

# Cartografía de Sabores

## Cacao

LAS semillas QUE NOS dieron patria

SISTEMA DE TRANSPORTE COLECTIVO

DIRECCIÓN GENERAL DE CULTURAS POPULARES, INDÍGENAS Y URBANAS

CulturasPopularesOficial @dgcpopulares culturas.populares

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa.

GOBIERNO DE MÉXICO CULTURA SECRETARÍA DE CULTURA

gob.mx/cultura

#CulturaAlimentaria

# Cartografía de Sabores

Cacao / Këkëw (yojot'an)

El cacao es un grano mesoamericano que proviene del árbol del género *Theobroma*. Su consumo data de los años 460 a.C. El pueblo olmeca fue el primero en degustarlo como bebida sagrada; posteriormente, los mayas y los mexicas lo usaron como alimento y moneda.

Este grano tiene elementos que protegen el corazón, es antioxidante y puede influir en la resistencia a la insulina y, a su vez, reducir el riesgo de diabetes, además de ayudar a conservar la flora intestinal y reforzar la absorción de los nutrientes de nuestros alimentos.

Setenta por ciento del cacao que se produce en México proviene de fincas de pequeños productores del estado de Tabasco.







## Verónica Candelero García

Productora y transformadora de cacao de Comalcalco, Tabasco

Recuerdo con mucho cariño cuando mi mamá nos mandaba a mí y a mis hermanos a llevarle pozol a mi papá. Disfrutaba beberlo mientras descansaba de cortar cacao y nosotros aprovechábamos para correr en medio de las parcelas. Jugábamos a las escondidillas y a veces, gustosos, nos quedábamos a ayudarle a cortar el cacao hasta las 6 o 7 de la noche. Hoy, mi padre ya no está, pero yo sigo su legado. Cuando entro a las plantaciones me conecto con él y agradezco por todo lo que aprendimos y por enseñarnos a amar la tierra.

Cuando era niña, toda la familia iba a cortar cacao; era tan abundante que se formaban unos cerros muy grandes, de tan gran tamaño que si te parabas detrás de ellos ya no te alcanzabas a ver. Ahora producimos poquito cacao. Es triste ver que las nuevas generaciones ya no están siendo educadas para el cultivo de este grano; se está perdiendo ese amor como el que nosotros le tuvimos, el que le tenemos hasta el día de hoy.

Quiero que México tome y coma cacao. En los tiempos por venir, pienso que esta semilla se puede recuperar a través de la educación en el campo, de su enseñanza, de transmitir los conocimientos agrícolas y las prácticas orgánicas, para que desde casa se pueda tener a futuro una mejor cosecha.

Podemos recuperar este grano como un alimento que beneficia y mejora la salud. Para ello necesitamos consumir chocolate mexicano y cacao artesanal y natural, de cultivos agroforestales de buena calidad, ya que el cacao es alegría y salud. Provenir del lugar de origen del cacao es un gran orgullo.

### POLLO CON TROCITOS DE CACAO EN ACEITE DE OLIVA

#### INGREDIENTES

- 100 gramos de cacao tostado en trozos
- 120 mililitros de aceite de oliva
- 1 pollo para asar
- 1 frasco de vidrio
- Sal y pimienta al gusto

#### PREPARACIÓN

- Triturar los granos de cacao tostados y vaciarlos en el frasco de vidrio. Cubrirlos con el aceite de oliva y dejarlos reposar durante un mes.
- Asar el pollo, sazonar con sal y pimienta al gusto y agregar los granos de cacao que fueron macerados durante un mes.
- Acompañar con ensalada de temporada.



**El yokot'an o chontal de Tabasco pertenece a la familia lingüística maya. Más de 27 mil personas en la entidad nombran al mundo en esta lengua mexicana. Se hablan cuatro variantes, de las cuales tres se encuentran en riesgo de desaparición.\***

**Somos lo que comemos. Hablamos lo que somos. Hablar lo que comemos da gusto. Nuestro deseo es que esta cartografía le dé ruta a su gusto.**

\* Fuentes: Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) y el Catálogo de las Lenguas Indígenas Nacionales del INALI.