

## LA SIERRA TARAHUMARA, ESPACIO DE SALVAGUARDA PARA LA MILPA

Escrito por: Wendy Pérez  
02/07/2021

La cocinera Ana Rosa Beltrán del Río sabe que su papel es elemental para seguir visibilizando la relación del maíz con las etnias de Chihuahua.



“Sin la milpa no somos nada” es uno de los estandartes que por más de 30 años ha llevado como mensaje la investigadora Ana Rosa Beltrán del Río.

Esta chihuahuense, designada Embajadora de la Artesanía y la Gastronomía de su estado, sabe que no hay legado más importante que el respetar tan valioso sistema de cultivo, como ha visto que lo hacen las comunidades de la sierra Tarahumara.

“Gracias a que siguen conservando sus agrosistemas tradicionales mucha de la diversidad alimenticia sigue viva a través de sus milpas, donde crecen frijol, chile, calabaza, tomate, amaranto, nopal y 13 variedades de maíces criollos”, explica Ana Rosa sobre las prácticas que ejercen pimas, guarijíos, tepehuanos y rarámuris.

La cocinera me confiesa que haber crecido rodeada de mujeres de estas etnias en su natal rancho Salsipuedes, en la región de Delicias, fue medular para que nunca se separara de la influencia cultural y culinaria que ejercieron sobre ella, y que al paso de los años le abrieron las puertas al corazón de sus saberes.

“Es un conocimiento que no se puede olvidar, yo no pude y me di a la tarea de platicar y documentar cada sitio que visitaba hasta que permitieron que una mestiza, como yo, los ayudara a dar a conocer su cultura, su cocina y eso he hecho desde entonces”.



Fotografía: Carlos Uribe

## RITUALIDAD Y USO MAÍCERO

Para Ana Rosa esta confianza depositada es una gran responsabilidad, y aún recuerda con emoción aquellos años cuando hacía sus pininos de investigación en Bacajipare y Huetosachi, aprendiendo poco a poco sobre el papel adaptativo del ancestral teocintle en sus ritos y hábitos de consumo.

“El maíz es un elemento-acción y ha sido piedra fundamental de su cosmovisión y la convivencia comunitaria. Es un vehículo vital en relación con lo sagrado”, dice, y de ejemplo hay varias celebraciones donde la tradición de este grano se remonta al tiempo de los *anayahuari (anayáwari)*, antepasados de los rarámuris.

“Tienen su fiesta de intercambio de semillas que es en el mes de marzo. Hacen dos bailes, el *yúmari (yúmare)* o *tutuguri* y se los dedican a *Onóruame (Onorwame)*, dios padre y madre.

“También está presente en la raspa del peyote, cuando ofrecen al dios *Jikuri* mucho **pinole** y tortillas porque creían que era muy tragón”.

Emocionada me cuenta que antes de la pandemia la dejaron estar en esta fiesta y le entregaron la mitad de la pata de la vaca con la que preparan el *tónari* o *tónare*, lo que significa que tiene el honor de hacer la siguiente celebración.

“El *tónari* es un guiso que cocinan con una res, a la que le quitan la piel, y con todo y vísceras se pone en cocción en un tambo con agua (no comen sal) y cuecen la carne”.



Fotografía: Carlos Uribe



Fotografía: Carlos Uribe

Ésta es una receta ceremonial que siempre va de la mano de otra pieza clave en la alimentación rarámuri: el tesgüino (*teswuino*), **bebida producto de la fermentación** del maíz que disfrutaban con gorditas, *yoriki* y esquiate (*ge'ori*).

Justamente si hablamos de platos cotidianos, el esquiate es el rey del desayuno, para el cual ponen tres piedras y leña de pino o encino para encender un fuego.

“Ahí se coloca una olla de barro con gravilla pero no fina, y dentro avientan maíz seleccionado y dejan que se hagan las **palomitas**, se sacan y en el metate se muelen. Esto es el pinole, pero cuando se le adiciona agua y cuece como un atole se transforma en el esquiate, al cual se termina echando quelites”.

Como leen, los usos del maíz en su cocina son cientos, aclara. “Destaco a los apreciados **chacales** que se logran así: se corta el maíz en la etapa en que se empiezan a secar los elotes, se cuecen en agua caliente y luego se hacen amarres

con dos o tres de ellos y se secan al sol. Ya una vez deshidratadas, los granos se desmembran y resquebrajan en el metate o en molino manual. Lo usan en las etnias a diario, aunque para nosotros los mestizos sea sólo de Cuaresma”.

## DIVERSIDAD EN CAMPO Y COCINA

A pesar de que la producción de maíz o *sunú* (en rarámuri) es un total desafío por las condiciones ambientales, la geografía y la falta de agua en la sierra Tarahumara, la milpa subsiste y sigue diversa.

“Insisto, no se puede pensar en alimentación en esta zona sin el maíz, se usa para todo y es base de preparaciones que los nutre diariamente, en especial el pinole (*kobishi*), **los atoles** y, obviamente, la tortilla (*remeke*)”.

Para hacer estos derivados se usan variedades como el apachito (*sunú áwisi*) que es semicristalino y de color rosado. Los cristalinos (*sunú bewali*) de Chihuahua, que van del blanco, amarillo, al azul. Es un maíz rico en grasas, proteínas y resistente a las sequías.

Le siguen el pepitilla (*sunú chupéame*), maíz de **dureza media** y de más empleo ceremonial; y el rojo (*sunú sitákame*), tipo dentado y al que aún falta varias investigaciones para definir la identidad de su raza.

“Estos son los principales, pero hay más, como el reventador, el gordo, el rosa, el tablilla de ocho, el bofo, el ratón, el tuxpeño norteño y el palomero que está en peligro de extinción; éste a veces se ve en algunas partes del municipio de Guadalupe y Calvo”.



Fotografía: Carlos Uribe

Mucha de la labor que Ana Rosa ha llevado a cabo está relacionada con la conservación de las semillas de los maíces criollos de la sierra. La cual en 2011 con la creación del Semillatón, proyecto de Fundación UNAM liderado por los doctores Robert Bye Boettler y Edelmira Linares y la Conabio, aceleró las acciones de salvaguarda.

“Estamos pidiendo ayuda para hacer bancos de semillas y silos. Ya tenemos uno y lo maneja el rarámuri Mario Quiroz. Con el Semillatón también se les acerca a los productores talleres enfocados en mejoramiento de suelos, procesamientos de productos de la milpa, siembra de quelites en camas de hidroponía, deshidratación de productos de la milpa y etiquetado, **manejo de la semillas postcosecha** y guarda de maíces en los silos, entre otros temas”, añade esta chihuahuense enfocada en los cursos sobre diversificación de platillos con ingredientes de la milpa, conservando lo tradicional, complementados con talleres de manejo e higiene.

“Mi labor ha sido esa, andar en las comunidades enseñándoles estos talleres pues es muy importante empoderarlas en ciertas habilidades para que, a la hora de mostrar sus platillos a los visitantes, vean el cuidado que le ponen a todo, pues la sabiduría culinaria la tienen”.



Fotografía: Carlos Uribe

## VISIÓN SOCIAL

Siempre acompañada de la o el gobernador de cada comunidad es como va Tarahumara alta a Tarahumara baja dictando sus conocimientos a niños, niñas y mujeres, y los resultados comienzan a salir a la luz.

“Las mujeres que hemos capacitado ya tuvieron su primer evento solas. Les proporcionamos herramientas para que no dependan del gobierno, y que esos saberes sean un gancho para que usen los insumos que emanan de sus parcelas y los transformen en platos que vendan en fiestas o maratones que se hacen en la sierra”.

Hace no mucho se concretó el proyecto **Experiencias Rarámuris**, apoyado por varias asociaciones, entre ellas el Center for Responsible Travel (CREST) y La Mano del Mono, consistente en una serie de modelos de negocio social en el que convergen distintos elementos en un producto turístico.

“En los poblados de Bacajipare y Huetosachi se construyeron cabañas similares a las que habitan las etnias con la finalidad de acercar a los visitantes al modo de vida de los grupos, pero sin invadir sus espacios personales. En este ejercicio, que incluso ganó el reconocimiento como una de las mejores experiencias a nivel nacional, se puede aprender cómo preparar alimentos rarámuri en compañía de las mujeres de la comunidad.

“Pero seguimos buscando los ‘cómos’, y tras una visita a la etnia Emberá en Panamá surgió la idea de diseñar unos carritos (pequeños restaurantes móviles) con los cuales puedan vender sus platillos de la milpa en el centro de la ciudad de Chihuahua y otras zonas del Estado.



Fotografía: Carlos Uribe

Además, la investigadora está próxima a reactivar las presentaciones que tenía en consulados y embajadas donde se acompaña de una **cocinera tradicional** y otra artesana, con la férrea tarea de exponer la grandeza indígena de Chihuahua, siempre apoyada por Margarita Baqueteros, la rarámuri de mayor edad de la sierra Tarahumara, y María Luisa Bustillos, de quienes ha aprendido lo que sabe.

Sigue el trabajo de esta promotora en sus redes sociales IG: [@anarosabra](#) y el FB: [Ana Rosa Beltran del Río](#).

Y les comparto una última reflexión de Ana Rosa: “Seamos respetuosos a la hora de visitar estos lugares, no los contaminemos, cuidemos la agrodiversidad de la sierra Tarahumara, tal como la sierra, sus habitantes y la milpa han

cuidado de nosotros”.