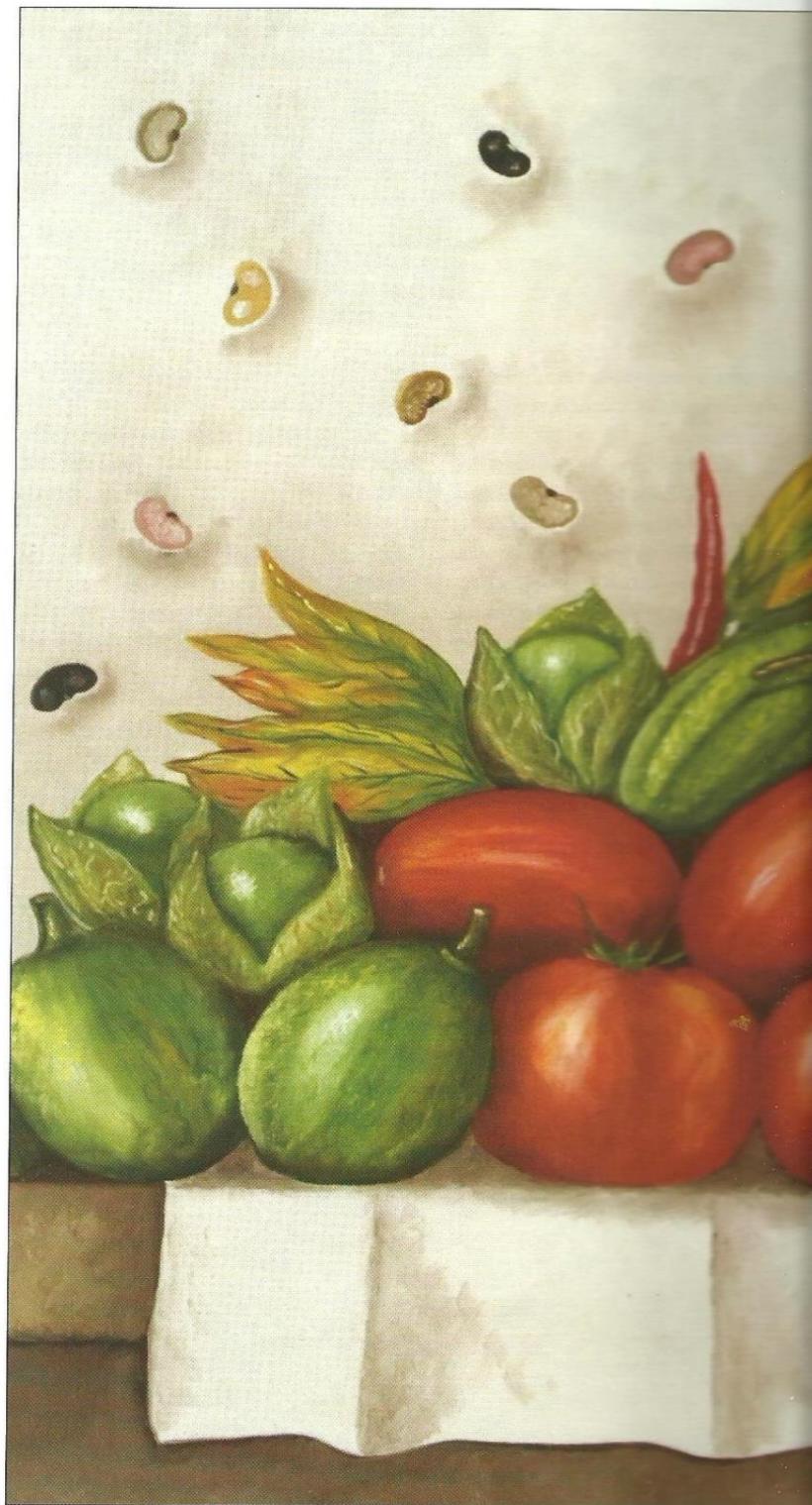
De la milpa procedían los productos básicos de la dieta, esos que el hombre prehispánico había aprendido a cultivar a lo largo de los siglos y los que habían terminado por adaptarse a las necesidades humanas. Esas plantas, en respuesta a sus continuos cuidados, ofrecían al hombre, a diferencia de sus ancestros silvestres, mazorcas más grandes y en mayor cantidad (en el caso del maíz), frutos de mayor tamaño y sabor más agradable (como la calabaza y el tomate), y semillas más abundantes y susceptibles de ser consumidas por el hombre (el frijol y las pepitas).

A la par de la domesticación de estas y otras especies, los pueblos mesoamericanos fueron desarrollando los instrumentos y las técnicas necesarios

para procesarlos, como la molienda, dado que lo que se aprovechaba principalmente (aunque cabe señalar que también se utilizaban otras partes de las plantas) eran los granos y las semillas. De importancia también eran los recipientes para hervirlos y mezclarlos. Con esas técnicas básicas todo fue cuestión de tiempo para que las cocineras fueran creando, en el sentido más amplio de la palabra, maneras de prepararlos y combinarlos tan exitosas, que aún hoy en día se encuentran en el núcleo mismo de nuestra tradición culinaria. No se exagera al decir que las tortillas, los moles, los frijoles, han sido desde siempre los compañeros cotidianos de los hombres de esta tierra, a la que no sólo los mexicanos sino el mundo entero le debe buena parte del sabor y el color que ahora engalana sus mesas.



Esta edición de *Arqueología Mexicana* se dedica a tres de esos productos originarios de México que ahora forman parte del patrimonio gastronómico de la humanidad: la calabaza, el frijol y el tomate (incluido el jitomate). Es parte de una serie a la que pertenece el número especial dedicado al Chile que publicamos el año pasado y al que se sumará uno sobre el maíz en el año 2011. En esta edición se presenta un panorama general sobre esos tres productos, que incluye una síntesis sobre su importancia, tanto en México como en el mundo, una breve reseña histórica, su descripción taxonómica y un catálogo de las especies cultivadas en México. Completan esta información una serie de recuadros sobre las descripciones que de esas plantas hicieron fray Bernardino de Sahagún y Francisco Hernández. No deben verse como simples recuentos curiosos, pues son en sí mismos valiosas fuentes de información para acercarse a la manera en que se les veía, clasificaba y utilizaba. Gracias a la generosidad del investigador Salvador Reyes Equiguas, aparecen por primera vez traducidas al español las glosas en náhuatl sobre el frijol y la calabaza que aparecen en el libro XI del *Códice Florentino*. La bibliografía —que incluye los materiales utilizados para la elaboración de este especial, así como la relación con la traducción de Salvador Reyes— está disponible para su consulta en línea en nuestra página web: www.arqueomex.com/biblioIntro36.html



Eugenia Marcos,
Calabaza y flor. Óleo. 2005.

FOTO. JORGE VÉRTIZ



Eugenia Marcos-Z

TRIBUTARIOS DE FRIJOL Y JÍCARAS Y TOPÓNIMOS RELACIONADOS CON CALABAZA, TOMATE Y FRIJOL

POBLACIONES CON TOPÓNIMOS ALUSIVOS A CALABAZA, TOMATE Y FRIJOL

● TOPÓNIMOS RELACIONADOS CON CALABAZA

- Ayotlán: lugar de calabazas.
- Ayotzintepec: en el cerro de las pequeñas calabazas.
- Ayoxochapan: río de las flores de calabaza.
- Ayuquila: donde abunda la calabaza.
- Ayuquililla: la pequeña Ayuquila.
- Ayutla: donde hay muchas calabazas.

● TOPÓNIMOS RELACIONADOS CON CHILACAYOTE

- Tzilacayoapan: río de los chilacayotes.

● TOPÓNIMOS RELACIONADOS CON TOMATE

- Tomaltepec: en el cerro del tomate.
- Tomatlán: donde abundan los tomates.

● TOPÓNIMOS RELACIONADOS CON EJOTE

- Ejutla: donde abunda el ejote.

● TOPÓNIMOS RELACIONADOS CON FRIJOL

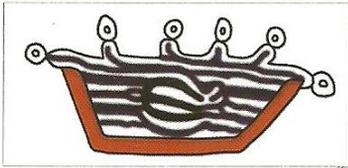
- Etla: donde abunda el frijol.
- Etlatongo: donde está el pequeño Etla.
- Etzatlán: donde abunda el *etzalli* (guiso de maíz y frijoles).

Océano
Pacífico

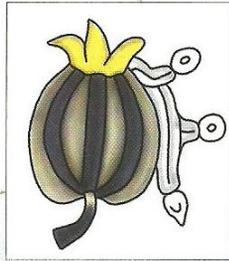
SIMBOLOGÍA

- PROVINCIAS TRIBUTARIAS DE FRIJOL
- PROVINCIAS TRIBUTARIAS DE JÍCARAS





Tzilacayoapan



Ayoxochapan



San Pedro y San Pablo Etla

La *Matrícula de Tributos* es una fuente de información no sólo sobre los pueblos que se encontraban sometidos a la Triple Alianza, sino también sobre la especialización productiva; es de suponer que ciertos productos se solicitaban a quienes poseían los mejores. El tomate no aparece en la relación de tributos porque es un producto de corta vida, la calabaza tampoco, tal vez porque se da con facilidad, en cambio sí se tributaban jicaras y frijoles. En la época prehispánica existían algunas poblaciones cuyo nombre aludía a la calabaza, el tomate o frijol, y hoy en día, a lo largo y ancho del territorio nacional, se encuentran varios que aún lo conservan.

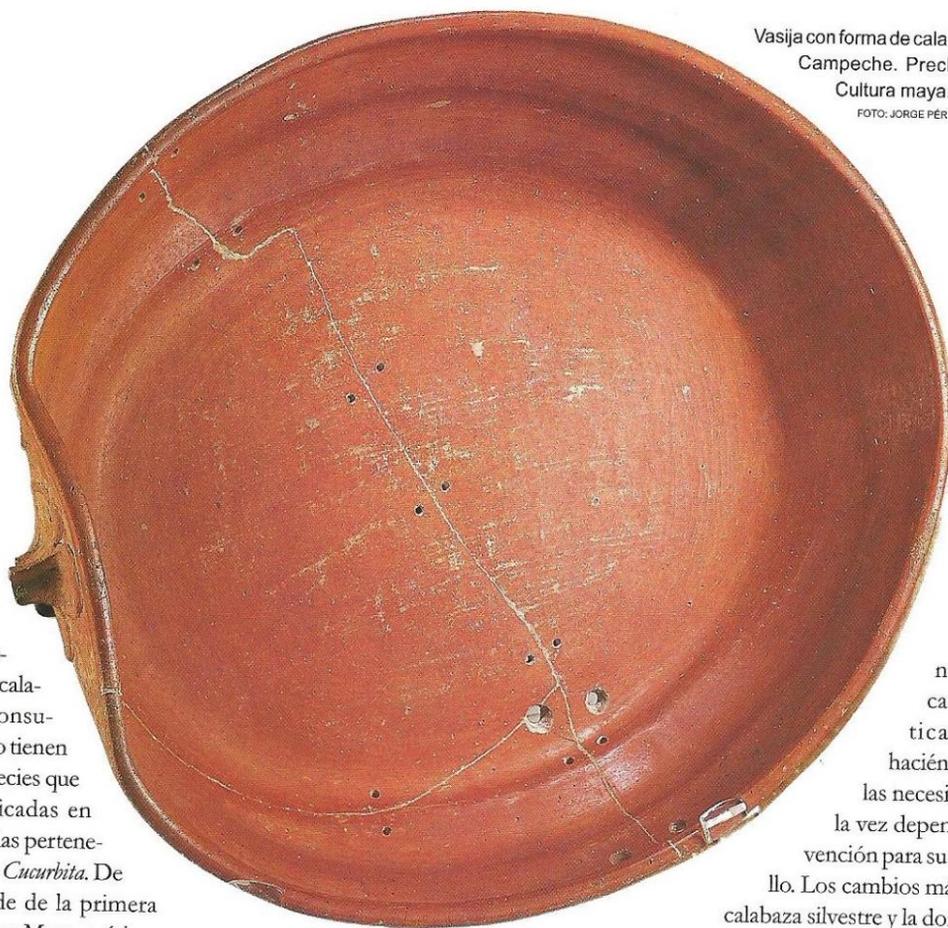


Golfo de México

La calabaza

Vasija con forma de calabaza. Norte de Campeche. Preclásico Tardío. Cultura maya. MNA.

FOTO: JORGE PÉREZ DE LARA / RAÍCES



La gran mayoría de las calabazas que se consumen en el mundo tienen su origen en especies que fueron domesticadas en México, todas ellas pertenecientes al género *Cucurbita*. De hecho se trata de de la primera planta cultivada en Mesoamérica, cuya fecha más antigua es de hace unos 10 000 años. Desde entonces la calabaza es parte fundamental de la dieta nacional —es una planta de la que se aprovecha no sólo el fruto sino sus flores y sus tallos—, y desde que a raíz de la conquista española se dispersó por el mundo es un producto consumido ampliamente.

Las plantas del género *Cucurbita*, que producen frutos que pueden alcanzar un tamaño considerable y poseen una pulpa bastante carnosa, fueron apreciadas en la época

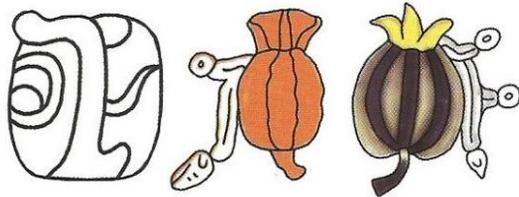
prehispánica sobre todo por sus semillas —esas que comúnmente llamamos pepitas—, pues son relativamente abundantes, representan una fuente eficiente de proteínas y son susceptibles de almacenarse por lapsos prolongados sin apenas sufrir deterioro. Estas cualidades de las pepitas ayudan a explicar el proceso que llevó a que la calabaza fuera una de las plantas que los grupos nómadas buscaban constantemente para recolectar sus frutos, situación que paulati-

namente fue modificando las características de la planta, haciéndola más apta para las necesidades humanas y a la vez dependiente de su intervención para su adecuado desarrollo. Los cambios más notables entre la calabaza silvestre y la domesticada están en la disminución del sabor amargo de la pulpa, el aumento en el tamaño de las partes utilizadas, como el fruto y las semillas.

La evidencia más antigua de calabazas domesticadas corresponde a *Cucurbita pepo*, precisamente una de las variedades más utilizadas en la actualidad, y se encontró en la cueva de Guilá Naquitz, en Oaxaca. Se trata de semillas para las que se obtuvieron fechas de entre 8 300 y 10 000 años antes del presente (es decir de entre 6000 y 8000 a.C.). En las cuevas Romero y Valenzuela, en Tamaulipas, se localizaron también semillas de

Glifo maya y topónimos asociados con la calabaza en la *Matrícula de Tributos* (lám. 7) y el *Código Mendoza* (lám. XXVI).

DIGITALIZACIÓN: RAÍCES. REPROGRAFÍAS: MARCO ANTONIO PACHECO / RAÍCES



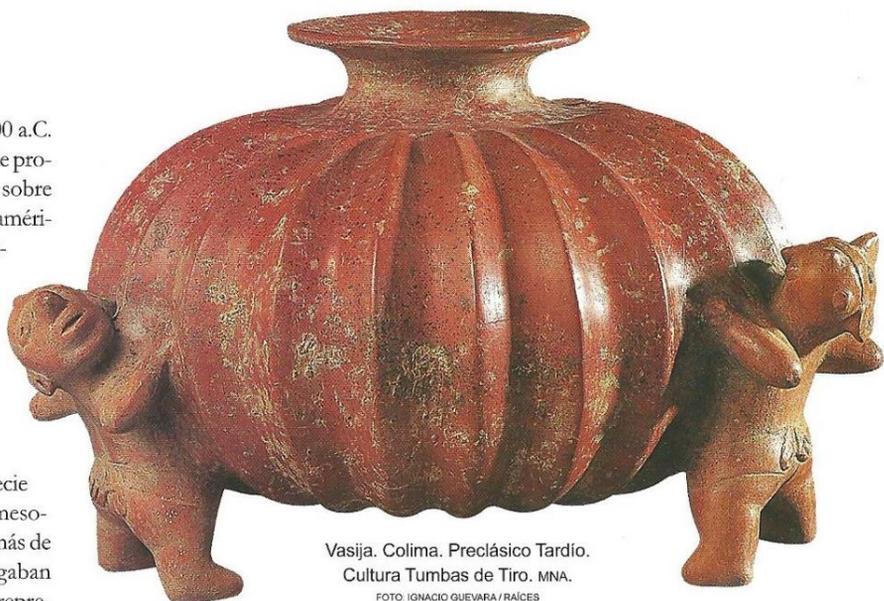
Página siguiente: En Chalcatzingo, Morelos, están grabados en la piedra varios motivos relacionados con el agua de la lluvia y los vegetales que este líquido propicia que crezcan. Entre esos relieves está el de una calabaza con sus tallos, hojas, frutos y flores. Monumento 6. Chalcatzingo, Morelos.

FOTO: ANDRÉ CABROLIER / RAÍCES



Cucurbita pepo correspondientes a 2000 a.C. En Tehuacán, Puebla, región de donde proviene buena parte de la información sobre la domesticación de plantas en Mesoamérica, se localizaron restos correspondientes a 5200 a.C. El hecho de que el resto de las especies de calabaza fueran domesticadas en épocas posteriores indica que la *Cucurbita pepo* era la más apta para las condiciones ambientales de Mesoamérica.

Haciendo de lado al omnipresente maíz, la calabaza es sin duda la especie vegetal más representada en el arte mesoamericano, seguramente porque además de sus atributos alimenticios se le otorgaban otros simbólicos. Entre las primeras representaciones se encuentra la de una planta de calabaza en el sitio de Chalcatzingo, Morelos, un lugar famoso por relieves de estilo olmeca que aluden principalmente a ceremonias rituales. En otras regiones y épocas se elaboraron vasijas que muestran la característica forma de la calabaza madura; en otras ocasiones, la planta misma, el fruto o la flor aparecen como motivo decorativo sobre objetos de cerámica. Aunque aún debe investigarse más a fondo el significado de estas piezas, el hecho de que algunas de ellas formaran parte de ofrendas funerarias indica que era un fruto especialmente



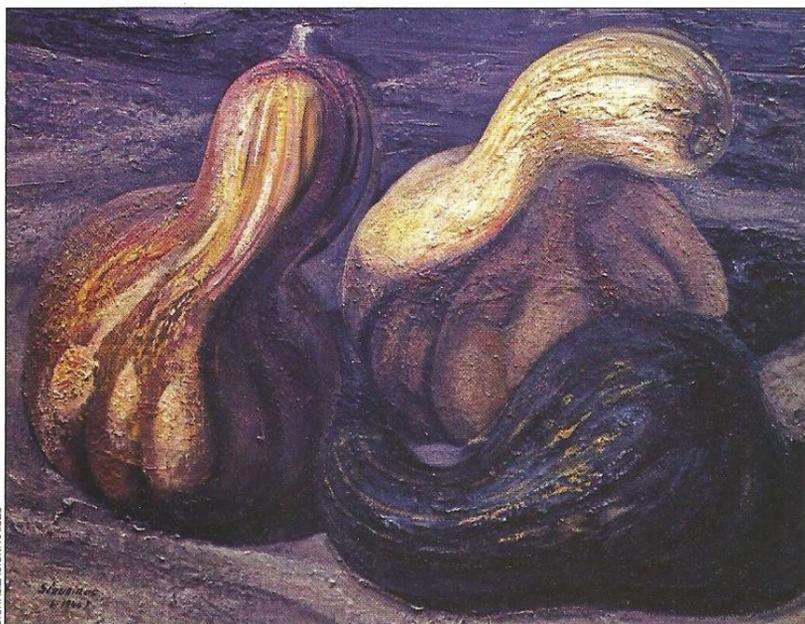
Vasija. Colima. Preclásico Tardío.
Cultura Tumbas de Tiro. MNA.
FOTO: IGNACIO GUEVARA / RAICES

apreciado. La calabaza es mencionada, en compañía de otros productos fundamentales como el maíz, en los relatos que aluden a la creación del mundo y es parte regular de las ofrendas de alimentos que se hacían a los dioses, e incluso ahora se utiliza en las ceremonias de los grupos indígenas, y es infaltable en las ofrendas del Día de Muertos.

En la época prehispánica la calabaza era parte esencial de la dieta básica y se aprovechaban al igual que ahora sus distintas partes, en especial las pepitas. Éstas se podían consumir simplemente tostadas o molidas

para añadirse a distintos platillos, la mayor parte de ellos aún en boga, como el sabroso pipián. Es de llamar la atención que a pesar de este uso extendido —y que la pepita se distingue precisamente porque puede almacenarse—, la calabaza no aparezca entre los productos tributados a la Triple Alianza. La explicación a esta ausencia tal vez está en que la calabaza es una planta especialmente noble en cuanto a su reproducción en condiciones propicias, como las del Altiplano Central, y entonces la producción local era suficiente.

Tras la conquista, la calabaza —como sucedió con muchos otros productos de estas tierras— se difundió por el mundo y en varias regiones fue adoptada al grado de convertirse en componente esencial de su gastronomía. Fue tal la adaptación que lo que aquí llamamos calabacitas, fruto tierno de la *Cucurbita pepo*, es también conocida como calabaza italiana o *zucchini*. Hoy en día, México es el mayor productor mundial de calabaza —la producción ronda las 560 000 toneladas—, seguido por países como Estados Unidos —donde además de su uso como alimento se utiliza para elaborar adornos para el *ballowen*—, Italia, con casi medio millón de toneladas, y Japón, con unas 255 000 toneladas.



David Alfaro Siqueiros, *Tres calabazas*, 1946. Museo de Arte Álvar y Carmen T. Carrillo Gil / INBA.

Página siguiente: El marakame huichol es quien se comunica con las fuerzas sagradas y las de la naturaleza, y además transmite, mediante los objetos que se ofrendan, en este caso una calabaza, las necesidades de las familias huicholas. Objetos rituales huicholes usados en la fiesta de la calabaza. La Mesa, Nayarit, 1937.

FOTO: © 430752. DONALD CORDRY. CONACULTA, INAH, SINAFO, FN, MÉXICO



LAS CALABAZAS EN EL CÓDICE FLORENTINO

SALVADOR REYES EQUIGUAS

La siguiente propuesta de traducción —y la relacionada con el frijol, más adelante en esta misma edición, pp. 68 y 71— fue desarrollada en el “Seminario del *Códice Florentino*”, que tiene como objetivo la transcripción, traducción y estudio de dicho códice, bajo la coordinación de Pilar Máynez y José Rubén Romero Galván.

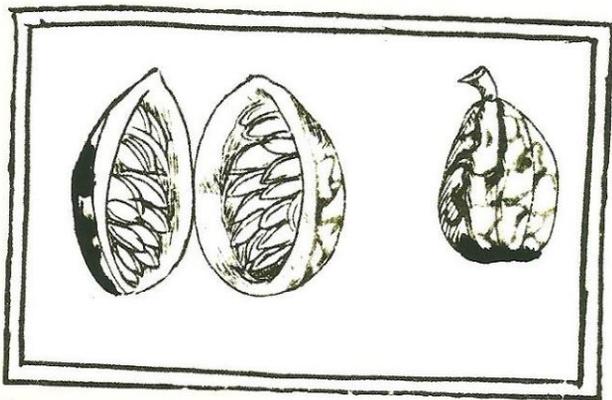
El libro undécimo —que es “Bosque, jardín, vergel de lengua Mexicana” como se lee en la portadilla que le corresponde— trata de “las propiedades de los animales, aves, peces, árboles, yerbas, flores, metales, y piedras y de las colores”, según se lee en el encabezado que antecede al texto del primer capítulo. Sin embargo, este anuncio no precisa puntualmente la conformación de los capítulos de este libro, pues a la breve relación temática se añaden los capítulos que versan sobre las aguas (del mar y de los ríos) y tierras y, de nuestro interés, el capítulo de “De todos los mantenimientos”, que es el treceno y último del libro.

Cabe agregar que este libro, el XI, es el más extenso del códice y que, lamentablemente, en el corpus sahaguntino no se hallan textos que antecedan al mismo con los cuales cotejar los contenidos y representaciones gráficas de la fauna y flora mexicanas, como ocurre con otros libros del mismo códice, que cuentan con textos emparentados con los *Primeros Memoriales* o los *Códices Matritenses*. Por alguna razón no resuelta hasta el momento, este libro quedó inconcluso pues el texto de las calabazas, en el f. 253v, sólo ocupa cuatro líneas de su columna, quedando la mayor parte de la página en blanco, a lo que se agrega un último folio, el 254, totalmente en blanco, antes de que inicie la portadilla del libro duodécimo. Los dos párrafos que nos atañen se deben a dos manos.

Recordemos que la paráfrasis en castellano del *Florentino*, conocida como *Historia general de las cosas de Nueva España*, concebida por Sahagún, no siempre cuenta con los párrafos en castellano que corresponden al texto náhuatl del *Florentino*. En este libro XI, el texto en náhuatl aparece colocado en una columna, a la derecha de cada página, mientras que las ilustraciones y los textos en castellano —cuando éstos existen—, invariablemente están colocados en la columna izquierda del códice. Los párrafos que nos ocupan son el tercero —que trata sobre los frijoles (*Phaseolus* sp.)— y el sexto, que trata sobre las calabazas (*Cucurbita* sp.), los cuales no cuentan con paráfrasis en castellano, si bien se acompañan de interesantes ilustraciones, aunque todas ellas sin aplicación de color. En la columna que corresponde a la paráfrasis, los únicos textos que se incluyen son los encabezados de los párrafos: “Parrapho tercero de los frijoles” y “Parrapho sexto de las calabazas que comen estos naturales”, debidos probablemente a la misma mano que escribió el texto náhuatl, que es glosado por una segunda mano con textos en castellano, que se agregan a modo de subtítulos, pero que no corresponden con los contenidos que le siguen, como se puede ver en la siguiente presentación de los textos (por ejemplo el subtítulo: “Otra manera de calabazas lisas y pintadas”, al que no sigue ningún contenido).

La columna izquierda corresponde a la transcripción paleográfica del texto náhuatl y a la derecha se puede seguir la traducción, acompañada de escasas anotaciones que agregan datos y aclaran sentidos de la lectura.

Salvador Reyes Equiguas. Instituto de Investigaciones Bibliográficas, UNAM.



Representaciones de calabaza y planta de calabaza en el *Códice Florentino*, lib. XI, f. 253r.
DIGITALIZACIÓN: RAICES

[f. 252v.]

Injc chicuace parrapho: itechpa tlatoa in aiotli axcan qualonj.

[f. 253r.]

¶ *Aiotli: anoço iecaiotli mjmltic, patlachtic, cujtlapatlachtic, tamalaiotli cuecneio, cacaoaio aioachio, cujtlaxcole, xochitic, necutic, iztaleoac, nexcococ, acecéc, tzinguambio, aio, mecaio, aioçonaio, cueponcaio, aioxochquillo, xoxoubcaqualonj, aque techiub, paoaxonj, çan vel ipā in qualonj teitipoçaub.*

Otra manera de calabazas lisas y pintadas.

¶ *Tzilacaiotli: ololtic, cuycujltic, çolcuycujltic, memiallo, chóbocanj. In tecaiotli iiollo, itoca aiovachtli, iztac, patlachtic, necoc iaque, ixce in tzilacaiotli, iiollo tlilitic, iaoaltotontli: in ocçepa nepa iiollo, inin aiovachtli, iztac vel áviac, ávixtic, ávixcaltic, chiaoaç, aio, tlachiaoa;*

Naiovachçequj, naioachqua. Naiotoca, naiotamaloa, ixoa, vitonj, oalbujtonj, valpatlanj, maioçonantia, movilana, motlamjna, maioxochqujllotia, mjmlivi: in aioxochqujlitl cueponj, in aioxochqujlitl coztic, cozpatic [fol. 253v.], cozpilitic, tlaxochtic, tomjollo, tomjollo, in aiotli chipinj, vuetzi, chiaoa, quaxcaltia; naiotlapana, naiovachqujxtia, naiovachqua.

calabazas

Séptimo párrafo, que trata sobre las calabazas que ahora se comen

Calabaza o calabacita

Es rolliza, ancha, larga y redondeada. La calabaza de tamal es reluciente, se parece a la mazorca de cacao, tiene semillas, tiene entrañas, tiene flores, que son dulces, descoloridas, de sabor a ceniza, desabridas; la calabaza es rastrera, jugosa, fibrosa, con espinitas, con flores tiernas de calabaza que se pueden comer crudas sin hacer daño, [también] se pueden cocer en olla, sólo que se debe comer con medida porque si se come mucho hincha el estómago de uno.

Chilacayote, es redondo, pintado de distintos colores, jaspeado como la codorniz, lechoso, “lloroso” [de su jugo]. El corazón de la yecayotli son las semillas de calabaza, son blancas, anchas, agudas por sus dos lados. La semilla del chilacoyote tiene un “ojo”,¹ su corazón² es negro, pequeño y redondo. De nueva cuenta sobre el corazón de la semilla de calabaza, es blanca, muy agradable, sabrosa, deleita, es un manjar. Es aceitosa, jugosa, engrasa las cosas.

Tuesto las semillas de calabaza, como semillas de calabaza, planto semillas de calabaza, hago tamales de calabaza. Nacen, se abren las semillas, revientan, se dispersan, salen sus espigas, [la guía] se arrastra, trepa, echa flores tiernas comestibles; la calabaza se va haciendo redonda, sus flores tiernas se abren, se ponen amarillas, se pintan de amarillo, muy amarillas; sus flores son del color del fuego, su centro echa vellos, es velludo,³ brotan frutos pequeños, como gotas, caen al suelo, maduran, la calabaza se hace como jícara dura como cráneo; quiebro la calabaza, saco las semillas de calabaza, como las semillas de calabaza.

¹ Se refiere al “hilo”, que une a cada semilla con la vaina y se ubica en la porción central de la testa, por donde emerge la radícula en la germinación de la semilla; como podemos ver en el dibujo sobre el frijol, se destaca que cada semilla de frijol cuenta con “un ojo”.

² Es decir, la semilla.

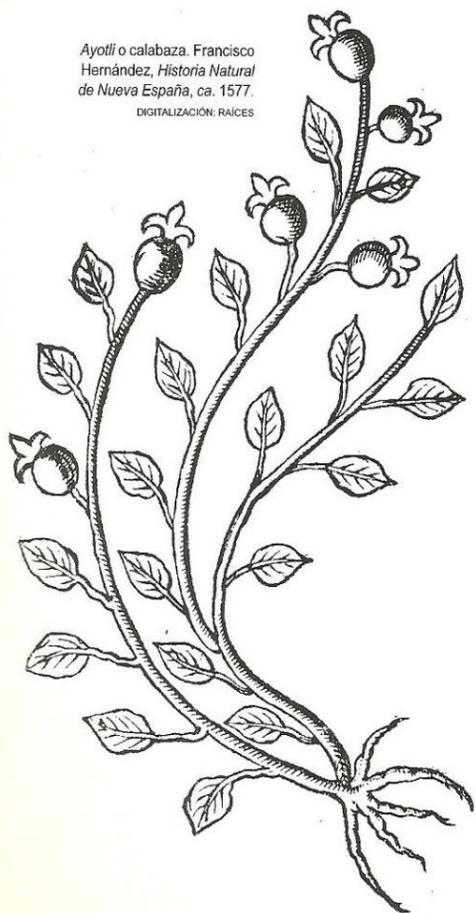
³ Se refiere al pistilo y estambre de la flor.

DEL AYOTLI O DE LA NATURALEZA Y GÉNEROS DE LAS CALABAZAS INDIAS

Entre los géneros de calabazas, que los indios llaman *ayotli*, y omitiendo aquellos que comienzan a ser ya familiares a nuestro mundo, se encuentran muchas variedades. Las hojas de todas son, en su mayor parte, semejantes entre sí, y serían como de vid vinífera si no fueran mucho más grandes. Las flores son amarillas con forma de grandes cálices oblongos; pero los frutos son de nombres y formas muy variados, y en seguida vamos a describirlos con la brevedad y claridad posibles. La primera variedad de calabazas es el *tzilacayotli* o sea *calabaza que suena*, llamado por otros *cucuilticayotli* o sea *calabaza pinta*; es hueca, como lo delata el sonido que produce al golpearla, y alcanza tal volumen que cubre tres cuartas con su circunferencia. La semilla es negra y mediana; la pulpa es blanca, entretejida de fibras y casi adherida a la cáscara; la superficie es lisa y con pintas de verde subido y verde pálido. La segunda variedad, llamada por algunos *cozticayotli* o sea *calabaza amarilla* y por otros *bacayotli* y *boeyacayo-*

tli porque es buen alimento y tiene figura oblonga, es de pulpa amarilla, como lo indica su nombre, de cuatro dedos de grueso, semilla blanca, y está estriada a trechos o surcada, a la manera de algunos melones, de líneas más profundas y canalillos ahondados longitudinalmente. Su corteza, aunque al principio es también de color verde subido o pálido, casi siempre se pone al fin amarilla, en razón de lo cual se llama entonces, mudando su nombre, *cozticayotli*. La tercera variedad se llama *tamalayotli*, y es muy amplia y de forma redondeada, de donde le ha venido el nombre. Su corteza es dura; la pulpa es de una cuarta de grueso, amarillo rojiza y muy agradable como vianda, y las semillas que encierra son blancas. La cuarta variedad, llamada también *tamalayotli*, es de corteza amarilla rojiza, de forma abultada a lo ancho, con pulpa de un amarillo pálido y de semilla blanca y ancha; dicen que esta calabaza cura las hemorroides y los ojos inflamados. Hay todavía otra del mismo nombre, oblonga, leonada, de pulpa roja comestible y semilla blanca, y que nace en regiones cálidas. La quinta es el *quanbayotli*, que tiene la forma de los melones, con pulpa roja de dos dedos de grueso, semilla menuda y blanca y corteza leonada; no quiero hablar de otra variedad del mismo nombre que, como es un árbol, reservamos para otro lugar. Hay el *tzonayotli* o sea *calabaza cabelluda*, llamada así por su pulpa que es semejante a fibras e inútil como alimento, pero de semillas muy apetecidas; es de color blanco, verde o amarillo, aunque algunos al *tamalayotli* amarillo lo llaman también *tzonayotli* y al *tzonayotli* blanco *iztacayotli*. Hay además, el *iztactzilacayotli*, de semilla blanca y ancha, de pulpa blanca y fibrosa de dos dedos de grueso, comestible y saludable. El *tiliticayotli* de semilla blanca y alargada, pulpa de tres dedos de grueso, de un amarillo más claro y de mediano tamaño. El *iztacayotli*, una de las más grandes, de corteza y semillas blancas, de forma oblonga, de pulpa blanca y comestible de tres dedos de grueso. Pueden agregarse a éstas las que, aunque no son comestibles, pertenecen sin embargo al género de las calabazas, como el *atecomatl*, semejante a las calabazas españolas, hortense y campestre, sin pulpa, que no sirve para comerse, y del cual no suelen hacer uso los indios sino para llevar el agua, de donde tomó su nombre; o como el *axicalli* o *calabaza de agua*, del tamaño y forma de un escudo, corteza gruesa y ninguna pulpa, y del cual, dividido latitudinalmente, suelen formarse dos vasijas que hacen las veces de las más grandes fuentes; de los mis-

Ayotli o calabaza. Francisco Hernández, *Historia Natural de Nueva España*, ca. 1577.
DIGITALIZACIÓN: RAICES



mos, enteros y juntos en hileras de siete, fabrican balsas muy buenas para transportar hombres, caballos o cualesquiera cosas. Todas estas están desprovistas de pulpa y no sirven para comer, lo mismo que el *allácatl*, llamado así porque sirve como sifón o bomba. Todas las variedades carecen, como las nuestras, de sabor y olor, proporcionan nutrición fría y húmeda, buena para la mesa y apropiada para alimentar a los que padecen fiebres y ardor de riñones, aunque preparadas con azúcar son menos saludables y agradables que las nuestras. Nacen en los huer-

tos y en lugares húmedos y cultivados. Las flores y los renuevos de estas plantas sirven a los indios como hortalizas, principalmente con jugo de carnes gordas. Nacen al llegar las lluvias, aunque también durante todo el año brotan y sirven de alimento entre los mexicanos. Hay otros géneros de calabazas cuya naturaleza es diversa, y por tanto hablaremos de ellos separadamente en sus correspondientes lugares.

Francisco Hernández, *Historia Natural de Nueva España*, lib. segundo, cap. VIII.



Calabaza. Centro de México.
Postclásico Tardío. Cultura mexicana. MNA.
FOTO: MARCO ANTONIO PACHECO / RAICES

Breve taxonomía

La calabaza pertenece a la familia *Cucurbitaceae*, la que abarca géneros que se dan principalmente en regiones tropicales. Las cucurbitáceas incluyen alrededor de 90 géneros y 800 especies que se caracterizan por ser plantas rastreras o trepadoras y por dar frutos —de distintos tamaños, colores y formas— que se desarrollan a partir de las flores femeninas. De este amplio espectro, unas 39 especies tienen especial importancia alimenticia y utilitaria, entre ellas las calabazas. Algunas de estas especies son nativas de México, como el chayote (*Sechium edule*), y otras de distintas partes del mundo, como el melón (*Cucumis melo*), el pepino (*Cucumis sativus*), la sandía (*Citrullus lanatus*) y el estropajo (*Luffa aegyptiaca*). El género *Cucurbita*, en el que se engloban las calabazas, es de origen americano y está conformado por unas 11 especies, de las cuales cinco son las que se cultivan en México.

Taxonomía

Reino: *Plantae*

División: *Magnoliophyta*

Clase: *Magnoliopsida*

Orden: *Violales*

Familia: *Cucurbitaceae*

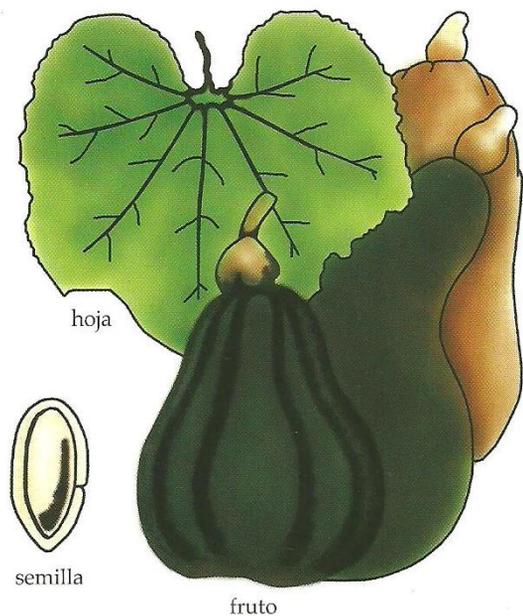
Género: *Cucurbita*

Especies cultivadas: *pepo, moschata, argyrosperma, maxima, ficifolia*

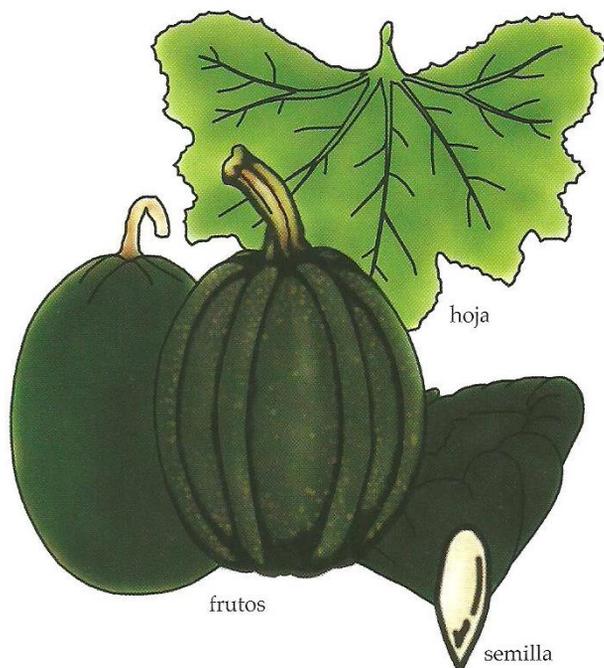


Especie	Nombre	Otros nombres	Fruto
<i>Cucurbita pepo</i>	Calabaza	Calabaza de india, calabaza india, calabaza de comer, calabaza de manteca, calabaza de carrizo, tempranilla, mensejo.	Presenta distintas formas, aunque predomina la oval. Con cáscara rígida y dura a suave, presenta una coloración variada que va de verde claro a oscuro.
<i>Cucurbita moschata</i>	Calabaza de Castilla	Calabaza, calabaza de casco, calabaza de pellejo, calabaza cuaresmeña, calabaza caliente, calabaza de pepita menuda, támara, calabaza de camote, sequaloa.	De tamaño muy variable y diversas formas, algunos son lisos pero por lo general con costillas redondeadas. Presenta una amplia gama de colores.
<i>Cucurbita argyrosperma</i>	Calabaza pipiana	Calabaza caliente, calabaza de las aguas, calabaza pinta, calabaza de casco, calabaza criolla, calabaza taponá, calabaza rayada, calabaza guajolota.	Tamaño variable, usualmente de forma oval. Cáscara de verde claro a oscuro, con pequeñas motas crema o en tono verde contrastante.
<i>Cucurbita ficifolia</i>	Chilacayote	Chilacayo, chilaca.	Tiene forma de globo u ovalada, cáscara gruesa y sin costillas. Usualmente de color verde claro u oscuro con franjas blancas.
<i>Cucurbita maxima</i>	Calabaza kabosha	Calabaza de pepita rusa, zapallo.	Generalmente redondo, de color anaranjado, verde pardusco o grisáceo.

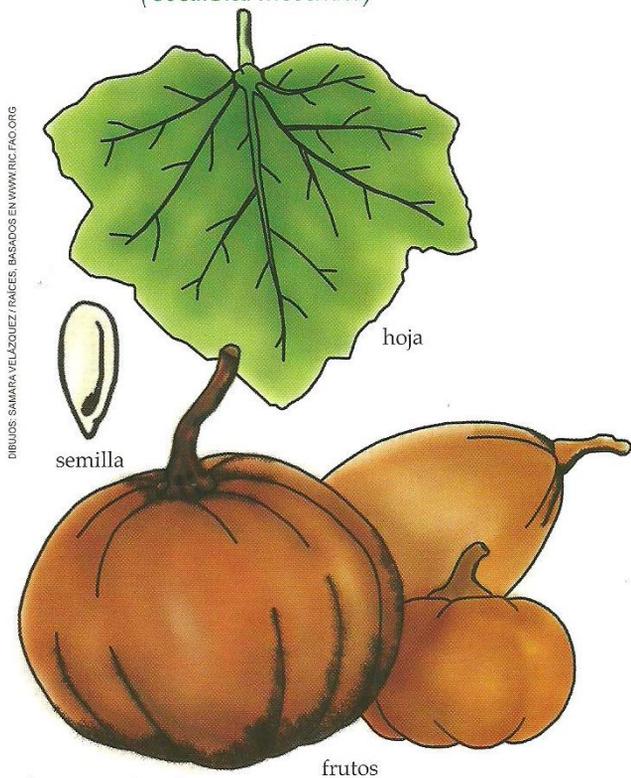
Calabaza pipiana
(*Cocurbita argyrosperma*)



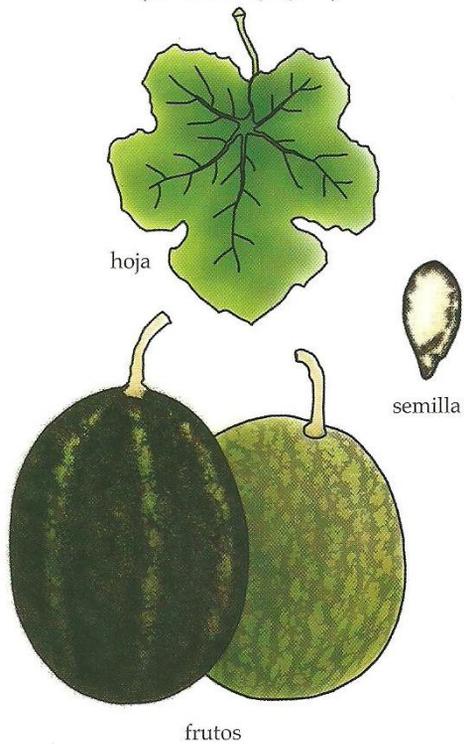
Calabaza
(*Cocurbita pepo*)



Calabaza de castilla
(*Cocurbita moschata*)



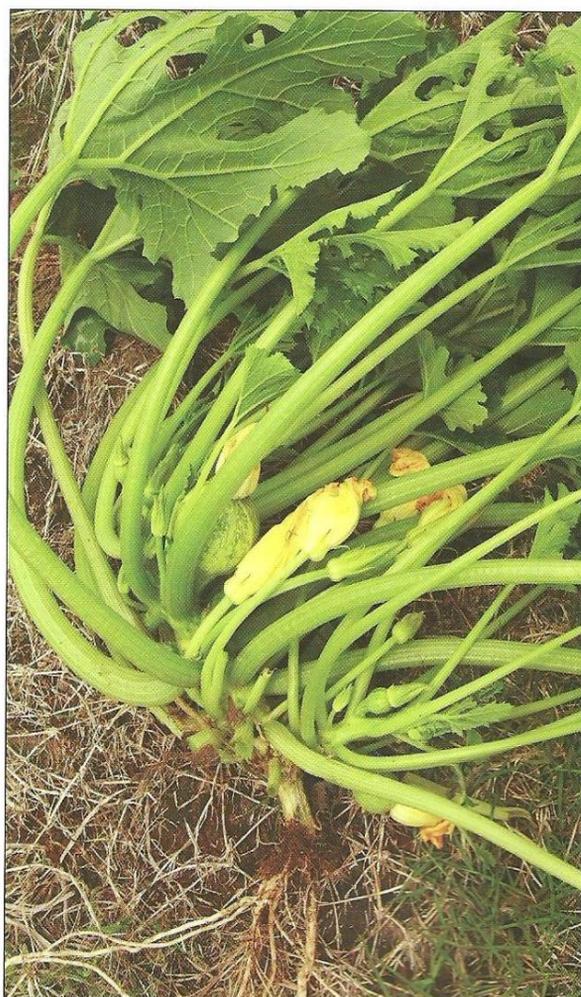
Chilacayote
(*Cocurbita ficifolia*)



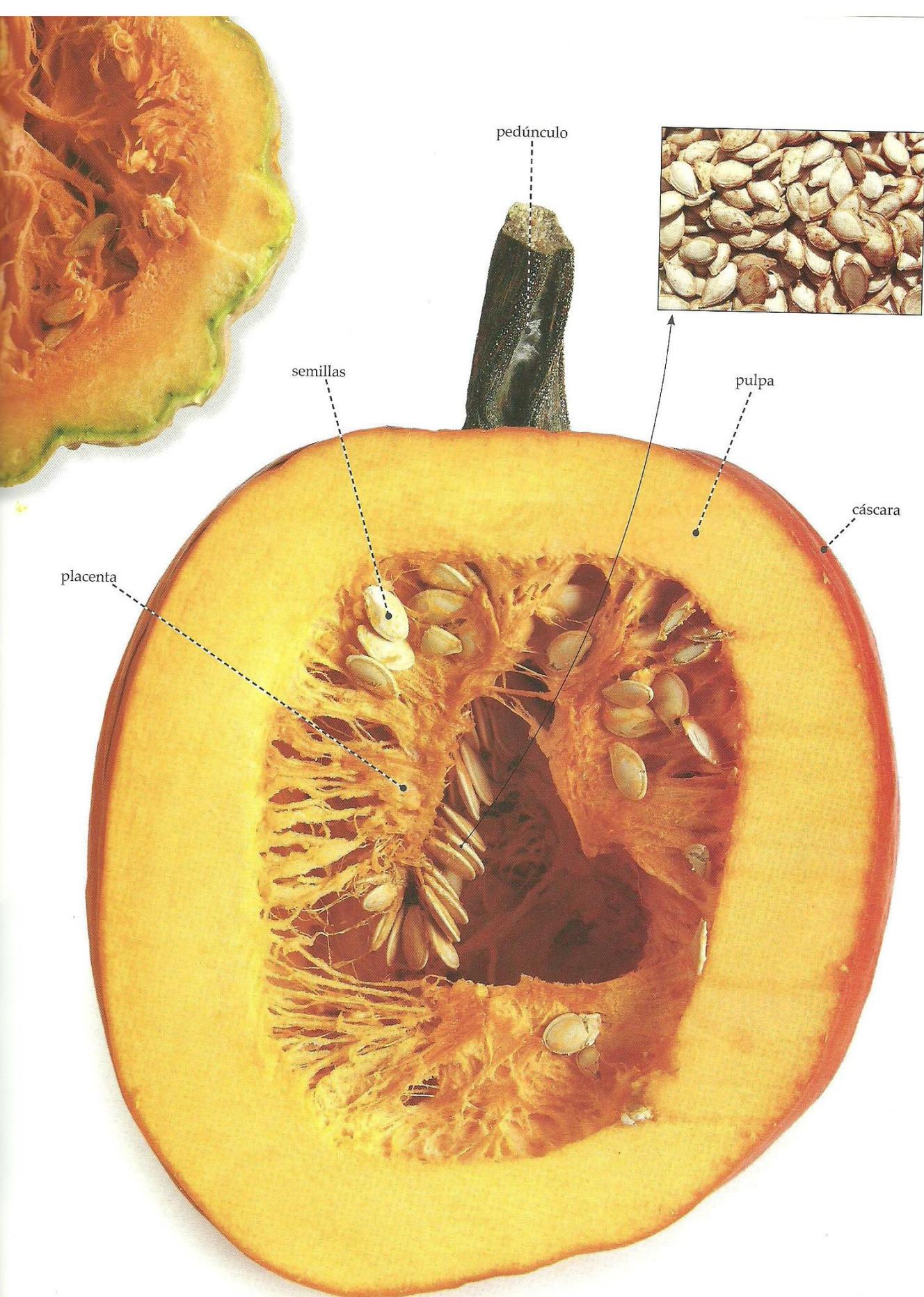
Las partes de la calabaza

Las calabazas constituyen una de las especies cultivadas que se aprovechan de manera integral, principalmente como alimento, aunque algunas partes, como las hojas y la raíz, se utilizan también en la medicina tradicional. De las diferentes especies de *Cucurbita* se consumen los frutos tanto maduros como tiernos, y se aprovechan las semillas –popularmente conocidas como pepitas–, las flores masculinas y las puntas tiernas de los tallos. La calabaza tierna es consumida

como verdura, cuando está madura se utiliza principalmente la pulpa y, en ciertos casos, la cáscara sirve como recipiente. La flor masculina, es decir la que surge una vez que el fruto ha comenzado a formarse en las flores femeninas, es ampliamente consumida, principalmente en el Centro de México. Las pepitas son una parte especialmente útil pues pueden almacenarse sin mayor problema y poseen características que les dan un buen nivel nutritivo.



Esta página: Las calabazas tiernas, también llamadas calabacitas, se comen como verdura junto con la flor. Cuando el fruto es inmaduro, como en el caso de las calabacitas, es difícil la identificación como especie y entonces se le llama con el nombre con que se le conoce local o regionalmente. Calabaza bolidu, Tlayacapan, Morelos. *Página siguiente:* Cuando está cercana la conmemoración de los Días de Muertos, en las grandes tiendas de la ciudad de México se expenden calabazas importadas del extranjero. Calabaza de Castilla (*Cucurbita moschata*) importada de Estados Unidos. FOTOS: BORIS DE SIVAN / RAICES



pedúnculo

semillas

pulpa

cáscara

placenta

Calabaza

(*Cucurbita pepo*)

Este tipo de calabaza es una de las primeras especies cultivadas en México. Debido a que fue domesticada en dos eventos distintos, si bien a partir de poblaciones silvestres relacionadas, es de suponer que la especie no sólo poseía cualidades que la hacían atractiva para los recolectores, sino que era susceptible a la manipulación humana. Desde entonces hasta ahora ha sido una de las calabazas más utilizadas no sólo en México sino en el resto del mundo. Esta especie se presenta en gran variedad de formas, todas con características que las hacen aptas para el consumo humano. La más popular de las formas cultivadas de *Cucurbita pepo* es la llamada *zucchini*, que en México conocemos como calabacita en alusión a que se le prefiere tierna y por tanto aún de tamaño pequeño, ya que la pulpa de esta especie —aun cuando puede almacenarse— con el paso del tiempo pierde sabor y se torna correosa. Esta especie de calabaza

fuera la primera llevada a Europa tras la conquista española, donde fue pronto incorporada a la gastronomía local, y es por ello la especie cultivada con distribución más amplia a nivel mundial.



Características

Se trata de una planta rastrera o trepadora que produce frutos con una amplia diversidad. El fruto presenta distintas formas, aunque predomina la oval. Con cáscara rígida y dura a suave, presenta una coloración variada que va de verde claro a oscuro. La pulpa es poco fibrosa y de color crema a amarillento. Las semillas son planas y angostas o anchas, con el centro claro.

Usos

Actualmente se utiliza básicamente como alimento, para lo cual se aprovechan no sólo el fruto y sus semillas sino también la flor. Las raíces, las hojas, el propio fruto y sus semillas son también utilizados en la medicina tradicional para curar enfermedades de la piel o estimular el apetito, entre otros usos.

Otros nombres

Calabaza de india, calabaza india, calabaza de comer, calabaza de manteca, calabaza de carrizo, tempranilla, mensejo. En lengua indígena recibe nombres como *imai* (tepehuan); *ravuli*, *aala*, *iim* (pima); *tsol*, *tsolito*, *tsul* (maya); *güiche*, *güichi*, *güicha* (zapoteco); *jitjich*, *ietu-chuua'* (zapoteco); *cap-che'* (mixe); *shikin-iüu* (mixteco).

Zonas productoras

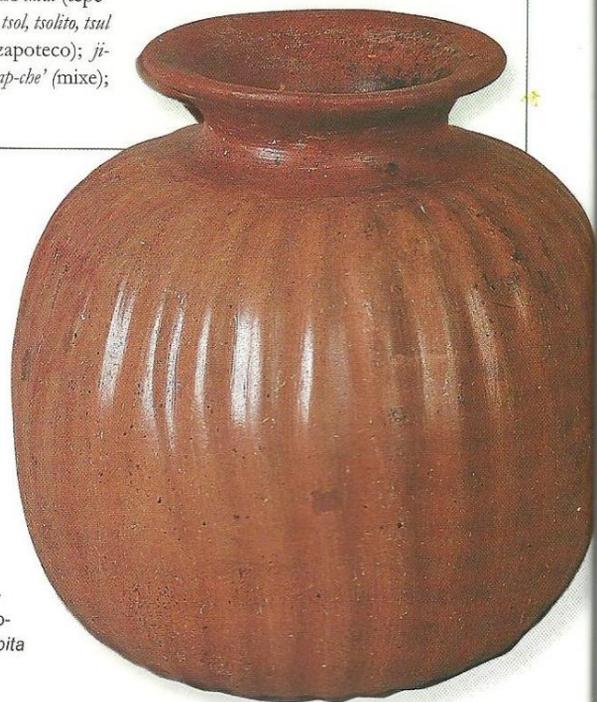
Se cultiva preferentemente en zonas con climas templados y fríos, aunque algunas variedades locales se dan en zonas bajas y cálidas.

Los frutos inmaduros de la calabaza se consumen como verduras —comúnmente llamadas calabacitas— que acompañan a una rica variedad de platillos mexicanos. Las variedades del fruto dan formas alargadas o globulares. *Arriba*: Calabazas redondas o boludas. *Abajo, izquierda*: Calabaza larga. Ambas del mercado de La Merced, ciudad de México.

FOTOS: BORIS DE SWAN / RAICES

Abajo, derecha: Los habitantes de Mesoamérica hicieron vasijas que semejan la forma globular y las principales características de las calabazas. En esta pieza de cerámica son notables las molduras y las partes planas propias de *Cucurbita pepo*. Cultura Tumbas de Tiro. Clásico (100-900 d. C.). Proviene de Colima. Museo Arqueológico Caxitlan, Tecmán, Colima. *Página siguiente*: Calabaza (*Cucurbita pepo*). Mercado de La Merced, ciudad de México.

FOTOS: BORIS DE SWAN, MARCO ANTONIO PACHECO, CECILIA ALVAREZ / RAICES







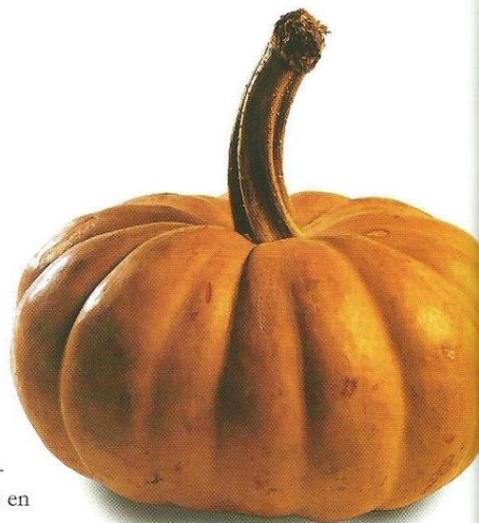


En Mesoamérica, la calabaza, junto con el maíz, el frijol, el tomate y el jitomate, proporcionaron una parte muy importante de los nutrientes necesarios para la dieta de la población. Todos se sembraban comúnmente en las milpas del campo mexicano hasta los setenta del siglo xx. En la foto se ven varias calabazas maduras, entre ellas *Cucurbita pepo* (conocida como calabaza de dulce, porque se come cocinada con piloncillo en los días de muertos), *Cucurbita argyrosperma* (calabaza pepiana) y *Cucurbita ficifolia* o chilacayote. Campesinos muestran sus calabazas a un comprador, 1915.

FOTO: 31208, CONADULTA, IMAH, SINAFO, FN, MÉXICO

Calabaza de Castilla

(*Cucurbita moschata*)



Es una de las especies de calabaza más importantes y diversas de las cultivadas en México y el mundo. En nuestro país prácticamente se le utiliza toda, desde las raíces hasta el fruto, incluyendo las hojas, las flores y las semillas. La pulpa del fruto maduro, asada o hervida, se utiliza para elaborar dulces. Debido a que sus semillas, las pepitas, son abun-

dantes y de buen tamaño, se les utiliza ampliamente ya sea enteras o molidas. Esta eficiente explotación es producto de una milenaria relación del hombre con la especie *Cucurbita moschata*. Si bien en estado silvestre es originaria del Perú, fue en México donde se le domesticó; se tiene evidencia de esta especie en

Características

Planta anual, rastrera o trepadora. Abundante crecimiento vegetativo. Los frutos son de tamaño muy variable y diversas formas; algunos son lisos pero por lo general con costillas redondeadas. Presenta una amplia gama de colores que van del verde claro al oscuro, liso o con manchas crema, o del pardo claro a oscuro, también liso o con manchas.

Otros nombres

Calabaza, calabaza de casco, calabaza de pellejo, calabaza cuaresmeña, calabaza caliente, calabaza de pepita menuda, támara, calabaza de camote, sequaloa. En lengua indígena recibe nombres como: *tamalayota* (nahúatl), *mmá* (chinanteco), *ká-mí*, *ká-maaré*, *kánarin*, *ká-ru-mi* (trique), *moen-yé*, *shikin-ñaami* (mixteco).

Usos

Se le utiliza ampliamente como alimento, en especial la pulpa para dulces y las pepitas enteras o molidas. Sus distintas partes —semillas, raíces, hojas, flores y fruto— se utilizan en la medicina tradicional para aliviar distintos padecimientos, como enfermedades de la piel e infecciones de las vías urinarias.

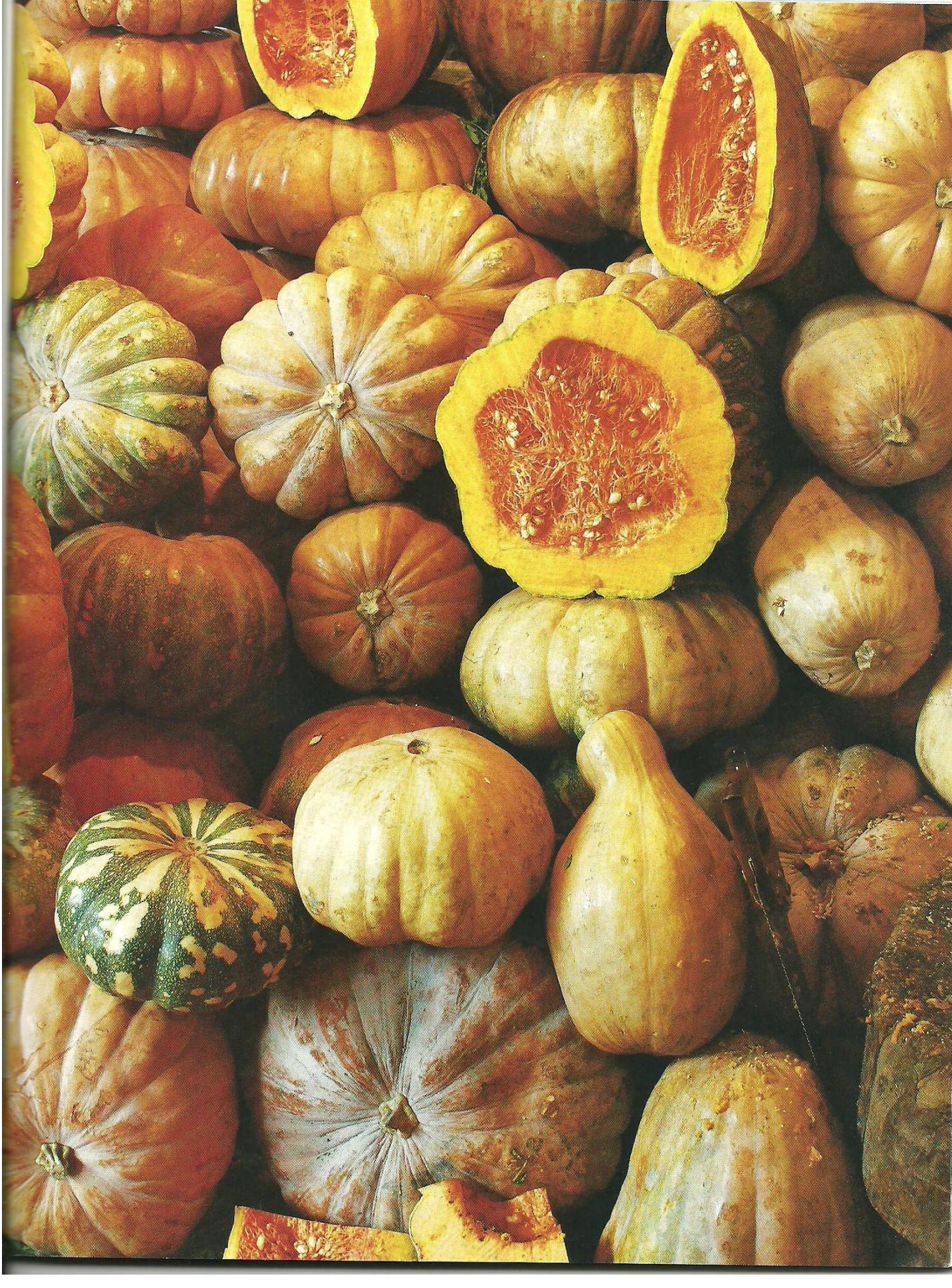
Zonas productoras

Se cultiva en distintas partes de la República Mexicana, generalmente en áreas de altitud baja a media, en los estados de Veracruz, Tabasco, Nayarit, Tamaulipas, Michoacán, Guerrero, Oaxaca, Yucatán, Chiapas, Chihuahua, Sonora y Sinaloa.

Ocampo, Tamaulipas, y Tehuacán, Puebla, con una antigüedad de cerca de 7 000 años. Se trata también de una de las primeras que fueron llevadas a Europa, donde pronto se empezó a cultivar, de ahí su nombre más común: calabaza de Castilla. Ahora, además de en México, se cultiva ampliamente en las zonas tropicales de todo el continente americano y en Europa, África e India.

Restos arqueológicos y huellas de domesticación de *Cucurbita moschata* han sido localizados en México, Perú y Colombia. Con la llegada de los españoles a América, este fruto fue llevado a Europa, lugar desde donde su cultivo y gusto por comerla se difundió a varias partes del mundo. Al igual que con varios frutos de América —como el maíz, que en una época los europeos llamaron trigo turco—, a esta calabaza se le agregó "de Castilla" aludiendo a un supuesto origen en el reino de Castilla, España. *Esta página y la siguiente:* Calabazas de Castilla. Mercado de La Merced, ciudad de México. FOTOS: BORIS DE SWAN / RAÍCES; GABRIEL VÁZQUEZ





Las flores de la calabaza

Botánicamente, las plantas de la calabaza tienen flores masculinas y femeninas, y el fruto, la calabaza, procede de éstas. Las flores son brillantes y coloridas, y tienen vida extremadamente corta, las flores de algunas especies se abren tan sólo por un día. El color de las calabazas viene de los abundantes pigmentos anaranjados que hay en las flores de la planta.

En México se comen las flores y los tallos tiernos que provienen, principalmente, de *Cucurbita argyrosperma* (calabaza pipiana), *Cucurbita moschata* (calabaza de Castilla), *Cucurbita ficifolia* (chilacayote) y *Cucurbita pepo* (calabacita).

Las características de las calabazas y su adaptación al cultivo hacen que prácticamente en cualquier época del año haya flores y tallos en los mercados del México central. En la calabaza de Cas-

tilla se han contado entre 174 y 222 flores por planta. Las calabazas tienen dos épocas en que las flores pueden ser aprovechadas: la primera ocurre entre finales de mayo y principios de junio, y la segunda va de finales de agosto a principios de octubre. Los campesinos que la tienen en cultivares pequeños, casi siempre junto a otros cultivos más comerciales, aprovechan los frutos inmaduros y sus flores consumiéndolas domésticamente o comercializándolas en los mercados regionales.

En las flores y los tallos jóvenes de la planta está la mayor parte de los nutrientes. Una importante cantidad de vitaminas y aminoácidos se concentran en esas partes de la planta. Comer tallos y flores es común en muchas partes de México, aunque en otras es totalmente descono-

cido. Las flores de la calabaza no tienen aroma y sus pétalos, lo mismo que el resto de la flor, se cuecen muy fácilmente. Para potencializar su ligero y agradable sabor se combinan con epazote y sal principalmente. Desde tiempos prehispánicos, las flores y tallos tiernos son importantes en la gastronomía de México y hay platillos muy tradicionales hechos con ellas—como la sopa de guías de Oaxaca y las quesadillas que se comen en muchos lugares del Centro de México—y cremas u otros platillos creados por chefs debido a que la cocina mexicana está siendo revalorada en estos tiempos.

Esta página: Flores de calabaza. Página siguiente: Calabacita con flor. La calabacita es el fruto inmaduro de Cucurbita pepo.

FOTOS: MICHAEL CALDERWOOD / RAICES; FULVIO ECCARDI





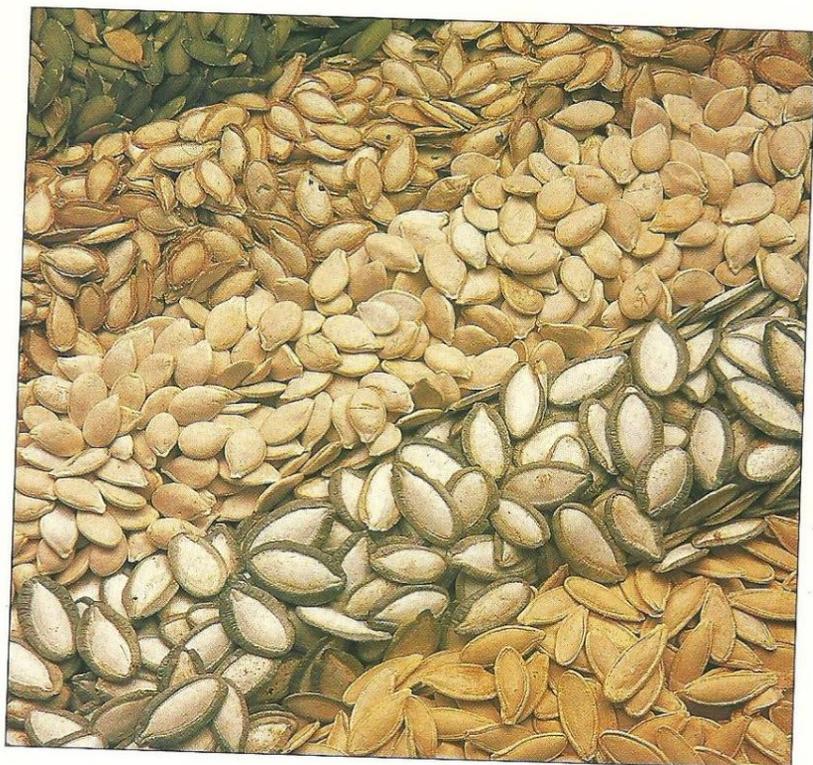
DEL QUE VENDE PEPITAS DE CALABAZA



Vendedora de pepitas. *Códice Florentino*, lib. X, f. 49v. DIGITALIZACIÓN: RAICES

El que vende pepitas de calabazas tiene de oficio vender todas las que son de diversas especies, y las que se tuestan y se envuelven con alguna masa mezclada con sal, por lo cual son apetitosas de comer. El mal tratante en esto vende las que están pudridas y dañadas, y las que amargan, y las que están tostadas y demasiado saladas.

Fray Bernardino de Sahagún,
*Historia General de las cosas de
Nueva España*, lib. X, cap. XVIII.



Las distintas especies de calabazas producen semillas (pepitas) de distintas formas.
FOTO: MICHAEL CALDERWOOD / RAICES

Calabaza pipiana

(*Cucurbita argyrosperma*)

A pesar de que a diferencia de otras especies de *Cucurbita* no se difundió ampliamente fuera del continente americano, la calabaza pipiana es una de las variedades más apreciadas en México. El hecho de que esta especie no ha sido encontrada en contextos fuera de la región de México y Centroamérica indica que por lo me-

Características

Planta anual, herbácea, rastrera y trepadora. El fruto es de tamaño variable, usualmente de forma oval. La cáscara es rígida y puede ser de totalmente blanca a verde oscuro, con pequeñas motas crema o en tono verde contrastante. Posee abundantes semillas.

Otros nombres

Calabaza caliente, calabaza de las aguas, calabaza pinta, tecomata, temprana, calabaza pinta, zapoma, calabaza de casco, calabaza criolla, calabaza tapona, chuma, pipiana, calabaza pama, calabaza borrada, calabaza rayada, calabaza guajolota, calabaza de ardilla, calabaza de pepita gruesa. En lengua indígena recibe nombres como: *nipxi* (totonaco), *chompa* (mixteco), *jit-tsen* (zapoteco), *kuij-che'* (mixe), *xba'*, *sctoop* (maya).

Usos

Se utiliza como alimento, principalmente las semillas. Aunque también se consumen como verdura las flores, los tallos jóvenes y los frutos tiernos y maduros. En la medicina tradicional se utiliza la pulpa para curar afecciones de la piel.

Zonas productoras

Tamaulipas, San Luis Potosí, Puebla, Veracruz, Tabasco, Chiapas, Yucatán, Sonora, Sinaloa, Chihuahua, Zacatecas, Guanajuato, Nayarit, Jalisco, Guerrero, Morelos, Michoacán y Oaxaca.

nos la especie domesticada es originaria de ella. La evidencia más antigua de restos de *Cucurbita argyrosperma* cultivada proceden de la Cueva de Romero, Tamaulipas, con una fecha aproximada de 3085 a.C. Tal vez el rasgo más característico de esta especie, y el más apreciado por el hombre, sean sus semillas abundantes y grandes, las cuales se consumen en una amplia variedad de formas: enteras, tostadas, asadas y, principalmente, molidas, y sirven como base para una amplia gama de platillos como el mole verde y el pipián. Estas semillas poseen un notable valor nutritivo, y un alto contenido de aceite (39 %) y proteína (44 %).

CALABAZA KABOSHA (*CUCURBITA MAXIMA*)

Se trata de una especie originaria de América del Sur. Produce la llamada "pepita rusa", semillas cortas, anchas, blancas y algo esponjosas que se consumen como botana tostada y aderezada con sal. Actualmente se cultiva en distintas partes del mundo, en especial en regiones con clima templado. El fruto generalmente es redondo, de color anaranjado, verde pardusco o grisáceo; algunos pueden llegar a pesar 300 kg. Las flores son muy aromáticas.



La calabaza pipiana es cultivada porque es la especie de este fruto que más semillas produce. Las semillas se comen en guisos o, tostadas y aderezadas con sal, como botana. Puesto de calabaza pipiana y de Castilla. Mercado de Cuernavaca, Morelos. FOTO: FILVIO ECCARDI

Chilacayote

(*Cucurbita ficifolia*)

Es la especie de *Cucurbita* cultivada que presenta la menor diversidad. Se caracteriza por el color de su fruto: verde claro a oscuro, su pulpa –blanca– y sus semillas de color negro o crema. Aunque aún se desconoce con precisión su lugar de origen, se ha propuesto que, de acuerdo con la evidencia arqueológica, proviene de Sudamérica, aunque debe tomarse en cuenta que la amplia difusión de nombres relacionados con el náhuatl podría deberse a que por lo menos la variedad cultivada tiene su origen en México o Centroamérica. Se encontraron semillas

con una fecha aproximada de 700 a.C. en el valle de Oaxaca. Ahora se le cultiva en una área que va del norte de México a Argentina y Chile, así como en Europa y Asia, a donde fue llevada alrededor del siglo XVII. Como sucede con otras especies de *Cucurbita*, del chilacayote se consumen no sólo sus frutos, sino también los tallos y las pepitas. La pulpa del fruto inmaduro es una verdura de uso común. Cuando el fruto ha madurado, su pulpa es bastante fibrosa y se le utiliza para elaborar un dulce llamado “cabellos de ángel”, así como bebidas refrescantes.

Características

Planta rastrera o trepadora. Frutos con forma de globo u ovalada, de cáscara gruesa y sin costillas. Usualmente de color verde claro u oscuro con franjas blancas. Con pulpa fibrosa, blanca y de sabor dulce. Semillas generalmente negras.

Otros nombres

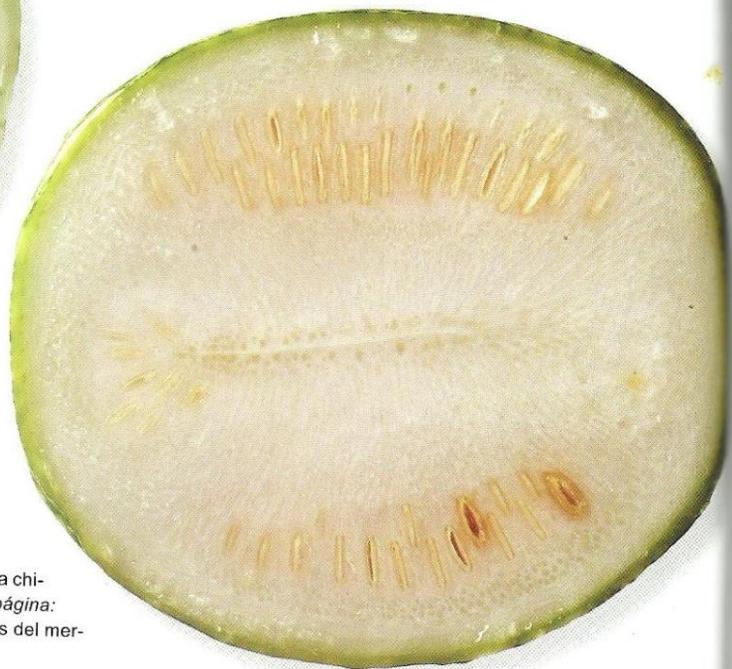
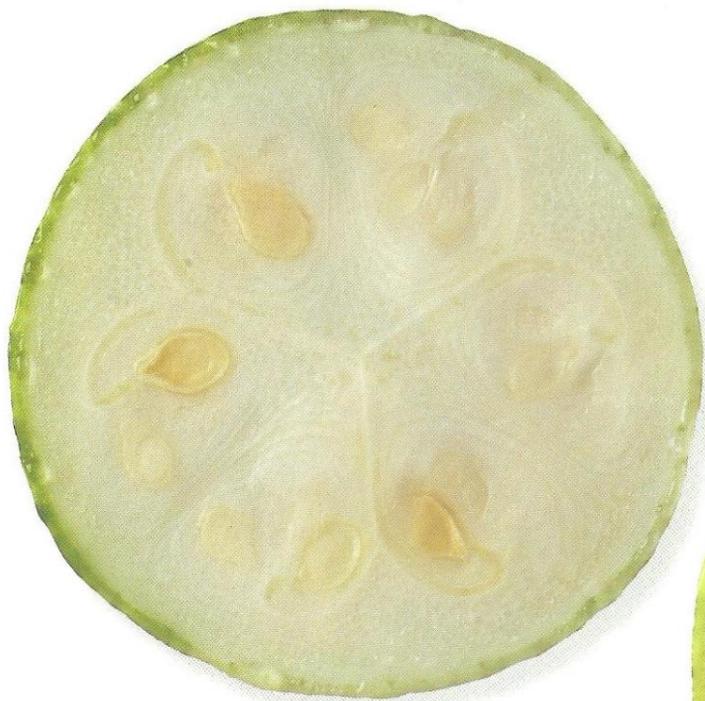
Chilacayo, chilaca. En lengua indígena recibe nombres como: *tzilacoyotli*, *tzilicayotli* (náhuatl); *kán* (triique); *shikin-tinduyu* (mixteco); *itúbeesi*, *ietu-wetsi*, *jitwes* (zapoteco); *caj-tsé* (mixe); *mayil* (tzotzil); *ooké* (mame).

Usos

El fruto se utiliza principalmente como alimento, ya sea como verdura, cuando inmadura, o para preparar dulces. Los tallos se usan como verdura y los frutos maduros como forraje.

Zonas productoras

Se cultiva en zonas que fluctúan entre los 1 000 y 3 000 msnm, en casi todos los estados de la República, entre ellos los del Centro de México, Veracruz, Chihuahua, Oaxaca y Chiapas.



Cuando el chilacayote está inmaduro, en el Centro de México se le llama chilacayotito, y se le trocea y cocina en pipián con carne de cerdo. Esta página: Chilacayotes inmaduros. Página siguiente: Chilacayote maduro. Ambos del mercado de La Merced, ciudad de México. FOTOS: BORIS DE SWAN / RAÍCES



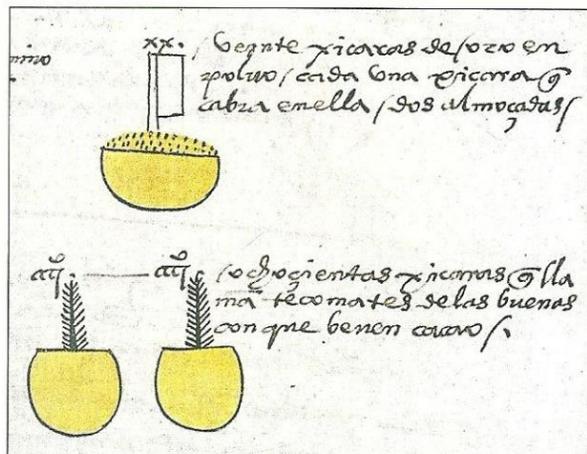
EL CALABAZO Y LA CALABAZA

En algunas partes de México se llama calabazo a la especie *Lagenaria siceraria*, de la cual se obtienen los acocotes y los bules; a estos últimos se les llama en otros países calabazo del peregrino. *Lagenaria siceraria* es un arbusto y no un árbol como las otras especies de donde se obtienen los guajes, e incluso pertenece a la familia *Cucurbitaceae*, su fruto sólo es comestible cuando es inmaduro, ya que cuando madura su pulpa es escasa. En otros países se llama árbol de las calabazas a *Crescentia cujete*, pero no es una calabaza comestible.

Las jícaras

En México, la palabra jícara, que es un nahuatlismo y viene de *xicalli*, es aceptada en el sentido de vaso o recipiente. En tiempos prehispánicos, la jícara fue usada también como medida; en los códices se ven jícaras con polvo de oro o de pigmentos junto con los numerales que designan la cantidad que debería ser entregada como tributo al imperio mexica. Como medida la jícara se usó hasta tiempos coloniales.

En algunas partes de México, las jícaras y algunos guajes eran decorados estupendamente con la técnica del maque; hoy en día se pueden ver algunas de esas jícaras en los estados de Michoacán y Oaxaca, entre otros.



Arriba se ve una jícara con polvo de oro y una bandera que significa 20. Aquí la jícara se usa como medida, ya que los tributarios debían entregar 20 de esas jícaras con polvo de oro. Abajo se ven dos jícaras con un signo que significa 400. La glosa en español dice "ochocientas jícaras que llaman tecomates... con que beben cacao". *Códice Mendocino*, f. 39r.

REPROGRAFÍA: MARCO ANTONIO PACHECO / RAÍCES



Vasija tallada y laqueada con borde de plata. Fue hecha en Autlán, Jalisco, en el siglo XIX.

En Autlán hay habitantes de la etnia nahua, quienes llaman tecomate a este tipo de vasijas. MNA.

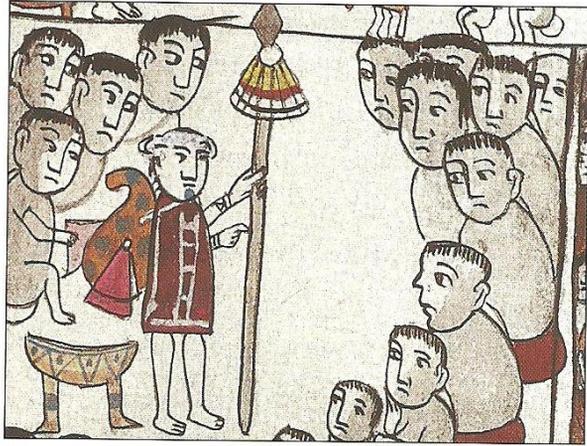
FOTO: MARCO ANTONIO PACHECO / RAÍCES

Los guajes

En algunas regiones de México aún se usan tres especies de árboles (*Leucaena esculenta*, *Crescentia alata* y *Crescentia cujete*) y una de arbusto (*Lagenaria siceraria*) para hacer utensilios. En el México central se llama comúnmente guaje a los frutos de esas cuatro especies de vegetales.

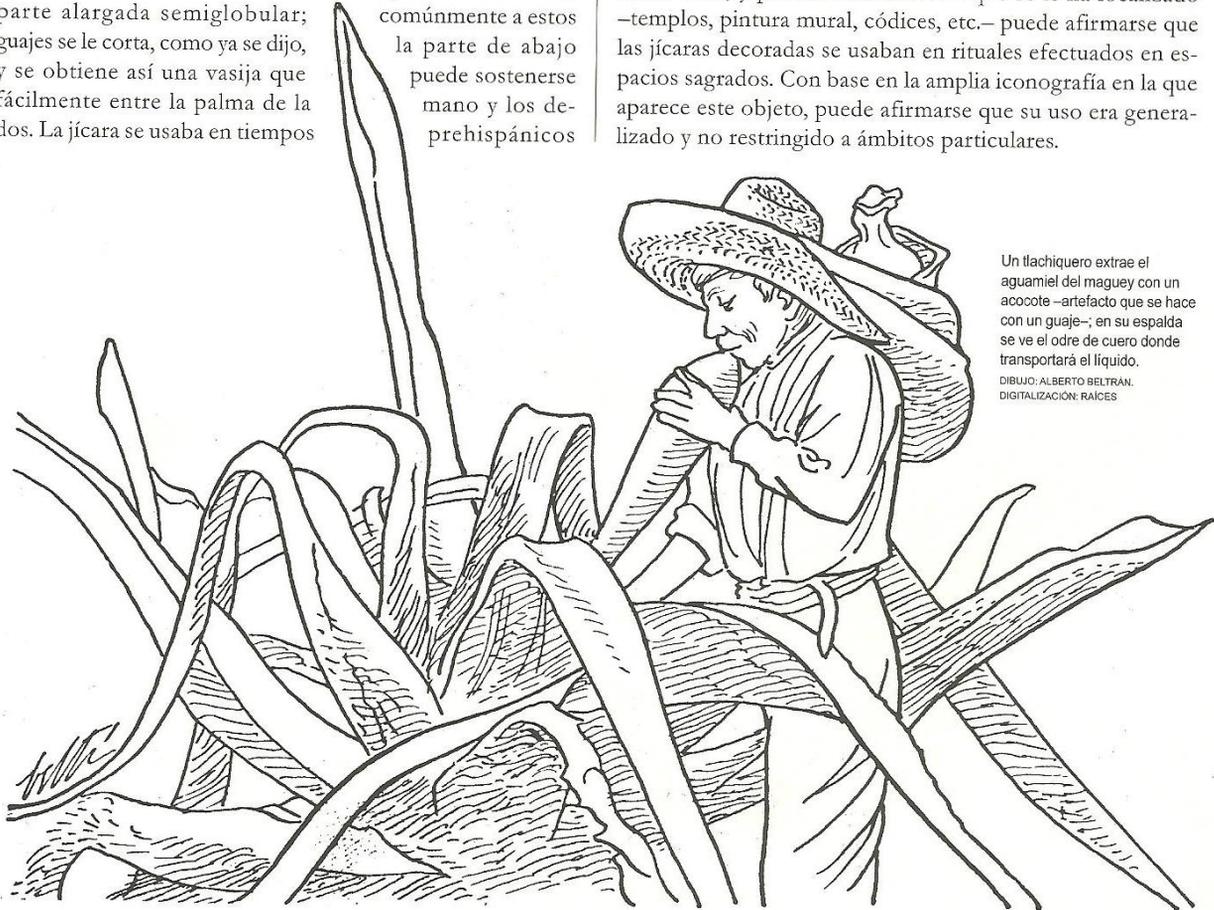
En varios lugares del México rural aún hay artefactos empleados en la vida cotidiana que se hacen con los guajes. Con el guaje se hacen jícaras, cucharas, pipetas, coladores, etc. En algunos lugares del Norte de México se han encontrado artefactos arqueológicos similares a nuestras cucharas hechas con guaje; en excavaciones en el México central se han localizado jícaras con restos de maque, una técnica que se usó —y aún se emplea— para decoración de estos recipientes.

Las jícaras se obtienen de la parte de abajo del guaje. Algunos ejemplares del fruto son globulares en la parte baja, en la intermedia tienen una “cintura” y terminan en una parte alargada semiglobular; comúnmente a estos guajes se le corta, como ya se dijo, la parte de abajo y se obtiene así una vasija que puede sostenerse fácilmente entre la palma de la mano y los dedos. La jícara se usaba en tiempos



Un petámuli o sacerdote mayor habla con caciques y señores tarascos; en la espalda lleva un bule decorado —hecho con un fruto del guaje— que era símbolo de su autoridad. *Relación de Michoacán*, lám. XL1. REPROGRAFÍA: MARCO ANTONIO PACHECO / RAICES

como vaso, y por los contextos en que se le ha localizado —templos, pintura mural, códices, etc.— puede afirmarse que las jícaras decoradas se usaban en rituales efectuados en espacios sagrados. Con base en la amplia iconografía en la que aparece este objeto, puede afirmarse que su uso era generalizado y no restringido a ámbitos particulares.



Un tlachiquero extrae el aguamiel del maguey con un acocote —artefacto que se hace con un guaje—; en su espalda se ve el odre de cuero donde transportará el líquido. DIBUJO: ALBERTO BELTRÁN. DIGITALIZACIÓN: RAICES

La calabaza en la mesa

La calabaza se consume en México principalmente cuando es inmadura. En esta etapa el fruto es una verdura y por tanto se le prepara de varias formas e incluso se le puede comer cruda en ensalada. Las calabazas se comen con carne de cerdo, res, pollo, granos de elote, flores de calabaza, epazote, jitomate, crema, rajas de chiles poblanos. También se comen con pipián, que son las semillas secas y molidas con chile, rellenas, cocidas al vapor, etc.

La calabaza tiene escasos hidratos de carbono y grasa, y en gran parte se compone por agua, lo que la hace alimento que aporta pocas calorías. Su contenido de fibra da sensación de saciedad y la presencia de mucílagos facilita el tránsito intestinal. Es rica en vitaminas A y C

y también contiene vitaminas B1, B2, B3 y B6.

Las semillas de la calabaza se comen como botana o se muelen y así se preparan componentes para otros platillos. Contienen vitaminas B, C, D y K y minerales como calcio, potasio, fósforo y niacina. Si se agregan semillas de calabaza a las ensaladas verdes, se añadirá un sabor parecido al de la nuez.

Con las flores y los tallos jóvenes de las calabazas se preparan sopas y ensaladas; se comen cocinándolas al vapor o friéndolas con aceite, cebolla, ajos y epazote. Hoy en día, con flores de calabaza los chefs hacen deliciosos y exóticos platillos.

Cuando la calabaza está madura, se le come principalmente como dulce, y a sea cris-

talizada o hervida con piloncillo, canela, cañas y, en algunos casos, especias que le dan un espectacular sabor. En las ciudades, la calabaza madura sólo se consigue en los meses de octubre y noviembre, que es la temporada de los Días de Muertos, y se le prepara para colocar en la ofrenda que algunas familias aún colocan en sus casas para conmemorar a sus ancestros. Se dice que esta forma de comer la calabaza es muy antigua, que comenzó cuando el piloncillo, que es el resultado del jarabe no destilado de la caña de azúcar, fue traído a México por los españoles.

En esta época, México importa una importante cantidad de calabazas de los campos productores de California y Texas, Estados Unidos, en donde ya muy poco se le come y se usa sólo como adorno o en *halloween*.

El chilacayote y el acitrón se cristalizan; se aprovechan en cabellos de ángel las barbas del chilacayote –y la calabaza despliega el aprovechamiento sin límites de su carne y de sus pepitas. Se le hace en tacha con panocha, caña y guayaba; sus pepitas tostadas crujen a rendir entre los dientes su lengüecilla de almendra, que molida y espesa enriquece pipianes y moles verdes; y sus flores deslíen su delicada sabrosura en sopas, guisados y quesadillas. Y si se trata de las calabacitas tiernas ¡en cuántas formas las aprovecha la cocina mexicana! Que se nos sigan sirviendo con carne de puerco, granos de elote, rajas con cebolla, y queso...

Salvador Novo, *Cocina Mexicana o Historia gastronómica de la ciudad de México*, 1993, p. 37.



Esta página: Mole verde de pepitas de calabaza, pepitas, pepitas molidas y pasta de pepitas para mole verde. Página siguiente: Sopa de flor de calabaza. FOTOS: BORIS DE SWAN, IGNACIO URQUIZA / RAICES

La calabaza y los platillos

• Calabacitas

- Brochetas de calabacitas y jitomates
- Calabacitas a la menta
- Calabacitas con carne de cerdo adobado (Tamaulipas)
- Calabacitas criollas (Veracruz)
- Calabacitas rellenas de queso
- Carne de cerdo con calabacitas
- Chiles en escabeche con calabacitas
- Cocido con calabacitas estilo San Cristóbal (Chiapas)
- Crema de calabacitas
- Crema de calabacitas, papa y poro
- Ensalada de calabacita
- Estofado de carne con calabacitas
- Mole con calabacitas y tomate verde de Orizaba (Veracruz)
- Mole de olla con calabacitas
- Pastel azteca con calabacitas y flor de calabaza
- Pechugas de pollo rellenas de calabacitas
- Postre de calabacitas
- Sopa de calabacitas con chipilín (Chiapas)
- Sopa de calabacitas y frijol blanco

• Calabaza

- Ayomolli (mole de calabaza) (Guerrero)
- Calabaza de Castilla con frutas (Chiapas)
- Calabaza de Castilla en tacha
- Crema de calabaza de Castilla

Dulce de calabaza de Castilla (Guerrero)
Empanadas de dulce de calabaza
de Castilla
Pan de calabaza de Castilla
Pastel de calabaza de Castilla
Tamales de calabaza de Castilla
y camarones secos
Tarta de calabaza de Castilla

• Flor de calabaza

Budín de camarones con flor de calabaza
Chiles poblanos rellenos de queso
y flor de calabaza
Crema de flor de calabaza (San Luis
Potosí)
Crepas de flor de calabaza (D.F.)
Empanadas de flor de calabaza
(Zacatecas)
Ensalada de alcachofa con flor
de calabaza
Escalopas con flor de calabaza
Flor de calabaza con chile jalapeño
(Veracruz)
Flores de calabaza con mousse de queso
Flores de calabaza en hojas de maíz
Flores de calabaza rellenas (Tlaxcala)
Hojaldre de flor de calabaza
Morillas rellenas con flor de calabaza
Pastel de tortillas de flor de calabaza
Pechugas de pollo con flor de calabaza
Quesadillas de flor de calabaza
Salsa de flor de calabaza
Sopa campesina con flor de calabaza
(Aguascalientes)
Sopa de flor de calabaza con cilantro
y albahaca (D.F.)
Sopa de la milpa con flor de calabaza
Tamalitos de queso rellenos con flor
de calabaza

• Semillas de calabaza

Atole de pepita chica de calabaza
Jamoncillo de pepitas de calabaza
(Puebla)
Mole verde de pepitas de calabaza
Pollo en mole verde de tomate y pepitas
de calabaza (Michoacán)
Pollo en pipián de pepitas de calabaza
(Puebla)
Pozole verde con tomate y pepitas
de calabaza (Guerrero)
Tamales chiapanecos de pepitas
de calabaza (Chiapas)

• Chilacayote

Chilacayotitos con mole
Pipián con chilacayotitos
Cabellos de ángel de chilacayote

