



Nombre del alumno:

Karine Abigail Vicente Villatoro

Nombre del profesor:

Lic. Maria de los Angeles Venegas Castro

Nombre del trabajo:

Ensayo de hábitos alimentarios en Chiapas

PASIÓN POR EDUCAR

Materia:

Trastornos de la cultura alimentaria

Grado:

9°

Grupo: A

INTRODUCCION

Sin darnos cuenta desde pequeños nuestros padres influyen mucho la forma en la cual solemos alimentarnos, ya que primordialmente la persona que cocina en la casa es mamá, ella es la encargada de ver que alimentos se consumen y en que forma se prepara. Cuando nosotros establecemos reglas de cocción, preparación, sabor e incluso la hora de la comida suele reconocerse como un hábito alimentario. Por ejemplo, si de niño desayunabas a las diez de la mañana todos los días, ya de adulto estarás acostumbrado a desayunar en ese mismo horario.

Los hábitos alimentarios en cuestiones suelen interferir con la religión, el estatus social y la cultura de los pacientes.

Los alimentos son base fundamental de las personas para poder sobrevivir y tienen diferentes preparaciones, algunas tienen un estilo único dependiendo del lugar en el que se preparen y con frecuencia solemos llamarle platillos típicos. La cultura se involucra mucho en este tipo de hábitos alimenticios ya que existen alimentos que personas no creían que se podían consumir o realmente no creyeran que existieran.

HABITOS ALIMENTARIOS EN CHIAPAS

En palenque tienen como habito alimenticio el comer un platillo llamado caldo de shuti que básicamente consiste en el consumo de caracoles llamados shuti es una especie de caracol de agua dulce originario de Chiapas

Es muy común encontrarlos en Semana Santa ya que también forma parte de la comida de los apósteles, este caracol suele encontrarse sobre todo en regiones altas. Suelen contener bastante carne ya que alcanzan hasta quince centímetros de diámetro.

El caldo de shuti se prepara con epazote, chiles chimborotes, cebolla y jitomate. El caldo fue descubierto y elaborado por los indígenas zoques de palenque.

San Cristóbal de las casas es muy reconocido por el pan que realizan, pero muy pocas veces se ha escuchado hablar de la sopa de pan que también es originaria de san Cristóbal de las casas. se consume en las principales festividades por lo que también se le conoce como la Sopa de Fiesta.

La sopa de pan se origino en 1739 y su sabor es una combinación entre lo dulce y lo salado. Estos incluyen pasas, pan coleteo (tradicional de este Pueblo Mágico), plátano macho y huevo cocido.

En Tuxtla Gutiérrez y algunos de sus alrededores es habitual el comer o desayunar el caldo de chipilin con bolitas de masa su preparación no es nada complicada y puede acompañarse en ocasiones con queso. el nombre popular de chipilín es de origen de la lengua náhuatl se llama así según cuentan las personas mayores de algunas comunidades del estado, que este nombre se le rinde homenaje a una historia antigua donde una princesa fue obligada a casarse con el dios de la lluvia.

En Comitán de Domínguez existe el hábito de consumir tostadas de pollo con frijol y pikle de zanahoria, el pickle es un encurtido de zanahoria rallada que tiene un sabor agri-dulce se prepara con un poco de cebolla, chile, sal, azúcar, canela, pimienta, orégano y un poco de vinagre. En el centro de la ciudad venden chalupas, pan compuesto y empanadas con pickle. Realmente no se conoce el origen de este encurtido, pero difícilmente podrás encontrar esta preparación en las afueras de Comitán.

En Tumbala existe una verdura que no es muy habitual en otras regiones se conoce como chillin es una verdura tradicional y solo se consume en época de verano, el árbol donde se cosecha mide alrededor de 20m a 30 metros de altura, esta verdura se degusta en tacos acompañado de salsas de la casa, también en tostadas, con un toque de sal al gusto, o muchos lo acompañan con frijoles, su sabor inigualable y cremosa satisface tu paladar, este alimento a muchos le llaman pobreza en las ciudades.

Existen lugares, religiones y culturas en donde podría haber un hábito alimenticio, pero en el que este sea manipulado de diferente manera. Ejemplo de ello puede ser el pescado en Tonalá que es costa se consume mucho el pescado, en la religión adventista el consumir pescado es considerado pecado o esta prohibido y la cultura gastronómica se realiza en un ceviche.

Dentro de los hábitos alimentarios culturales ya antes mencionados es muy poco común el observar esas preparaciones en distintas regiones, probablemente sí, pero, el sabor y la textura podrían a veces resulta ser difícil que sepa igual y eso es lo que hace único al platillo. Las personas comúnmente desconocen de varios platillos por lo que se niegan a probarlos.

CONCLUSION

Existe una variedad de alimentos en Chiapas que las personas aun desconocen por el simple echo de que no se encuentran en su dieta, los hábitos alimentarios incluye la textura, color, olor y sabor de los alimentos e incluso llega a incluir los estatus sociales, en todas las regiones mencionadas existe por lo menos un platillo típico en que muchas personas desconocen, mayormente los alimentos que se investigaron no tenían una historia por detrás dado a que las cocina mexicana viene evolucionando desde la llegada de los españoles por lo que los platillos no tienen ningún fin.

Referencias

- Gordillo, M. I. (2 de oct de 2019). *Mexico en mi cocina* . Obtenido de <https://www.mexicoenmicocina.com/sopa-de-pan/>
- mar, A. d. (8 de ene de 2022). *topadventure*. Obtenido de <https://topadventure.com/gastronomia/Prepara-una-calientita-y-deliciosa-sopa-de-pan-de-Chiapas-20220108-0002.html>
- Martinez, U. (20 de mayo de 2023). Obtenido de El chinín, un tesoro casi secreto
- Narvaez, A. (20 de mayo de 2023). *Caldo de Shuti: Una extravagante delicia chiapaneca*. Obtenido de <https://www.cocinadelirante.com/receta/sopa/caldo-de-shuti-una-receta-chiapaneca-cocina-delirante>
- Velasco, O. (15 de dic de 2022). *Caldo de chipilín con bolitas y crema. Receta chiapaneca tradicional*. Obtenido de <https://www.directoalpaladar.com.mx/cocina-popular-mexicana/caldo-chipilin-bolitas-crema-receta-chiapaneca-tradicional>