

# **LA CULTURA ALIMENTARIA MEXICANA: FUENTE DE PLANTAS COMESTIBLES PARA EL FUTURO**

M. Gispert Cruells

**Universidad Nacional Autónoma de México.  
Área de Etnobotánica, Facultad de Ciencias.  
D.F. México, México.**

**RESUMEN:** En este breve ensayo, proponemos una explicación acerca de las dificultades y el rechazo que tuvieron ciertas plantas comestibles de origen mexicano, para ser incluidas en la dieta europea. Este ejercicio analítico tiene como propósito, revertir aquellas tendencias alimentarias restrictivas y ofrecer 24 especies vegetales que enriquezcan el espectro alimentario internacional.

**PALABRAS CLAVE:** Cultura alimentaria, México, plantas comestibles.

**SUMMARY:** Our purpose on this brief paper is to explain the difficulties that some edible mexican plants had to being included in the European diet. The intention of this analytical excersise is to revert those restrictive feeding customs and to offer 24 vegetable species to enrich the international feeding options.

**KEY WORDS:** Food culture, Mexico, edible plants.

## **INTRODUCCIÓN**

**Esta contribución contiene tres apartados: en el primero se expone una síntesis de la importancia histórica de la cultura alimentaria en el México prehispánico. En el segundo, se plantean algunas ideas por cierto bastante especulativas, sobre el porqué algunas de las plantas alimentarias más frecuentes y apreciadas en la comida mexicana no tuvieron ningún impacto en la cocina europea. Por último, el tercer apartado incluye una lista de plantas comestibles fundada, en algunos casos, en sus propiedades nutritivas y en otros, en la facilidad de su propagación y adaptación, pero sobre todo su finalidad es la de volver a ampliar el espectro de los vegetales en la dieta universal, que alarmantemente se ha restringido en los últimos sesenta años.**

## **LA CULTURA ALIMENTARIA EN EL MÉXICO PREHISPÁNICO**

**Para entender la riqueza cultural que permitió a los amerindios donar al mundo tantos recursos alimentarios, es necesario retroceder en el tiempo y recordar un poco el papel central que la alimentación jugó en la historia de esos países.**

**Entre las 110 etnias que configuraron el proceso civilizatorio del México prehispánico, la cultura alimentaria formaba parte inseparable de su visión del universo. Ello, se refleja de manera notoria en las comidas de tipo ceremonial y en las ofrendas que brindaban tanto a los dioses en sus días festivos, como a las consideradas plantas-deidades.**

**Las ofrendas de alimento eran tan asiduas que llegaban a ocupar un largo espacio de**