



Nombre de alumno:

Jazmín Bernabé Galicia

Nombre del profesor:

L.N Jubileth Martinez Guillen

Nombre del trabajo:

ENSAYO

Materia:

Alimentación y cultura

Grado:

1º

Grupo: “A”

Comitán de Domínguez Chiapas a 28 de noviembre de 2022.

TEJATE, LA BEBIDA DE LOS DIOSES:

El tejate es una bebida ancestral que es originaria del municipio de San Andrés Huayapam, que se encuentra en el Estado de Oaxaca, además de ser muy fresca se utiliza como remedio cuando hay un cuadro de diarrea.

En el siglo XIX se le llamó chone: la bebida contenía pixtle tostado y molido, achiote, cacao y azúcar, tiempo después se le agregó maíz y rosita de cacao. Desde la época prehispánica tuvo un gran valor ceremonial, pues sólo se bebía cuando iniciaba la siembra o en la cosecha del maíz. En la actualidad los campesinos de los Valles Centrales de Oaxaca lo siguen consumiendo como una bebida refrescante y restauradora a media mañana.



TEJATE

Al tejate también se le conoce como la bebida de los dioses, pues en la época prehispánica era consumido por los emperadores o reyes zapotecas, una de las etnias indígenas que predominó en el estado de Oaxaca, junto con los mixtecas.

El tejate es una bebida refrescante de origen prehispánico elaborada a base de maíz, utilizada principalmente durante los rituales de siembra y cosecha; incluso, los mismos reyes

zapotecas la consumían, lo que posiblemente originó su nombre: "bebida de los dioses".

Se dice que el término *Tejate*, viene de la combinación de las palabras náhuatl *textli*, que quiere decir masa, y *atl*, que significa agua, es decir, "agua harinosa".



INGREDIENTES:

- ❖ 1 kilo de nixtamal
- ❖ 20 piezas de cacao
- ❖ 50 gramos de corozo
- ❖ 2 huesos de mamey
- ❖ Un manojo de flor de tejate o flor de huayapam o rosita de cacao (es una flor que se da exclusivamente en huayapam, tierra del tejate)



MODO DE PREPARACIÓN:

Se toman las dos semillas de huesos de mamey y se rompen, para sacarle la semilla, posteriormente se aplasta en la prensa de hacer tortillas para que quede plano y posteriormente se pone a tostar en el comal, junto con el cacao y el corozo, se va moviendo hasta que se dore, el comal no tiene que estar muy caliente, enseguida se pone la rosita de cacao; hasta que se doren todos. Después se lleva todo al metate y se muele finamente. Ya que este bien finita la molienda agrega el maíz nixtamalizado y se muele, se va agregado poca agua para que pueda molerse, mas o menos cinco pasadas hasta que quede una masita. También se puede hacer atole de tejate o nicuatole de tejate.



Ahora nos vamos al apazle (tinaja de barro), se pone la masa de tejate en el apazle y se le



agregan unos tres cubos de hielo, para que la espuma pueda subir y se amasa por veinte minutos, al mismo tiempo se le va agregando un poco de agua, el agua debe estar un poco tibia, una vez que se termina de amasar, ahora viene la batida, se bate en circulo y se le va agregando agua un poco tibia, al final se le agrega agua fria en chorros, es decir, se levanta la mano a unos 50 cm y se le deja caer a la mezcla el agua fria, ahora ya esta listo nuestro tejate, con mucha espuma, al final se le agrega hielo.



En una jarra por separado se hace la miel de azúcar, que no es mas que agua con azúcar. Es al gusto.

Al momento de servir, se le pone a la jicara un poco de miel de azúcar y enseguida se sirve el tejate con espuma, la miel de azúcar es al gusto, pues a unos les gusta con poco o mucho dulce.

