

La mesa está servida: comida y vida cotidiana en el México de mediados del siglo XX*

The Table is Served: Food and Daily Life in Mid-Twentieth Century Mexico

A mesa está servida: comida e vida cotidiana no México de meados do século XX

AUTORA

**Sandra Aguilar
Rodríguez**

Universidad de
Lehigh, Bethlehem,
Pennsylvania,
Estados Unidos

saa408@lehigh.edu

DOI

**10.3232/RHI.2009.
V2.N2.04**

El objetivo de este trabajo es mostrar los valores y significados que tanto productores como consumidores le daban a ciertos alimentos, además de los cambios en las prácticas culinarias en las décadas de 1940 y 1950 en México. Para ello realizo un análisis basado en las historias de vida de mujeres nacidas entre 1917 y 1945 que vivieron la mayor parte de su vida en las ciudades de México y Guanajuato. Si bien los hábitos de consumo de las mujeres capitalinas y guanajuatenses variaron debido a diferencias culturales y geográficas, este trabajo muestra que las prácticas culinarias y la experiencia del proceso de modernización fueron determinadas en mayor medida por la clase social. Las historias de vida son complementadas con el análisis de imágenes publicitarias, discursos médicos y una encuesta de consumo basada en los censos de 1950 y 1960.

Palabras claves:

Comida; Género; Modernización; Clase social; Alimentos procesados; Nutrición; Consumo; Publicidad

.....

The aim of this article is to analyze the meaning and significance of food in post-revolutionary Mexico. In order to do so, I explore the changes in cooking and eating practices in the 1940s and 1950s based on the life stories of women who were born between 1917 and 1945, and who lived most of their life in Mexico City and Guanajuato. Although culture and geography affected eating habits in both cities, this work reveals that cooking and eating practices were determined mainly by social class. Oral history is complemented with the analysis of advertisements, medical discourses and census data.

Key words:

Food; Gender; Modernization; Social Class; Processed Food; Nutrition; Consumption; Advertising

.....

O objetivo deste trabalho é mostrar os valores e significados que tanto produtores quanto consumidores davam a certos alimentos, além das mudanças nas práticas culinárias nas décadas de 1940 e 1950 no México. Para isso, realizou-se uma análise baseada nas histórias de vida de mulheres nascidas entre 1917 e 1945, e que moraram a maior parte de sua vida nas cidades do México e Guanajuato. Embora os hábitos de consumo das mulheres da capital e de Guanajuato variaram devido às diferenças culturais e geográficas, este trabalho mostra que as práticas culinárias e a experiência do processo de modernização foram determinadas principalmente pela classe social. As histórias de vida estão complementadas pela análise de imagens publicitárias, discursos médicos e uma pesquisa de consumo baseada nos recenseamentos de 1950 e 1960.

Palavras-chave:

Comida; Gênero; Modernização; Classe social; Alimentos processados; Nutrição; Consumo; Publicidade

Introducción

A mediados del siglo XX los mexicanos desayunaban tortillas, frijoles, chile, pan de trigo, atole de maíz, café o infusiones herbales. ¿Cuál era la diferencia entre comer pan de caja o un crujiente bolillo, *corn flakes* o tortillas, café soluble o café recién molido? Si bien los ingredientes básicos eran los mismos, la manera en que eran servidos o preparados nos ayuda a comprender cómo se dio el proceso de modernización en la vida cotidiana. El análisis de la forma en que se percibían ciertos productos o platillos muestra el valor simbólico de la comida y cómo éste cambia dependiendo de la clase social y del espacio urbano al rural. La leche en polvo, por ejemplo, era rechazada por las familias de clase alta o aquellos que podían beber leche recién ordeñada. No obstante, la leche en polvo era apreciada por su novedad, conveniencia y sabor diferente entre las clases media-baja y trabajadora de las grandes urbes.

Desde el período colonial, alimentos tales como la leche, la carne o el trigo fueron asociados con la civilización occidental, es decir, con Europa. Si bien los llamados objetos y prácticas civilizatorias, en palabras de Arnold Bauer, transformaron la cultura latinoamericana, no lo hicieron sólo por imposición sino también por una entusiasta adopción¹. En el siglo XX los objetos y prácticas civilizatorias se convirtieron en modernizadoras y pasaron a identificarse con Estados Unidos.

En las décadas de 1940 y 1950 la publicidad retrataba el consumo como la principal característica de la clase media. Si bien la mayoría de los productos anunciados eran estadounidenses o producidos por capital extranjero, la publicidad utilizaba un discurso nacionalista argumentando que el progreso de la nación dependía de que la gente comprara tal o cual producto². El consumo y la adopción de ciertas prácticas fueron presentados como la base de un estilo de vida moderno en el que los mexicanos vivían en hogares limpios y ordenados, donde la familia se conducía

con disciplina, racionalidad y moralidad. Las mujeres tuvieron un rol fundamental en el proceso de modernización y transformación de la cultura material en el hogar y en particular de la dieta, ya que eran ellas las encargadas de adquirir los ingredientes y transformarlos en alimentos. Es por esto que la presente investigación se centra en la experiencia femenina en torno a la comida. Para ello realizo un análisis basado en las historias de vida de mujeres mexicanas nacidas entre 1917 y 1945, teniendo como objetivos mostrar los valores y significados que se daba a ciertos alimentos y dar cuenta del cambio en las prácticas culinarias durante las décadas de 1940 y 1950. Las mujeres entrevistadas para este proyecto vivieron la mayor parte de su vida en Ciudad de México y en Guanajuato, capital del estado del mismo nombre, ubicada a 350 kilómetros al noroeste de la capital del país. Si bien los hábitos de consumo de las mujeres capitalinas y guanajuatenses variaron debido a diferencias culturales y geográficas, este trabajo muestra que las prácticas culinarias y la experiencia del proceso de modernización fueron determinadas en mayor medida por la clase social. Las historias de vida son complementadas con el análisis de imágenes publicitarias, discursos médicos y la encuesta de consumo publicada por el Banco de México en 1963, basada en los censos de 1950 y 1960.

El texto se divide en tres secciones donde se exploran los principales ingredientes de los platillos servidos en cada comida del día: desayuno, comida y merienda. En el desayuno discutiremos la leche, el café y las tortillas; en la comida analizaremos el consumo de carne, pescado, insectos, verduras, chile, manteca de cerdo, aceite y pescado enlatado. Finalmente nos centraremos en el pan de trigo como un alimento consumido principalmente en la merienda. Algunos alimentos como las tortillas, acompañaban cada comida por lo que el situarlos en una sección en particular se hace con fines analíticos, sin la intención de limitar su consumo a ese momento particular.

A lo largo de estas secciones discutiré la introducción de nuevos ingredientes, algunos de los cuales provenían de la industria alimentaria. Se entenderá por comida procesada o industrializada, cualquier ingrediente o alimento producido en una fábrica, en oposición a lo hecho en casa o con métodos artesanales. La comida procesada es uno de los mayores cambios generados por el proceso modernizador, lo cual implicó pasar de la economía de subsistencia a la sociedad de consumo, algo que examina el artículo al destacar cómo la tradición se mezcló o interactuó con la modernidad en espacios concretos, y cómo fue que las mujeres de distintas clases sociales expresaron la ansiedad que despertaba el proceso modernizador. También se demostrará que si bien la apropiación o la oposición a las prácticas modernizadoras varió en relación a la clase social y al espacio, los roles de género tradicionales fueron reforzados.

La comida en la vida cotidiana

1. Desayuno

El buen café³

Reglas que deben observarse para la preparación de un buen café:

- Compre usted café de primera calidad.
- Use usted agua pura y si es posible filtrada.
- Nunca deje usted hervir el café. Al hervir el café se desarrolla un gusto amargo que destruye mucho el sabor y el aroma.
- Sirva usted siempre el café en el momento de hacerlo.

Crispina, una mujer nacida en 1935 solía despertar antes del amanecer, en medio del frío invierno de 1944 que la hacía titiritar. Vivía en el pueblo de San Nicolás Totolapa, en la zona de Contreras, al sur de la Ciudad de México. Siempre se levantaba temprano para ayudarle a su abuela a cocinar el desayuno para ellas, su abuelo y su hermano menor. Crispina preparaba el café en una olla de barro agregando café molido, canela, piloncillo y agua, ingredientes que hervía juntos para ser servidos en jarros de barro. Aunque esta mujer desconocía el “canon del buen café”, que afirma que nunca debe ser hervido, ella y su familia disfrutaban de la preparación que hacían en olla. Tras poner el café al fuego Crispina molía chiles, jitomates y cebolla en el molcajete para preparar salsa, añadiendo ocasionalmente charales tostados para darle un sabor distinto. La olla de los frijoles estaba también en el fuego en un contexto en que la abuela de Crispina preparaba tortillas cerca del fogón. Una vez que el maíz había sido nixtamalizado, su abuela lo molía en el metate, para luego tornar las bolitas de masa en deliciosas tortillas, círculos perfectos y delgados que al poner en el comal hirviente se inflaban como pequeños globos de Cantoya despidiendo un delicioso aroma⁴. Cuando todo estaba ya listo, la familia se sentaba en un petate a disfrutar de su simple pero reconfortante desayuno el que en ocasiones era acompañado por papas con salsa de chile o habas que habían sobrado del día anterior. Mientras Crispina vivió en San Nicolás nunca hubo leche en su mesa.

La pequeña niña tomó leche de vaca por primera vez a la edad de cinco años, cuando se mudó a la colonia Juárez, cerca del centro de la Ciudad de México. Crispina recuerda que vivir en la ciudad era completamente diferente de lo ocurrido en Contreras, donde en vez de autos sólo había burros. La situación económica de la madre de Crispina había mejorado por lo que ahora podía comprarles leche y pan todos los días. En las panaderías de su barrio se vendía el así llamado pan frío, que era el que quedaba del día anterior, por lo que resultaba ser mucho más económico. En 1953, cuando Crispina tuvo su primer hijo, la leche ya formaba parte de su dieta y de la de su familia; algunas veces la mezclaba con atole de maíz o café para que rindiera más, pero sus hijos bebían un poco de leche diariamente. El esposo de Crispina trabajaba como jardinero en una casa de clase alta, mientras que ella hacía algunos trabajos remunerados en su hogar como bordar y lavar ajeno. Por consiguiente, Crispina y su esposo podían comprar leche, alimento que estuvo ausente durante su infancia.

Luisa, quien nació en 1929 y creció en San Pedro Mártir, comunidad rural localizada en la delegación Tlalpan, provenía de una familia de campesinos que vivía básicamente de lo que sembraban. La madre de Luisa trabajaba como empleada doméstica de tiempo completo por lo que ella vivía con su abuela materna, a quien ayudaba en la fabricación de tortillas para la venta. Esto la obligaba a despertarse antes de las cinco de la mañana para moler el maíz o a llevarlo al molino. El desayuno de Luisa consistía en una bebida caliente: atole de maíz, café, o te de canela, hojas de naranjo o limoncillo, tortillas y salsa. El tío de Luisa tenía dos vacas, por lo que

de vez en cuando tomaba leche. Sin embargo, la leche siempre se servía mezclada con bebidas calientes. En 1948, Luisa se casó con un floricultor que era su vecino y se fue a vivir con sus suegros y el resto de su familia política. Ahí continuó a cargo de moler el maíz o llevarlo al molino y de hacer tortillas cada mañana, labor que con el paso del tiempo tuvo que complementar con la crianza de sus trece hijos, a quienes alimentó de la misma forma en que ella fue alimentada en su niñez. Tras casarse, su situación económica mejoró levemente, pero siguió viviendo en la misma zona rural, lo que explica la continuidad en los hábitos alimenticios.

Dolores, una mujer nacida en 1941, creció en una ranchería al sur del estado de Oaxaca⁵. Recuerda que cuando era niña despertaba a las tres de la mañana para escurrir el maíz ya nixtamalizado, limpiarlo y molerlo en el metate para hacer tortillas. Dolores ponía a cocer los frijoles, preparaba un atole o infusión herbal y una salsa, todo lo cual debía estar listo para las seis de la mañana, cuando sus padres y hermanos desayunaban y salían a trabajar. Los hombres a la milpa y las mujeres a pastorear ovejas, traer leña, agua y preparar comida. La familia de Dolores no consumía leche, ya que en su pueblo no había ni vacas ni cabras. Su familia vivía en una economía de subsistencia, por lo que no existían recursos para comprar nada. Debido al estado de pobreza y falta de empleos, en 1954 Dolores emigró a la Ciudad de México para trabajar como empleada doméstica y fue ahí donde probó la leche por primera vez, cuando empezó a trabajar en una casa de clase media, pero nunca le gustó ya que le causaba diarrea y dolor de estómago. A fines de la década de 1950 Dolores comenzó a beber leche en polvo, que a diferencia de la leche natural, no le generaba malestares, con la ventaja de que la leche en polvo era más económica y mucho más fácil de preservar que la leche fresca ya que no necesita refrigeración. La leche en polvo se convirtió en una alternativa para las madres que no podían amamantar o para familias que no podían comprar leche fresca ya que no había vacas en su pueblo o carecían de dinero para darse tal lujo. La falta de hieleras o refrigeración también facilitó la proliferación de este producto lácteo industrial. En la década de 1930 Nestlé, una compañía de origen suizo, había comenzado a importar leche en polvo producida en los Estados Unidos por Gail Borden⁶, y en los años cuarenta este tipo de productos se había popularizado al punto que no sólo Nestlé sino Borden, Klim y Valle Verde anunciaban también con regularidad en las revistas femeninas de la época.



Imagen 1.- Leche en polvo Klim⁷

En la década de 1940 el consumo de leche en polvo se incrementó en los hogares de clase trabajadora, de lo que da cuenta Concepción, nacida en 1935, quien creció en la zona semi-

rural de San Ángel, al sur de la Ciudad de México. Cuando era niña recuerda haber bebido leche en polvo DRYCO, la cual era importada de Estados Unidos⁸, “A mí me daban leche en polvo, de un bote azul, nada más existía una”⁹. El padre de Concepción trabajaba en la oficina de aduanas de los Ferrocarriles Nacionales de México por lo que traía la leche en polvo de su trabajo. Su posición laboral le permitía tener acceso a productos estadounidenses y otros que recibía a manera de regalos. La madre de Concepción también compraba leche fresca de vaca que le llevaba el lechero y cuando nacieron sus otros tres hijos comenzó a adquirir leche subsidiada que vendían en el centro de salud. De acuerdo a lo señalado por Concepción, esa leche “era buena porque hacía buena nata”. Cuando era niña en su hogar se desayunaba café con leche, pan y frijoles y el café era preparado en olla, al que se le agregaba un chorrito de leche, por lo que le llamaban café chorreado. En los años cincuenta su papá comenzó a traer Nescafé de su trabajo, pero a él no le gustaba el café soluble, aunque el resto de la familia sí lo tomaba.

El bajo consumo de leche era resultado de la pobre producción y distribución del país, del alto costo del producto y la prevalencia de la intolerancia a la lactosa entre las comunidades indígenas y sus descendientes¹⁰. Si bien ninguna de las mujeres entrevistadas para este proyecto se definió como indígena, algunas eran de dicho origen. Dolores sufría claramente de intolerancia a la lactosa y aunque ella no se considera indígena, recuerda que sus padres hablaban entre ellos una lengua que ella nunca aprendió. El uso de cualquier lengua indígena era un símbolo de inferioridad social, lo cual explica por qué a sus padres no les interesó que Dolores aprendiera dicha lengua. Al cumplir los trece años Dolores emigró de la indígena Oaxaca a la Ciudad de México por lo que perdió contacto con su cultura.

Las mujeres de origen rural que migraban con el fin de trabajar como empleadas domésticas en los hogares de clase media y alta experimentaban un cambio en su dieta. Si bien no comían lo mismo que sus empleadores, se encontraban ingredientes, platillos y técnicas culinarias que no existían en sus pueblos. Como Dolores, Crispina tomó leche por vez primera cuando se trasladó a vivir con su madre y su padrastro al centro de la ciudad, donde la distribución de leche era mejor. Además, la madre de Crispina había trabajado como empleada doméstica varios años lo cual puede explicar su familiaridad con la leche que ahora servía a sus hijos.

Esperanza Sortibrán, nacida en 1934, creció cerca de La Villa, al norte de Ciudad de México¹¹. Además de vivir con sus padres y hermanas lo hizo junto a la familia extensa de su padre hasta 1955, año en que sus padres se separaron, tras lo cual Esperanza y sus hermanas se fueron a vivir con su madre a un departamento. Cuando era niña desayunaba café con leche y pan. La leche, que era un producto consumido sólo por los niños, era barata, costaba dos centavos por litro, señala Esperanza, pero siempre la bebía mezclada con otras bebidas como el café caliente. El pan costaba cinco centavos por la mañana, cuando estaba recién horneado y tres centavos por la noche. En 1955 el padre de Esperanza comenzó a comprar café soluble y leche condensada, regalos que llevaba a sus hijas cuando las visitaba.

La clase trabajadora no estaba acostumbrada a beber leche sola porque era demasiado cara o porque no les gustaba, o por una combinación de ambos factores. La mayoría de mis entrevistadas no recuerda haber tomado leche de manera cotidiana durante su infancia y quienes

lo hacían era porque tenían una mejor situación económica. No obstante, las clases medias y altas también refieren a la práctica de añadir leche al café u otras bebidas y casi nunca tomar leche sola. Posteriormente, con el arribo del café soluble era posible calentar leche y en la misma taza añadir el café.

Evelia, otra de las entrevistadas, nació en 1925 y se crió en una vecindad del centro de Ciudad de México junto a su madre, una viuda que trabajaba en un negocio familiar de confección de ropa. A inicios de los años cuarenta, cuando Evelia era una estudiante adolescente desayunaba “una taza como de medio litro de avena en leche, dos huevos tibios, fruta o jugo y dos piezas de pan dulce con mantequilla”. En 1950 se casó con un compañero de la Facultad de Medicina, con quien se trasladó al estado de Tabasco, al sur del país. Al casarse, Evelia comenzó a beber café, bebida que su marido acostumbraba a consumir; recuerda que a ambos les gustaba el Nescafé: “Mucho tiempo comprábamos Nescafé, después empecé a tomar Decaf”¹².

Aurora, una mujer guanajuatense de clase media-alta nacida en 1917, comenzó a comprar Nescafé a inicios de la década de los cincuenta. “A veces tomaba Nescafé pero no me gusta nada. Aquí nunca se consumió Nescafé. Yo tengo un frasco por si alguna persona que viene y que le gusta el Nescafé le ofrezco”¹³. Aurora creció en Tampico, puerto ubicado al noreste de México y cuando era niña desayunaba café con leche y fruta y recuerda que su madre siempre ponía a hervir la leche y le quitaba la nata. Se casó a los veinte años y estuvo viviendo por un tiempo en Veracruz y Celaya antes de establecerse en Guanajuato. En los años cuarenta y cincuenta cuando, sus hijas eran niñas, ella les daba *corn flakes* con fruta, nueces y leche fría además de huevos tibios para desayunar. Aurora nunca le dio café a sus niñas. “A mis hijas sólo ya grandes les permitía tomar café pues les quita el sueño, eso por la altura de Guanajuato. A nivel del mar el café se elimina enseguida”. El consumo de cereales como *corn flakes* no era nada común en esas décadas y Aurora fue la única de mis entrevistadas que mencionó el cereal como parte de la dieta de sus hijos.

El café estaba presente en la mayoría de los hogares y era consumido en la mañana y en la noche. La mayoría de las mujeres preparaban café de olla, es decir, hervido con canela y azúcar morena. Las cafeteras solamente se utilizaban en los hogares de clase media y alta. Aurora recuerda que cuando era niña su mamá tenía una cafetera italiana, pero la mayoría de las entrevistadas preparaban café en ollas de barro.

En la década de 1950 el café soluble comenzó a ser común en los hogares. Ya en 1938 Nescafé, el café instantáneo producido por Nestlé, llegó al mercado mexicano. Diez años después ya era manufacturado en México¹⁴ y era común ver o escuchar los anuncios de Nescafé en la radio, las revistas y los periódicos¹⁵. Esperanza Sortibrán y Evelia preferían el café instantáneo por su practicidad, su novedad y a veces por su sabor. A Aurora no le gustaba el Nescafé, pero lo tenía a la mano por si algún invitado se lo pedía. Presentar una variedad de opciones a sus invitados era el trato adecuado de acuerdo con Aurora. Además, los productos manufacturados como el café instantáneo se convirtieron en un símbolo de un mejor nivel de vida asociado con los espacios urbanos.

De acuerdo con la *Encuesta sobre ingresos y gastos familiares en México*, basada en los censos de 1950 y 1960, el consumo de café soluble en las zonas semi-urbanas era extremadamente bajo mientras en las áreas urbanas se estaba incrementando¹⁶. En las zonas semi-urbanas del Bajío, región donde se encuentra ubicado el estado de Guanajuato, el consumo de café instantáneo era sumamente bajo y hasta nulo en los hogares más pobres y más ricos. En las zonas urbanas del Bajío, el café soluble estaba fuera de la dieta de los estratos más bajos y su consumo se incrementaba entre las familias de mayor ingreso. Las clases altas dedicaban la misma cantidad de dinero a la compra de café soluble y de café de grano, por ejemplo, mientras que en Ciudad de México dicho patrón de consumo se encontraba en los hogares de clase trabajadora, donde el gasto en café se dividía en cantidades iguales entre café soluble y café de grano. En cambio, el consumo de café soluble disminuía entre las familias de mayores recursos de la capital.

En las zonas urbanas del Bajío, las clases medias y altas eran las principales consumidoras de café soluble, mientras en Ciudad de México este producto predominaba entre las clases bajas y medias-bajas. Para las familias acomodadas del Bajío, el café instantáneo representaba los hábitos de consumo de las grandes ciudades y la modernización, por lo que el tener Nescafé en su alacena mostraba su cosmopolitismo así como también sus posibilidades económicas.

Catalina, una mujer de clase trabajadora de Guanajuato que nació en 1937, recuerda que el café instantáneo era más caro que el café en grano, “sólo los ricos tomaban Nescafé”¹⁷. Por el contrario, en Ciudad de México la clase trabajadora era la principal consumidora de café instantáneo. Para 1950 la mayoría de los sectores bajos capitalinos eran inmigrantes provenientes del campo y el vivir en una gran urbe como Ciudad de México implicaba una transformación en los hábitos alimenticios de aquellos que venían del campo. Beber café instantáneo se convirtió en un símbolo de la vida urbana y una prueba de movilidad social que marcaba una diferencia entre la economía de subsistencia y la sociedad de consumo.



Imagen 2.- Nescafé¹⁸

En este anuncio publicitario Marga López, una famosa actriz de la época, es presentada como una experta ya que ella gusta del café de calidad. Nescafé ofrece ventajas incomparables: tiene una gran calidad debido a que proviene de lo “más selecto de los ricos cafetales mexicanos”. El anuncio destaca que las cualidades de Nescafé se deben a “un proceso especial de fabricación”, es decir, al ser producido a nivel industrial con el prestigio de Nestlé, destacándose la superioridad en relación al precio/cantidad, ya que de acuerdo con este anuncio, Nescafé rinde más que el café de grano.

Nescafé era frecuentemente anunciado junto con la leche condensada Nestlé, la cual se promocionaba como el complemento ideal para un café servido por la tarde acompañado de pastelillos. De este modo, los anuncios publicitarios buscaban asociar el café soluble con la práctica de la clase media de recibir invitados en casa y ofrecerles café y galletas o panqués. Solamente Esperanza Sotibrán, maestra de educación secundaria, mencionó en las entrevistas el que se agregase leche condensada al café soluble.

Yo me preparaba una taza de agua con Nescafé o Café Oro y con leche Nestlé, mi papá nos compraba eso. El Nescafé era delicioso comparado con el café tradicional. No es que fuera de mejor calidad, nosotros no lo apreciábamos, sino que lo que apreciábamos era el sabor diferente y que era rápido, en vez de estar hirviendo y preparando y todo eso. La leche Nestlé nos fascinaba, porque ya todo era más rápido, pero sólo la usábamos para endulzar o como un postre, pero no para hacer flanes¹⁹.

En la década de 1950 el consumo de leche condensada y evaporada se vio incrementado entre las clases medias y altas²⁰; en las zonas urbanas del Bajío, sólo las clases medias consumían leche evaporada mientras que en Ciudad de México las clases altas, medias y medias bajas adquirían dicho producto. Sin embargo, el consumo de leche evaporada era muy bajo si se comparaba con el de leche fresca. En Ciudad de México el gasto en leche evaporada representaba el 3,5 por ciento de la cantidad total que se empleaba en comprar productos lácteos²¹. La mayoría de las entrevistadas usaban leche condensada de la misma forma que Esperanza, como un postre o para endulzar el café. La Lechera, leche condensada, era el producto más popular de Nestlé después de Nescafé al punto que se convirtió en uno de los principales ingredientes de muchos postres, cuyas recetas fueron publicadas en recetarios, revistas femeninas y periódicos.



Imagen 3.- Flan mágico²²

Los anuncios y la industria alimentaria ofrecían recetas de postres novedosos y otros que eran muy semejantes a los dulces tradicionales. Esperanza Sortibrán recuerda que ella preparaba un postre semejante a la cajeta, una especie de dulce de leche, el cual Nestlé llamaba “flan mágico”. De acuerdo con Esperanza, después de que compró su estufa de gas, a finales de la década de los cincuenta, cometió “el error de meter la leche Nestlé al horno pues me explotó y me dio un susto, y claro a limpiar, pero más que todo el susto”. La experiencia de Esperanza muestra que las mujeres adoptaron nuevas técnicas y experimentaron con la comida enlatada y la tecnología doméstica, aunque no siempre con buenos resultados. La industria de alimentos procesados, como en el caso de Nestlé, introdujo nuevos platillos con sabores reconocibles a fin de conquistar el gusto mexicano. Para ello la industria produjo una serie de recetarios y anuncios publicitarios que incluían instrucciones detalladas para preparar dichos platillos²³. Así, el café instantáneo, la leche en polvo, condensada y evaporada se convirtieron en símbolos de un nuevo estilo de vida en el que cocinar era rápido y fácil.



Imagen 4.- Una familia de clase media a punto de comer es lo que nos muestra la portada del instructivo de un juego de mesa llamado El Pípirín, palabra coloquial que significa comida. El objetivo del juego era diseñar la dieta ideal considerando el número de calorías, vitaminas, proteínas y minerales que requería cada integrante de la familia. El instructivo enfatizaba que con su ayuda las mujeres, quienes eran responsables de preparar los alimentos, aprenderían las nociones básicas de nutrición. El Dr. Cravioto era director de la Escuela de Ciencias Biológicas del Instituto Politécnico Nacional. El juego era patrocinado por Choco-Milk, chocolate en polvo, el cual afirmaba tener todos los nutrientes esenciales para el ser humano²⁴

2. Comida

Al medio día la cocina de la familia Cordero, como muchas otras en Guanajuato, se llenaba de vapor y humo proveniente del carbón ardiente. La señora Cordero ponía los frijoles a hervir y preparaba la sopa para sus hijos. Su esposo era minero, pero gastaba todo su sueldo en alcohol por lo que la Sra. Cordero tenía que planchar y lavar ajeno para poder alimentar

a su familia, la cual consistía de seis hijos, tres hombres y tres mujeres. A las dos de la tarde Angelina y sus hermanos se sentaban a la mesa, frente a los humeantes platos de sopita aguada preparada con pasta de fideos frita, sazonada con una salsa de jitomate, cebolla y ajo a la que se le agregaba caldo de pollo. Su madre preparaba tortillas y salsa picante para acompañar la comida, que luego de la sopa, incluía un plato de frijoles.

Aunque en la década de 1940 los recetarios y las revistas de cocina recomendaban a las mujeres servir carne de res al menos cuatro o cinco veces por semana, las mujeres pobres no podían comprarla ni siquiera una vez a la semana²⁵. Entre la clase trabajadora, que constituía la mayor parte de la población, había un consumo muy bajo de carne, en especial de res. Si bien la familia de Angelina comía carne roja, lo hacía sólo una vez a la semana. El resto de la semana se comían frijoles, guisados de verduras y a veces pollo. En la familia de Catalina, otra de las entrevistadas, este era el caso también; su padre trabajaba en una tienda cooperativa perteneciente a los empleados de Caminos Federales y su madre era obrera en una fábrica de rompopé (licor de huevo y leche) en Guanajuato. Catalina recuerda que comían frijoles, tortillas, sopa, nopalitos (hojas de cacto) y vegetales, ya que la carne estaba fuera de sus posibilidades. De acuerdo con Crispina, quien creció en una zona rural a las afueras de la Ciudad de México, a inicios de los años cuarenta, su familia comía carne de res cada quince días y pollo o guajolote (pavo) en raras ocasiones. La dieta de Crispina cambió cuando se fue a vivir al centro de la ciudad, a mediados de los años cuarenta. Ahí, su situación económica mejoró por lo que comía carne con más frecuencia, pero no a diario.

La mayoría de los habitantes rurales tenían acceso a tierra y pastizales donde pastorear a sus animales, sin embargo, preferían mantenerlos vivos. De las gallinas obtenían huevos y de sus vacas leche, productos que podían vender. Solamente sacrificaban algún animal cuando había una celebración o cuando tenían una urgencia económica. En la montaña del Ajusco, al sur de la ciudad de México, los campesinos cazaban conejos, liebres y venados. La familia de Esperanza Martínez eran ejidatarios en San Pedro Mártir, un pueblo en la delegación Tlalpan²⁶. Sin embargo, a finales de los años sesenta el estado expropió la mayoría de sus tierras para construir el Colegio Militar, pero antes de que esto sucediera la familia de Esperanza vivía de lo que sembraban, es decir, vivían en una economía de subsistencia. “Comíamos lo que producía el campo: frijoles, calabacitas, elotes, chayotes, chiles, quelites, quintoniles, verdolagas y huauzontles. Carne un día sí un día no, pescado comíamos carpa, la traían de Xochimilco y era muy barata”²⁷.

El consumo de animales silvestres e insectos era una rica fuente de proteína animal para los habitantes de zonas rurales y semirurales, particularmente en el centro y sur del país donde la cultura indígena tenía mayor influencia. En la zona lacustre del valle de México, en zonas como Xochimilco, Iztapalapa y Tlahuac, la gente consumía mosquitos y su hueva, pescado y aves silvestres como patos y chichicuilotos²⁸. En zonas más secas, como en algunas partes del Estado de México e Hidalgo, la población acostumbraba comer gusanos de maguey y escamoles (huevo de hormiga)²⁹. En el cálido estado de Morelos, al sur del Distrito Federal, los campesinos consumían jumiles (chinche de monte), armadillo e iguana³⁰, mientras que en Morelos los campesinos disfrutaban de sus tacos de jumiles vivos y sabían cómo mantenerlos

dentro del taco y de su boca. Por su parte, la clase alta consideraba que el comer insectos era algo completamente incivilizado.

Para 1950 en la Ciudad de México sólo aquellas personas de origen campesino o con un paladar aventurado comían insectos. En Guanajuato la tradición de comerlos no existía debido, en parte, a la reducida presencia indígena, por lo que a la mayoría de mis entrevistadas les parecía repulsivo. Si bien en la década de 1950 el Instituto Nacional de Nutriología reconoció que los insectos tenían un alto valor nutritivo, el Estado nunca creó una política para incrementar su consumo. De acuerdo con el INN:

La alimentación de las mayorías pobres del Pueblo Mexicano (82% de la población) ha sufrido una depresión debida a que se han abandonado alimentos indígenas o regionales (insectos, batracios, reptiles etc.) de alto valor nutritivo y no han podido ser sustituidos por leche y carne. Los alimentos autóctonos como, los charales, el aguacle (o ahuahutle: huevecillos de xayácatl), el xayácatl (mosco) y los jumiles son más ricos en proteínas que los alimentos de uso actual y contienen mayores cantidades de calcio, fósforo y aminoácidos esenciales que la carne de res, de pollo y la de pescado fresco³¹.

Aunque los insectos eran más nutritivos que la carne casi no se consumían en zonas urbanas, principalmente porque en la capital no se podían conseguir, pero también por el estigma social vinculado con su consumo. El discurso dominante identificaba la carne de res con las naciones “civilizadas y modernas”, por lo que los insectos se asociaban con el atraso económico y cultural. Aún aquéllos que estaban acostumbrados y gustaban de comer insectos dejaron de consumirlos cuando migraron a la Ciudad de México, como sucedió en el caso de Nicolasa, quien nació en 1923 en un pueblo localizado en el Estado de México. Su padre era un campesino y su madre se dedicaba al hogar. Nicolasa tuvo cinco hermanos y su familia vivía de lo que sembraba y sólo comían carne, ya sea de res, de cordero o puerco, una vez a la semana; sin embargo también comían gusanos de maguey y escamoles.

Los escamoles se dan en el tronco de un árbol, porque las hormigas salen y dejan ahí todo el nidito de huevos. Los sacábamos y echábamos en una canasta para luego lavarlos con agua para que se llevara la piedra. Los freíamos y si querías les ponías huevo, o así fritos con una salsa. Las pencas de maguey tienen un cuadrado donde está sequito y ahí es donde sale el gusano de maguey, esos también nada más se freían. Ya en la ciudad ya no, porque en el pueblo los iba uno a buscar³².

Los insectos comestibles se mantuvieron como una comida rural y es por eso que Nicolasa sólo los comía cuando iba de visita a su pueblo. Margarita, nacida en 1937, creció en San Lázaro, cerca del centro de la ciudad. Sus padres eran maestros de primaria provenientes de distintos lugares; su padre era de Toluca, en el Estado de México y su madre de Pacula, Hidalgo, hacia el norte de la capital del país. Margarita también trabajó como maestra y recuerda: “Yo sí vi comer insectos y son sabrosos pero yo no los acostumbré. Lo que sí comí fueron acociles. En Morelos probé los chapulines pero no me gustaron”³³.

Contrario a la experiencia de Margarita, para Ángela, nacida en 1925 y proveniente de una familia acomodada de Guanajuato, comer insectos resultaba repulsivo. En 1948, tras dos años de matrimonio, Ángela se fue a vivir a Cuernavaca, Morelos, noventa kilómetros al sur de la Ciudad de México. Esta mujer recuerda que en Morelos ella comió por primera vez quelites, huitlacoche y flores de calabaza. Si bien en Cuernavaca era común comer insectos, Ángela nunca los probó.

En Cuernavaca había unos insectos que a mí me horrorizaban. Tu ibas a los mercados y de los tenates veías moverse unos bichos que yo no sabía qué cosa eran. Pues que eran jumiles, ¡ah! y otra cosita como unos camaroncitos chiquitos [acociles]. Todo eso jamás lo acepté en mi mesa, se me hacía como horroroso, pues en mi casa se comía filete todos los días³⁴.

Ángela tenía un paladar aventurado ya que gustaba de preparar comida Hindú como curry o chutney, pero jamás pensó en servir insectos en su mesa. Las mujeres guanajuatenses de clase media y alta preferían comer lo que llamaban comida tradicional mexicana, la cual estaba fuertemente influenciada por la cocina española. Consuelo, nacida en 1929, creció en Guanajuato donde sus padres tenían una tienda de abarrotes y vendían maíz, frijoles, arroz, pasta, sal, azúcar y mezcal. Ella recuerda que la cocinera de la casa siempre preparaba cocido.

Aquí en Guanajuato se usaba todos los días comer cocido, caldo, o sea, se ponía la carne de res en trozos con bastante verdura y su cilantro. Eso era de rigor, todos los días se comía caldo y en el caldo mi abuela además de la verdura que le ponía a mi abuelito le gustaba que le pusiera, por ejemplo, membrillo o duraznos, depende de la época de la fruta. Luego se hacía una sopa de arroz, de fideo o de pasta y luego te podías comer la carne del cocido o hacer aparte guisado. Si sobraba carne se hacía salpicón en la noche. El pescado casi no lo comíamos porque no había, sólo llegaba en Semana Santa, pero le tenían miedo a comer eso porque como lo traían de afuera tenían miedo de las intoxicaciones mejor preferían las sardinas. Se usaban mucho, enlatadas, había unas larguitas en bote no en lata y camarón seco, tortas de camarón. A la sopa de arroz le ponían camarón³⁵.

El pescado, como afirma Consuelo, no era común en Guanajuato. La lejanía de la costa y los malos caminos no facilitaban su transporte. Aurora, quien nació en 1917, recuerda que cuando vivía en el puerto de Tampico “estaba muy acostumbrada a comer pescado, a veces enlatado pero casi siempre fresco, pero aquí en Guanajuato era raro que hubiera pescado”. Tanto en Guanajuato como en Ciudad de México el pescado enlatado más común eran las sardinas y el salmón. El pescado en lata, sobre todo la sardina, era consumido durante la Semana Santa, en días de campo o como botana. De acuerdo con Margarita, “la sardina era riquísima y muy nutritiva. Para ir de día de campo te llevabas tus sardinas, un bolillo o tus teleras (bollos de harina de trigo), tu sardina entera, tu chile jalapeño y era rico”. En Ciudad de México las clases medias y altas consumían pescado fresco con mayor frecuencia que en Guanajuato. Margarita, por ejemplo, recuerda que en los años cuarenta, cuando era niña, lo comía una vez a la semana.

En las zonas rurales del Bajío las clases altas y bajas comían una mayor variedad de carnes (res, cerdo, conejo, aves), mientras que las familias de clase baja consumían poca carne, siendo la de res la de menor consumo. Aún así, los sectores más bajos del mundo rural en el estado de Guanajuato comían carne con mayor frecuencia que la clase obrera de la capital del país. En Ciudad de México la carne de res era la preferida en los hogares de clase media y alta, pero el consumo de pescados y mariscos era bajo en general. Las clases trabajadoras que habitaban en las zonas urbanas del Bajío casi nunca comían pescado. En la Ciudad de México, donde el consumo de pescado era más alto que en el Bajío, las familias humildes comían pescado muy pocas veces al año, probablemente sólo en el período de Cuaresma³⁶.

Las verduras eran el alimento más común, con variaciones de cantidad y variedad dependiendo de la época del año, la agricultura local y el poder adquisitivo de la familia. Entre la clase trabajadora y media de Ciudad de México el consumo de verduras silvestres, como los quelites y quintoniles, era más común que entre la clase media alta y alta. Mientras tanto, en Guanajuato, los quintoniles y quelites no eran parte de la dieta porque no crecían en sus tierras áridas. Margarita, habitante de la capital del país, recuerda que su padre, quien era originario del Estado de México, comía “mucho quelites, huazontles, las calabacitas tiernas, los elotitos tiernos, el pápalo quelite, las verdolagas, las espinacas y las acelgas”. Al igual que las verduras, los chiles eran comunes en la mayoría de los hogares mexicanos. Angelina recuerda que en su humilde mesa siempre había chiles y salsa picante. “El chile no faltaba porque mi papá si llegaba once o doce de la noche, a esa hora tenía que comer y le gustaba mucho el chile. Mi mamá le tenía su cacerola de chile”³⁷. Sin embargo, algunos sectores de clase media y alta criticaban el excesivo consumo de chile. En 1948, el Dr. Alfredo Ramos afirmó: “debemos comer chile en pocas cantidades, sólo los pobres y los borrachos lo comen en exceso”³⁸. De acuerdo con el Dr. Ramos, el abuso en el consumo de chile disminuía la sensibilidad de las papilas gustativas y afectaba al sistema digestivo, por lo que la gente terminaba sin encontrarle sabor a la comida que no tenía chile. Al asociar el consumo de chile con la pobreza y el vicio, el Dr. Ramos estigmatizaba a aquellos que lo consumían “en exceso”, es decir a los sectores populares. Algunas entrevistadas expresaron una opinión similar, como Isabel, nacida en 1919, perteneciente a una familia de clase media de Guanajuato quien señaló:

En la cocina antigua se usa mucho sazonar con azúcar. Luego cuando va una visita y te dicen ¡ay no con dulce no me des, así nada más, está mejor salado con jitomate! Luego decimos, ay ése es rancharo, ése no sabe comer, porque los que saben comer saben comer lo agridulce. Es que están acostumbrados a comer comida que tenga azúcar porque esas personas saben cocinar, saben sazonar. Los rancheritos como comen puro chile con jitomate, esos no te comen la comida dulce y dices tú, ¡ay ése es rancherito!³⁹

La narración de Isabel muestra los prejuicios de la clase media con respecto a los campesinos y su dieta. La falta de un gusto de clase media significa para Isabel la ausencia de buen gusto. Si a los invitados no les gustaban los guisos agridulces, como el turco y el pollo en huerto, eran percibidos como campesinos ignorantes⁴⁰. Para ella, la gente que le pone chile a todo tiene un paladar poco desarrollado. De este modo las personas se identificaban con lo que

comían, razón por la cual algunos sectores de la clase media y alta se negaban a comer insectos y chile en exceso, al menos de manera abierta⁴¹.

El chile, los insectos, y las verduras silvestres como los quelites se asociaban con la dieta indígena o campesina mientras que la comida agrídulce o el pescado en lata se identificaba con la vida citadina. Dicha oposición muestra tanto las divisiones de clase como las existentes entre el mundo rural y urbano.

Otro ingrediente que revela los cambios de hábitos en relación al estrato social y al espacio es el uso de manteca de cerdo o aceite vegetal para cocinar. El dejar de cocinar con manteca de cerdo y sustituirla por aceite vegetal da cuenta de al menos un par de procesos: el paso de la economía de subsistencia a la sociedad de consumo y la influencia del discurso médico que catalogó al aceite como más saludable que la manteca.



Imagen 5.- Aceite Conquistador. "La base de su bienestar físico en mucho depende de su estómago y si no cuida de él pronto estará perdido"⁴²

De acuerdo con las mujeres entrevistadas para este proyecto, las principales razones para cocinar con aceite eran la falta de manteca en las zonas urbanas, su alto costo en la ciudad aunado a su baja calidad y al hecho de ser una mejor opción en términos de salud. Muchas entrevistadas recuerdan que comenzaron a escuchar que el aceite era más saludable que la manteca. De hecho doctores y anuncios publicitarios enfatizaron lo saludable y puro del aceite y la manteca vegetal, lo cual muestra un cambio en el discurso médico y en la industria de alimentos. En las zonas rurales y semi-rurales, la manteca se obtenía de puercos criados en casa. Se preparaba hirviendo el unto, o grasa de cerdo, con un poco de agua y luego de que se deshacía, se guardaba en envases metálicos. La manteca preparada de esta forma, afirman las entrevistadas, era de una gran calidad.

Las mujeres entrevistadas que migraron a Ciudad de México se encontraban frente a la escasez de manteca en la capital, por lo que comenzaron a usar aceite o manteca vegetal. Nicolasa recuerda que en el Distrito Federal era más sencillo comprar aceite que manteca, la cual era de muy mala calidad. La familia de Nicolasa criaba cerdos en su pueblo, en el Estado

de México y cuando ella migró a la ciudad para trabajar como empleada doméstica en una casa de huéspedes comenzó a cocinar con aceite, aunque no le gustaba. En 1945 Nicolasa se casó y se fue a vivir a una vecindad en el barrio de Peralvillo, al norte de la ciudad, ahí no tenía espacio para criar ningún animal ni mucho menos cerdos. Por ello, Nicolasa comenzó a guisar con aceite y solamente usaba manteca cuando la traía de su pueblo. Las mujeres de origen rural, como Nicolasa, enfatizaron la mala calidad y el desagradable sabor de la manteca que se vendía en Ciudad de México. Cuando Carolina se casó, en 1949, comenzó a cocinar con aceite ya que la manteca industrializada no tenía el mismo sabor que la que se hacía en casa y dejaba los trastes muy sucios. De acuerdo con Esperanza Martínez, nacida en 1931:

Yo empecé a usar aceite hasta finales de los sesenta. La manteca debe ser buena, fresca, porque si está rancia, huele feo y sabe feo la comida. Y luego se decía en esa época que los cerdos que mataban tenían que estar bien castrados porque si no la manteca sabía a puerco entero y cuando usted cocinaba con esa manteca olía a orines de cerdo. Eso a mí me hizo desistir. En una ocasión tuve que tirar la misma cazuela porque se impregna de ese olor feo. Por eso decidí cambiar, porque ni mi esposo ni yo aceptábamos cocinar con aceite, decíamos que era aceite de coche, que no era comestible, aunque dijeran que era de girasol, pero eso me hizo desistir de la manteca.

La mayoría de las mujeres de clase baja que entrevisté dejaron de cocinar con manteca de cerdo mucho después que las de clase media y alta, ya que en su mayoría tenían antecedentes rurales y habían cocinado con manteca de cerdo casera hasta que migraron a la ciudad. De hecho, cada vez que iban a su pueblo de visita traían consigo manteca de cerdo. Algunas entrevistadas alternaban el uso de manteca y aceite dependiendo de la receta y también para irse acostumbrando al aceite. La madre de Concepción dejó de guisar con manteca en la década de 1950, pero siguió usándola en algunos guisos como en el caso de los frijoles. Luisa cocinó con manteca hasta la década de 1970, pues para ella fue bastante difícil acostumbrarse al aceite. Al cocinar con aceite tenía que mezclarlo con algo de manteca, de otra forma le dolía el estómago. Algunas mujeres de clase trabajadora optaron por el aceite ya que consideraban que rendía más que la manteca y era más económico.

La clase media y alta que vivía en áreas urbanas comenzó a cocinar con aceite mucho antes que su contraparte rural. Aunque en los años cuarenta algunas mujeres ya cocinaban algunos platillos con aceite de oliva, sobre todo los de origen español, las entrevistadas afirman que decidieron cocinar con aceite por consejo de su médico. Tanto en artículos como en anuncios publicitarios se enfatizaba que el aceite era más saludable que la manteca; la publicidad identificaba el consumo de aceite con la modernidad y con un estilo de vida de clase media. La portada del recetario publicado por Clavel en la década de 1950 muestra a una mujer de tez clara y bien vestida mostrando orgullosamente una botella de aceite marca "Conquistador" a sus hijas y al público. De fondo vemos un lustroso refrigerador lleno de comida. Esta imagen vincula la clase social y la raza al afirmar que aquellas mujeres de clase media que tienen piel clara, están bien arregladas y poseen los recursos para tener un refrigerador bien abastecido, cocinan con aceite en vez de manteca. De este modo, el aceite se convierte en un ingrediente higiénico y saludable y por ende, moderno.



Imagen 6.- Aceite Conquistador⁴³

El prólogo de este recetario señala que “Conquistador” es producido con semilla seleccionada de ajonjolí, “la mejor que se cosecha en el País”. Aceite Conquistador, continúa, se produce con maquinaria moderna y en supervisión de un técnico especializado, “sin que sea tocado por mano alguna, eliminando así toda posibilidad de contaminación”. Por consiguiente, “Conquistador” es “un producto purísimo al que usted puede confiar ciegamente la salud de usted y de los suyos. Aceite ‘Conquistador’ permite comer de todo, hasta a las personas de estómago más delicado”⁴⁴. Este aceite se promocionaba como puro y saludable ya que era elaborado por máquinas modernas y era más fácil de digerir que la manteca, aunque varias entrevistadas afirmaron lo contrario.

Además el aceite Conquistador era producido de manera higiénica en oposición a la manteca animal elaborada en casa bajo dudosas medidas de limpieza, la que en ocasiones era hasta adulterada para su venta. Por otro lado, el nombre y logo de aceite Conquistador se refiere a los conquistadores españoles por lo que enfatiza las cualidades de superioridad y triunfo de este producto sobre la manteca de cerdo. El aceite vegetal simboliza también el triunfo de la modernización.



Imagen 7. Manteca vegetal Lirio⁴⁵

Otros anuncios señalaban que para ser una ama de casa profesional, las mujeres requerían usar grasas vegetales. Los anuncios publicitarios como el de manteca vegetal Lirio, afirmaban que la manteca y aceite vegetal tenía un mejor sabor, o mejor dicho carecían de sabor y por ello no alteraban el gusto de los alimentos. Sin embargo, la mayoría de las entrevistadas de clase media y alta que cocinaban con aceite lo hacían por razones de salud, pero señalaban que la manteca de cerdo era más rica.

Gloria, nacida en 1927, recuerda que a partir de 1951 comenzó a cocinar con aceite pero que los guisos no sabían tan bien como cuando cocinaba con manteca. “Claro que los frijolitos con manteca saben mejor que unos frijolitos con aceite”⁴⁶. María Luisa, nacida en 1916, comenzó a usar aceite porque “mi esposo dijo que era más sano, pero no me gustaba, me costó trabajo acostumbrarme al aceite, no te creas”⁴⁷. Esther, nacida en 1925, señaló: “mi mamá usaba manteca pero nosotros ya vimos la necesidad del aceite porque la manteca nos empezábamos a dar cuenta que hace más daño”⁴⁸. Como Esther, muchas mujeres decidieron cocinar con aceite ya que se consideraba más sano. Consuelo, nacida en 1929, afirmó: “cocinábamos con manteca, cambiamos al aceite hasta que le prohibieron la manteca a mi marido, como en los años sesenta”. Sólo Aurora, nacida en 1917, mencionó que comenzó a usar aceite tan pronto como estuvo a la venta. “Cuando vino el aceite yo luego cociné con aceite pues como que la manteca no era muy buena, yo creo que fue como dos años después de que me casé [1939]”.

Las narraciones de las mujeres entrevistadas son corroboradas por la encuesta sobre ingresos y gastos familiares. Ésta revela que la población que habitaba en zonas rurales y semi-rurales del Bajío guisaba mayormente con manteca animal, en particular, las familias más acomodadas. Las clases bajas fueron incorporando poco a poco el aceite y manteca vegetal a su dieta, pero aún así, la grasa vegetal representaba sólo el 8 por ciento del gasto total en grasas. En las zonas urbanas del Bajío la manteca de cerdo era lo más popular, pero su consumo decrece en comparación con las zonas rurales de la región, sobre todo entre las clases medias y altas que son las que consumen más aceite vegetal. En Ciudad de México el gasto en manteca de cerdo disminuye en todos los sectores sociales, en especial entre las clases bajas quienes consumen más aceite vegetal. Los sectores medios eran los que usaban manteca de cerdo para guisar con mayor frecuencia, pero aún así la cantidad que invertían en comprar manteca de cerdo representaba un 18 por ciento mientras que la que gastaban en aceite o manteca vegetal era el 63 por ciento⁴⁹. En suma el acceso a grasa animal en las áreas rurales y semi-rurales era mayor, mientras que el aceite y manteca vegetal se consumía primordialmente en las ciudades.

Para las mujeres de menos recursos el dejar de cocinar con manteca de cerdo se debió básicamente a que su precio comenzó a verse incrementado. En cambio, para los sectores acomodados fue una cuestión de elección, de preferir usar aceite vegetal, ya sea porque la manteca procesada no sabía igual que la hecha en casa, o por razones de salud. Las mujeres de clase media y alta recuerdan que dejaron de usar manteca de cerdo porque se enteraron que la grasa animal era dañina para la salud, lo que aprendieron de sus médicos o de la prensa. Ellas pensaban que cocinar con aceite vegetal era lo mejor para su familia, mientras que los pobres comían lo que podían.

Los cambios en la dieta muestran que las mujeres elegían qué comprar y consumir no sólo dependiendo de lo que había disponible y de qué podían pagar, sino también consideraban el valor de los alimentos, ya sea nutricional o simbólico. Nuevos ingredientes, en particular aquéllos que eran generados por la industria alimentaria, salieron al mercado enfatizando su superioridad sobre los alimentos tradicionales, silvestres o hechos en casa. Dicha superioridad se fundamentaba en su aparente calidad y pureza, más de lo que se trataba era de acercar, mediante su consumo, la modernización a la vida cotidiana.

3. Merienda

La merienda o cena era una comida ligera servida alrededor de las siete u ocho de la noche y que usualmente consistía del guiso que había sobrado de la comida principal, acompañado de tortillas, salsa, café con leche, infusiones herbales o atole y pan. El pan de trigo fue introducido durante la época colonial por lo que estaba asociado con la civilización europea. A pesar de los esfuerzos realizados en el siglo XIX por médicos y gobernantes para aumentar el consumo de trigo, éste se mantuvo muy por debajo del consumo de maíz. De hecho, el pan de trigo siguió siendo marginal en la dieta de campesinos y obreros hasta bien entrado el siglo XX.

En esta sección se analizarán las percepciones en relación al pan de trigo, dónde se compraba, la forma en que se comía y lo que significaba para las mujeres de Guanajuato y Ciudad de México. Me concentraré en el pan fresco (recién horneado), en el pan frío (de un día anterior o que llevaba varias horas en la panadería) y en el llamado pan de caja, que era producido industrialmente y vendido en bolsas de celofán en tiendas de abarrotes y popularmente llamado pan Bimbo, por ser éste su principal productor en México.

En los siguientes párrafos exploraré la forma en que el pan se asoció con la tradición y la modernidad y cómo era descrito por la publicidad y los libros de cocina. Al igual que con otros ingredientes, el proceso de migración, la movilidad social, el ingreso familiar y la disponibilidad de productos jugaron un papel crucial en su consumo cotidiano. Sin embargo, las ideas y percepciones de las mujeres, así como las predilecciones de su familia, influyeron en sus decisiones culinarias.

El discurso que enfatizaba las virtudes del trigo sobre el maíz, heredado de la colonización española, ganó fuerza en el siglo XIX. Durante el gobierno del Porfirio Díaz (1876-1910), el número de panaderías se triplicó, alcanzando el número de 200 en 1898⁵⁰. Francisco Bulnes, el senador porfiriano influenciado por el darwinismo social, afirmó que “la historia nos enseña que la raza del trigo es la única verdaderamente progresista y que el maíz ha sido el eterno pacificador de las razas indígenas americanas y el fundador de su repulsión para civilizarse”⁵¹. Los gobiernos posrevolucionarios marcados por dicho discurso lo reformularon. Basados en los recientes estudios de nutrición insistieron en que el incremento en el consumo de pan, en especial entre los sectores bajos de la población, favorecería el desarrollo de la nación. José Vasconcelos, Secretario de Educación entre 1921 y 1924, argumentó que el atraso de México llegaría a su fin cuando las comunidades indígenas substituyeran las tortillas de maíz por pan

de trigo, mientras que Rafael Ramírez, director de Educación Rural, señaló que era necesario implementar programas de educación y nutrición rural

a fin de que los niños no solamente aprendan el idioma castellano, sino que adquieran también nuestras costumbres y formas de vida que indudablemente son superiores a las suyas. Es necesario que sepan que los indios nos llaman gente de razón, no sólo porque hablamos la lengua castellana, sino porque vestimos y comemos de otro modo⁵².

Con el fin de crear una nación moderna y civilizada, el gobierno implementó una política en la que los maestros rurales le enseñaban a las mujeres campesinas a hornear pan, sin embargo la falta de hornos hizo difícil establecer dicha práctica⁵³. Además, la gente estaba acostumbrada a comer tortillas y no encontraba al pan como un sustituto adecuado.

En la siguiente década, el gobierno de Lázaro Cárdenas (1934-1940) promovió que los campesinos sembraran trigo en vez de maíz, por su alto valor en el mercado. A la vez, una campaña educativa dirigida a la clase obrera y campesina invitaba a las mujeres a hornear pan y pasteles. La maestra Ana María Hernández argumentaba que los pobres no comían pan porque no les alcanzaba para comprarlo y porque no había suficientes panaderías en el país. Hernández aconsejaba a las mujeres hornear pan en casa, por lo que proveía de instrucciones para construir un horno usando latas y piedras⁵⁴. Hornear pan para vender tenía, de acuerdo con Hernández, un par de funciones: facilitar el consumo de trigo y mejorar el presupuesto familiar. Los libros de Hernández reflejan el discurso oficial así como las políticas de Estado con respecto a la dieta del mexicano.

En su obra titulada *Industrias del hogar*, publicada en 1937, Hernández aconseja a las amas de casa organizar un pequeño negocio en casa, por ejemplo, una panadería. La panadería “es una industria de la ciudad, en donde el pan es uno de los artículos de primera necesidad y de mucho consumo, así que muchas personas de buen gusto consumen siempre un buen pan, haz uno, dos o tres panes y te producirán una gran utilidad”⁵⁵. No era claro si los habitantes rurales compartirían el buen gusto de los ciudadanos o si las mujeres campesinas o de clase trabajadora podrían hornear un pan de calidad después de leer este libro. En cualquier caso, el argumento de Hernández muestra que el pan no sólo era nutritivo y sabroso, sino que era un marcador social y un símbolo del mundo urbano.

Como el director de Educación Rural, la maestra Hernández buscó infundir en el campesinado y en la clase trabajadora un ideal de vida de clase media. Industrias domésticas como la panadería tenían como objetivo modernizar el campo y transformar los hábitos alimenticios y de consumo de sus habitantes. Mediante el desarrollo de industrias dentro del hogar los campesinos y obreros podrían acceder a alimentos que sólo se encontraban en las grandes urbes, en ciertos barrios, o bien que no podían pagar. Al tener un pequeño negocio familiar, particularmente en el caso de aquéllos que vivían en una economía de subsistencia, se les introducía en la economía de mercado. Todo esto sin transgredir los roles de género ya que las mujeres trabajarían en sus tiempos libres sin dejar de lado su principal responsabilidad: cuidar de su familia y de su hogar. De este modo las mujeres se transformaban en obreras pero sin los

derechos de aquéllas que laboraban fuera del hogar. Mientras que el negocio de las panaderías estaban dominado por hombres, las industrias del hogar se mostraban como apropiadas para las mujeres que al estar en su casa evitaban el mezclarse con el sexo opuesto, situación que se consideraba como una amenaza a la moral femenina. Al trabajar en casa las mujeres preservaban su honor y decencia y no rivalizaban con los hombres en los espacios públicos.



Imagen 8.- Una mujer campesina convertida en panadera⁵⁶

Entre las recetas de pan que la maestra Hernández incluyó en su recetario destacan las de los tradicionales bolillos y teleras, panes dulces como cocoles, conchas y donas, así como pan de caja o de barra. Hernández incluía instrucciones para preparar jamón y otras carnes frías con el fin de que a la par de la panadería, se obtuvieran los ingredientes principales para preparar sándwiches. Éstos los podían vender a loncherías o cantinas, o bien, vender el pan de caja el cual “tiene mucha aceptación”⁵⁷.

Otras maestras también escribieron libros invitando a las mujeres a hornear su propio pan. En la década de los cuarenta, Carmen Ramírez publicó *La cocina clásica* dirigido a la clase media y alta. Ramírez había sido maestra de cocina en escuelas vocacionales y tenía su propia escuela de economía doméstica en Ciudad de México⁵⁸. Las estudiantes y lectoras de la maestra Ramírez eran mujeres que poseían un horno y que ya estaban acostumbradas a comer pan, sin embargo, su libro refleja el interés de las mujeres de clase media por promover el consumo de trigo.

A mediados del siglo XX las élites gobernantes y la *intelligentsia* seguían consternadas por el bajo consumo de pan. En 1950, Eudardo Huarte, un agrónomo que trabajaba para la Secretaría de Agricultura y Ganadería afirmó que el gobierno mexicano debía incrementar la producción y el consumo de pan de trigo, así como la de otros productos como leche, carne, huevos, frutas y vegetales, con el fin de acabar con la desnutrición⁵⁹. Si bien en la década de 1940 investigadores del Instituto Nacional de Nutriología encontraron que el maíz y el trigo eran virtualmente intercambiables con relación a su valor nutricional, el pan de trigo siguió siendo considerado como un elemento fundamental en una dieta balanceada. La preferencia por el pan de trigo revela el desdén de la élite gobernante por la dieta de los campesinos e indígenas, además de su interés por imitar la alimentación de los europeos y estadounidenses. Como resultado, el pan de trigo se mantuvo dentro de la canasta básica de alimentos subsidiados por el estado y como alimento base de los desayunos escolares, junto con la leche.

Para 1930 había 3.478 panaderías en el país, mientras que en 1955 tan sólo Ciudad de México contaba con mil panaderías⁶⁰. Esto demuestra que el consumo de pan aumentó. En 1940 el 45 % de los mexicanos comía pan ocasionalmente; para 1950 el 55 % de la población consumía pan diariamente⁶¹. Si bien el pan de trigo ganó popularidad, su consumo se mantuvo bajo en el campo. De acuerdo con el censo de 1950, en Ciudad de México el 90 % de los habitantes comían pan, mientras que en el estado de Guanajuato sólo 27 % de la población acostumbraba dicho alimento⁶². Para 1960, el 91 % de los capitalinos; el 44 % de los guanajuatenses y el 66 % de la población total del país comían pan⁶³.

Jeffrey Pilcher señala que el consumo de pan se vio incrementado como resultado del aumento en los salarios, la penetración del mercado y una exitosa campaña de educación⁶⁴. La migración del campo a la ciudad fue un factor decisivo porque en las zonas urbanas los salarios eran más altos, la gente tenía acceso a una mejor educación y a más bienes de consumo; además de que los programas de nutrición tenían mejor cobertura en las grandes urbes. No obstante, en las zonas rurales el consumo de trigo siguió siendo limitado, en especial, entre las comunidades indígenas.

Las historias de vida de las mujeres entrevistadas para este proyecto confirman tales tendencias. Crispina recuerda que a inicios de los años cuarenta, cuando ella vivía en Contreras, una zona rural, no comían pan de trigo porque sus abuelos no tenían dinero para comprarlo. Carolina, quien creció también en una zona rural, no comía pan de trigo y sólo cenaba avena o una infusión herbal. Tanto Crispina como Carolina comenzaron a comer pan cuando se fueron a vivir al centro de Ciudad de México. La migración a zonas urbanas facilitó el acceso a panaderías y a pan a precios más bajos, lo cual representaba para las entrevistadas una mejoría en su nivel de vida. En la década de 1940 Crispina vivía en el centro de la capital donde podía comprar pan frío o del día anterior a un precio menor que el pan recién horneado. Su madre trabajaba como empleada doméstica por lo que podía comprarles pan, carne y leche a sus hijos aunque fuera de vez en cuando.

Al igual que Crispina, Carolina comió pan hasta que su familia se mudó al centro de la ciudad, en la década de 1930. A fines de los años cuarenta, el padre de Carolina murió y la familia se trasladó a la colonia Asturias que apenas estaba en desarrollo. Poco después, en 1949, Carolina se casó con un panadero. Su marido trabajaba en la panadería de la familia y Carolina comenzó a ayudarlo despachando el pan. En los años cincuenta Carolina, su marido y sus hijos se fueron a vivir a Nonoalco, al norte de Ciudad de México, donde continuaron en el negocio de las panaderías. Carolina introdujo el pan a su dieta al mudarse al centro donde había más panaderías. Además el trabajo de su padre como impresor hacía posible que la familia comiera pan con frecuencia. Ya en la edad adulta y al estar a cargo de una panadería, la relación de Carolina con el pan cambió considerablemente y nunca más faltó pan en su mesa.

A la vez que las familias acomodadas, consumían pan fresco y comenzaron a comprar pan industrializado. Se dice que el pan de caja, llamado así por la forma del molde en que se hornea, fue servido por primera en el restaurante Sylvain a inicios del siglo XX. Martín Velasco, un español, vendía pan de caja en su panadería ubicada en la calle de Corregidora, en el centro

de la ciudad. En 1926, Velasco vendió su panadería a Pablo Diez, fundador del grupo cervecero Modelo, actual productor de Corona. Diez inició la manufactura de pan de caja bajo la marca "Ideal" con el eslogan "el pan que comerás". En los años treinta, otras panaderías producían pan de caja, pero las únicas marcas comerciales eran Ideal, Tip Top y Lara. En 1945 Bimbo, empresa que se convirtió en la industria panadera más grande en México, lanzó el pan de caja envuelto en una bolsa de celofán transparente. De acuerdo con Bimbo este pan fue un éxito porque los compradores podían ver a través de la bolsa y darse cuenta que el pan estaba fresco, en oposición a las bolsas de papel de estraza en las que se vendía el pan en las panaderías. El pan Bimbo se promocionaba como higiénico y delicioso⁶⁵.

En un inicio el pan de caja venía en dos presentaciones: pan blanco y pan tostado. Éste último se volvió muy popular como alimento para enfermos delicados del estómago. Además su textura, similar a la de un bolillo crujiente, este pudo ser un factor que contribuyera a ser preferido por los consumidores. Concepción, nacida en 1935, recuerda que cuando ella o alguno de sus hermanos se enfermaban, siempre el médico les aconsejaba comer pan tostado Bimbo y gelatina. La familia de Concepción también compraba pan blanco y panqués manufacturados de vez en cuando, pero no tan frecuentemente como el pan tostado.

¿Por qué en vez de tostar un bolillo o pan de caja en casa la gente compraba pan ya tostado? La carencia de tostadores lo explica en parte, pero el pan puede tostarse sobre comales utilizados en todos los hogares para cocer o calentar tortillas diariamente. Comprar pan producido en una gran fábrica en vez de horneado en la panadería local era un símbolo de distinción social para las clases trabajadoras y en particular para aquellos que aspiraban a formar parte de la clase media. El pan industrializado era una novedad no tan fácil de encontrar en cada esquina y era más caro que el pan que vendían en las panaderías locales. De acuerdo con Carolina, en los años cincuenta "por 20 centavos compraba usted un bolillote de casi 100 gramos, no tenía nada que ver con el pan de caja"⁶⁶.

La popularidad del pan de caja comenzó a crecer a en las décadas de 1950 y 1960, en particular entre la clase media y alta. Consumir pan de caja implicaba la adopción de nuevas recetas y hábitos alimenticios. Mientras que con los bolillos y teleras se preparan las tradicionales tortas, el pan de caja industrializado se utilizaba para hacer sándwiches identificados con la cultura alimentaria anglosajona, en particular de Estados Unidos. *Las batallas en el desierto*, novela escrita por José Emilio Pacheco, da cuenta de la forma en que un niño de clase media percibe el pan de caja a finales de los años cuarenta en Ciudad de México. Jim vive con su madre, Mariana, quien resulta sumamente joven, hermosa y elegante ante los ojos de Carlos, amigo de Jim. Un día que Carlos va a merendar a casa de Jim, Mariana les prepara sándwiches en una sandwichera eléctrica que le trajo de los Estados Unidos su amante, un hombre de la clase política mexicana. Carlos encontró fascinantes esos sándwiches en forma de platillos voladores, que eran tan distintos a la comida que le ofrecía su madre.

Por fortuna Mariana rompe el silencio. ¿Qué te parecen? Les dicen Flying Saucers: platos voladores, sándwiches asados en este aparato. Me encantan, señora, nunca había comido nada tan delicioso. Pan Bimbo, jamón, queso Kraft, tocino, mantequilla,

Ketchup, mayonesa, mostaza. Eran todo lo contrario del pozole, la birria, las tostadas de pata, el chicharrón en salsa verde que hacía mi madre⁶⁷.

Carlos identificaba los sándwiches, el pan de caja e ingredientes con que Mariana preparaba aquellos platillos voladores, aunado a la sandwichera eléctrica, con Estados Unidos, país que se presenta como el epítome de la modernización. El comer sándwiches implicó un cambio en las prácticas alimentarias y de consumo; en los años cuarenta y cincuenta los sándwiches eran una novedad al igual que los ingredientes con los que se rellenaban, tales como queso Kraft, mayonesa, ketchup y carnes frías. Dichos productos no se conseguían fácilmente en zonas rurales, debían guardarse en un refrigerador y en su mayoría no eran de producción casera debido a que no formaban parte de la tradición culinaria mexicana. Dado que el pan de caja duraba más que los bolillos, que se hacían duros o chiclosos tras un par de días, las amas de casa que optaban por el pan Bimbo no tenían que comprarlo a diario. En vez de adquirirlo en una panadería, lo hacían en una tienda de abarrotes las cuales eran más numerosas que las panaderías. Tener una sandwichera eléctrica transformaba también las prácticas y percepciones sociales. Contar con uno de estos aparatos mostraba familiaridad con los electrodomésticos, símbolo de un estilo de vida de clase media. De este modo, el pan de caja se percibía como un ingrediente novedoso y moderno. En tanto los sándwiches, al ser rápidos y fáciles de preparar, se presentaban como liberadores al disminuir el tiempo que las mujeres pasaban cocinando y comprando alimentos ya que no tenían que ir por el pan a diario.

En los años cuarenta y cincuenta las revistas femeninas, recetarios, secciones de comida publicadas en periódicos y clases de cocina representaban el pan de caja como un ingrediente versátil para hacer sándwiches de manera cotidiana, pero también para preparar novedosos canapés y bocadillos para sorprender a los invitados. En 1946 Josefina Velázquez de León, afamada cocinera, escritora de libros de cocina y maestra, publicó un libro sobre sándwiches. En él incluyó la clásica receta del sándwich de jamón y queso, además de proponer otros ingredientes tales como sardinas, lomo, lengua, caviar, anchoas y espárragos. Josefina invitaba a sus lectoras a usar su creatividad para dar forma a los emparedados, por ejemplo sirviendo sándwiches en forma de animalitos para fiestas infantiles⁶⁸.

Recetas de sándwiches aparecen también en lecciones de cocina, como lo muestran las notas del curso de economía doméstica que tomó Elena Zamora a inicios de los años cuarenta. Elena nació en 1919 en una familia de clase alta de Ciudad de México y su padre, Luis Zamora Plowes fue un periodista y editor quien tuvo los medios económicos para enviar a su hija a estudiar preparatoria a Austin, Texas. Ya de regreso en Ciudad de México, Elena se inscribió en 1943 en el Instituto Social y Familiar, una escuela privada en la capital del país. Aquí aprendió, entre otras cosas, a preparar sándwiches y platillos más elaborados utilizando pan de caja como ingrediente principal. Tal es el caso de un pastel en el que capas de pan blanco sucedían a capas de queso y por último el pastel se introducía al horno para gratinar el queso⁶⁹.

Tanto los recetarios como las revistas femeninas incluían recetas de sándwiches y las calificaban como una alternativa ideal no sólo para cenas elegantes, sino también para reuniones informales, o como en el caso de Nescafé, para alimentar a visitas inesperadas. Matilde López,

quien nació en 1895, se casó con Rafael Rangel, abogado y político quien asumió como gobernador interino del Estado de Guanajuato en 1939. Durante los años treinta y cuarenta, Matilde reunió recetas y notas sobre economía doméstica. De acuerdo con estas notas, un 'champagne lunch' debía incluir sándwiches rellenos de jamón, queso Kraft, caviar, lengua o pavo⁷⁰.

Si bien sólo la clase alta organizaba almuerzos acompañados de champaña, las mujeres de clase media bien podían organizar una fiesta de sándwiches o "sandwichiza" en vez de una tradicional taquiza: buffet de varios tipos de guisados como mole, tinga (pollo deshebrado con jitomate, cebolla y chile chipotle), arroz, frijoles refritos y ensalada de nopales acompañados de tortillas. En cambio, en las sandwichiza los diversos rellenos que se aconsejaban estaban inspirados en la cocina europea o estadounidense. Los sándwiches se prepararían usando ingredientes procesados o enlatados como aceitunas, alcaparras, paté, jamón y queso Kraft. Estos se colocarían en platos pequeños en vez de las tradicionales ollas de barro. En 1941 la revista femenina *El Hogar*, publicó un artículo intitulado "Hagamos una fiesta a base de sándwiches" en el que señala:

Cuando le llegan algunas visitas inesperadas en la tarde o en la noche, se puede exhalar un suspiro de alivio recordando que se tiene en casa el tostador eléctrico para pan y el refrigerador bien abastecido con todo aquello que pueda servir para relleno de los sándwiches tostados. Entonces los invitados elogiarán la habilidad del ama de casa a medida que saborean los deliciosos y encrespados sándwiches. Si tiene un tostador especial de sándwiches o wafflera se pueden meter ya preparados con el relleno poniéndoles la mantequilla en el lado de afuera. Nosotras hicimos una reunión en la que la mesa la preparamos en esta forma. En un extremo el tostador de sándwiches y un plato con sándwiches listos para tostarse. En el otro extremo de la mesa una wafflera, una jarrita de mantequilla y tres platitos con rellenos (de sesos, de salmón y de jamón endiabado entre otros) para los sándwiches de waffles. A partir de ese momento, cesó la responsabilidad de la anfitriona. En vez de tener que cocinar para sus invitadas, cada una cocinaba para sí misma⁷¹.

El Hogar esperaba que sus lectoras contaran con un refrigerador, una sandwichera, una wafflera y estuvieran familiarizadas con ingredientes que sólo se encontraban en los hogares más pudientes. Revistas y recetarios, como los que he mencionado, presentaban a los sándwiches, no sólo como sustituto de los tacos, sino también de las tortas: crujientes bolillos (pan tipo baguette) rellenos de frijoles refritos, aguacate, chile y queso. Sin embargo, había opiniones encontradas con respecto al uso del pan de caja. La revista *Lupita*, dirigida a un público de clase media baja, publicó un artículo en 1957 criticando la popularidad del pan industrializado.

El oficio de la masa, el huevo y la levadura se ha modernizado en una industrialización encomiable desde el punto de vista práctico, pero en una depredación romántica. Hoy tenemos grandes "fábricas" de pan, donde ustedes, panaderos, no pueden tocar las piezas y el producto es vendido en esterilizados paquetes cubiertos de papel celofán transparente e inmaculado que le quita a uno el gusto de "tronar" los bolillos para saber si están blanditos. El nuevo sistema será más higiénico, pero mucho menos divertido⁷².

Si bien los sándwiches eran descritos como atractivos, convenientes, sabrosos y modernos muchas de las mujeres entrevistadas para este proyecto preferían comprar pan recién horneado en panaderías en vez del pan de caja. Carolina, nacida en 1930, señala con respecto al pan de caja: “ése era un pan que se pegaba en el paladar, feo. No estábamos acostumbrados a eso, eso en Estados Unidos, acá no. Ya después todo empezó a cambiar y cómo fieles imitadores [comenzamos a comer pan de caja], pero no hay como un bolillo”.

A pesar de la popularidad del pan de caja, su consumo en las décadas de 1940 y 1950 fue marginal. Para 1960 de la cantidad total que se destinaba a comprar pan en el Bajío, sólo el 2 % se gastaba en pan de caja. En tanto en Ciudad de México el pan de caja representaba el 4 % del gasto total en pan⁷³. A inicios de los años sesenta, los hogares de clase alta eran los principales consumidores de pan industrializado. En este sector del Bajío, el consumo de pan de caja representaba el 4 % del total del gasto en pan y en la capital del país era el 11 %⁷⁴.

Gloria, nacida en 1927, era una mujer de clase alta de Guanajuato y recuerda que en la década de 1940 su madre compraba pan de caja y preparaba sándwiches con mayonesa, mostaza, jamón y salchichas. En los años cincuenta Gloria y su esposo tenían una casa de huéspedes en Guanajuato, a donde se hospedaban muchos estudiantes estadounidenses. La señorita Hicks, una estudiante que luego se casaría con el primo de Gloria y cuyo hijo llegaría a ser gobernador del Estado, le enseñó a Gloria a preparar pan francés, platillo que incorporó a su repertorio. María Luisa, otra guanajuatense de clase alta, señala que ella ya compraba pan de caja en los años cuarenta y cincuenta, pero principalmente horneaba el pan en casa ya que su marido prefería comer barras de pan recién horneado. El hecho de que Luisa contara con un horno eléctrico y servidumbre, ayudaba a satisfacer tales preferencias.

Sin embargo, la mayoría de la población carecía de un horno o bien de dinero para comprar pan todos los días. En zonas rurales no había suficientes panaderías. El Estado intentó incrementar el consumo de pan entre los campesinos y la clase trabajadora mediante subsidios, comedores familiares y el programa de desayunos escolares. Poco a poco la industria del pan expandió sus redes de distribución y llegaron hasta el pueblo más alejado. Tomó un par de generaciones para que los habitantes del campo adquirieran la costumbre y el gusto por ese pan suave que se pegaba al paladar. Esperanza Martínez, quien creció en una zona rural a las afueras de Ciudad de México en los años treinta, afirma: “pan de caja ni lo conocía yo, comíamos bolillos y teleras, esto no era diario, el fin de semana quizá. Más esporádico era el pan de dulce, mi mamá hacía gorditas [de maíz] con manteca con sal. El pan ya fue cuando empecé a trabajar en 1953. Ahí empecé a comer todo lo que no había comido. El pan de caja lo empecé a usar cuando nacieron mis niñas para hacerles sus sándwiches [en la década de 1960]”. En suma, en los años cuarenta y cincuenta la mayoría de las familias preferían tronar sus bolillos, preparar tortas y comprar variedades más caras de pan dulce cuando era posible, en cambio las clases bajas sólo comían tortillas o gorditas de maíz.

Conclusiones

El consumo y preparación de alimentos, tanto en el caso de las mujeres guanajuatenses como capitalinas, fue influenciado por las condiciones materiales y las prácticas culturales específicas de cada región. En la capital del país había más variedad de productos debido a la importancia de dicha ciudad, su número y diversidad de habitantes y su geografía. Pescados y aves provenientes de los lagos y ríos y productos de las tierras cultivables que la rodeaban favorecían el abasto de comidas muy diversas. En cambio en Guanajuato había menos opciones gastronómicas, en parte por su localización en una zona árida y montañosa y por no contar con caminos en buenas condiciones, lo que limitaba el traslado de alimentos, en especial del pescado proveniente de la costa.

Sin embargo, este trabajo muestra que los patrones de consumo dependían más de la clase social y los recursos económicos que de la ubicación geográfica de una ciudad. Las familias pobres tanto de la capital del país como de la capital del Estado de Guanajuato tenían una dieta basada en maíz, frijol, chile, vegetales y frutas. Comían poca carne; casi no bebían leche y cuando lo hacían era diluida en bebidas calientes. Las clases medias y altas en cambio contaban con una dieta más variada, pero aún basada en productos locales. Sólo las mujeres de clase alta tenían suficientes recursos para comer alimentos caros provenientes de otras regiones y aún de otros países, tales como las conservas enlatadas, el jamón y el pescado en el caso Guanajuato y la manteca de cerdo en el centro de la capital.

Entre 1930 y 1950 los productos manufacturados o industrializados como el café soluble, el aceite vegetal y el pan de caja fueron introducidos al mercado mexicano. Los medios masivos de comunicación jugaron un papel fundamental al promover el consumo de dichos productos e identificarlos con el progreso material y social. Los anuncios publicitarios presentaban a mujeres de piel clara y hasta con cabello rubio, cocinando con aceite vegetal o bebiendo café instantáneo. Dichas mujeres y sus estilos de vida apelaban al imaginario popular que las identificaba con el “mundo civilizado y moderno” representado por Estados Unidos. De este modo se asoció la modernización de las prácticas cotidianas con el patrón de consumo de los países desarrollados, a quienes las clases medias-baja, medias y altas buscaban imitar.

La industria de alimentos identificó la modernización con la salud, la higiene y la felicidad que sus productos prometían brindar a sus consumidores. La industria alimenticia enfatizó la superioridad de sus productos ya que eran elaborados por técnicos especialistas en ambientes higiénicos y controlados, donde las manos eran substituidas por máquinas creando lo que los industriales definían como productos de mayor calidad a aquellos producidos en casa o de manera artesanal. El discurso médico y científico de la época se utilizó para legitimar a la industria alimentaria al presentar la comida procesada como la opción más higiénica y sana. Doctores y creadores de políticas públicas vieron en la leche en polvo, por ejemplo, la solución a la deficiencia proteica que sufría el pueblo mexicano, así como la superioridad del aceite o manteca vegetal en relación a la manteca de cerdo.

La comida procesada era una opción práctica que aparentemente daba más tiempo a las amas de casa, ya que podían preparar un vaso de leche al mezclar leche en polvo con agua en el mismo vaso, café soluble en la taza y aún hervir una lata de leche condensada para obtener un postre. Si bien la reducción en el tiempo de compra y preparación de alimentos jugó un papel importante entre las clases trabajadoras, las mujeres de clase media y alta no se preocupaban por ahorrar tiempo o esfuerzo. Ellas contaban con la ayuda de trabajadoras domésticas quienes se encargaban de tostar y moler el café, hacer tortillas a mano antes de cada alimento, o bien comprar leche y conservarla en sus lustrosos refrigeradores. Para las mujeres de clase media-alta y alta, la comida procesada daba cuenta de su cosmopolitismo y afluencia. La comida procesada no sólo transformó la dieta de los distintos grupos sociales, sino también las prácticas sociales. Recetarios y anuncios publicitarios presentaron al pan de caja como una novedad y una alternativa elegante a las tortillas y los tamales, por lo que las sandwichizas se convertían en la versión moderna de las taquizas. En este proceso de cambio, la tecnología jugó un papel fundamental debido a que las mujeres que contaban con una sandwichera, wafflera, refrigerador y horno podían preparar nuevas recetas y platillos.

A pesar del esfuerzo publicitario para promover los productos industrializados, su consumo fue bajo hasta la década de 1970. La mayoría de las mujeres entrevistadas para esta investigación afirmaron que preferían los alimentos frescos y que en las décadas de 1940 y 1950 comían poca comida procesada. Gran parte de las entrevistadas señalaron que empezaron a consumir dichos alimentos cuando fueron más baratos y porque los consideraban más sanos o porque eran más fáciles de encontrar como en el caso del aceite vegetal. Además, la novedad de los alimentos industrializados resultaba atractiva en particular para las mujeres urbanas de clase media y media-baja.

Los sectores de clase baja con aspiraciones de clase media se convirtieron en asiduos consumidores de comida procesada. La leche en polvo y el café instantáneo eran populares en parte debido a su bajo precio, fácil adquisición y preservación, pero también por ser un símbolo de movilidad social. Tomar Nescafé y comer pan Bimbo significaba que se había dejado atrás la economía de subsistencia y que se era parte de la moderna economía de mercado. Mientras tanto, en las zonas rurales, sólo las familias más acomodadas podían comprar comida procesada que en el contexto del campo representó un estilo de vida urbano.

La comida procesada se convirtió en un símbolo de movilidad social, pero también de homogeneización de los gustos y las prácticas cotidianas. Mediante el consumo de un producto que era el mismo a lo largo y ancho del país se “unificaron los patrones de consumo con una visión nacional”, permitiendo que el consumidor se vincula con el mundo moderno y civilizado⁷⁵. Por último, al ser las mujeres las encargadas de adquirir y preparar los alimentos, su papel como consumidoras fue fundamental ya que de este modo participaron en la modernización de la nación y sus ciudadanos.

Bibliografía

- Aceite conquistador*. Vol. 11 y Vol. 14, México, Fábrica de aceites y grasas comestibles Clavel SA, [1950?] y [1955?].
- Almanaque Dulce*. México, Unión Nacional de Productores de Azúcar, 1947 y 1959.
- Arqueología Mexicana: Cocina Prehispánica*. Vol. 12, INAH, Editorial Raices, 2002.
- Banco de México. *Encuesta sobre ingresos y gastos familiares en México*. México, Banco de México SA-Oficina de Estudios sobre Proyecciones Agrícolas, 1963.
- Bauer, Arnold J. *Goods, Power, History: Latin America's Material Culture*. Cambridge, Cambridge University Press, 2001.
- Bimbo: una historia de creer y crear*, <http://www.grupobimbo.com.mx/admin/content/uploaded/Historia%20Grupo%20Bimbo.pdf>
- Borden's Milk Factory*, http://www.southeastmuseum.org/html/borden_s_milk.html
- Bulnes, Francisco. *El porvenir de las naciones hispano-americanas ante las conquistas recientes de Europa y los Estados Unidos*. México, Imprenta de Mariano Nava, 1899.
- Canned Milk History Evaporated and Sweetened Condensed Milk*. <http://homecooking.about.com/od/milkproducts/a/canmilkhistory.htm>
- "Cartas de Angelina". *Lupita: una revista hecha con el corazón*. Vol. II, No. 55, 3 junio 1957.
- Cravioto, René O. *El Pipirín*. México, Vilar y Trillas, [1959?].
- Dirección General de Estadística. *Sexto censo general de población 1940: Resumen General*. México, Secretaría de Economía - DGE, 1943.
- *Séptimo censo general de población*. México, Secretaría de Economía - DGE,
- *Octavo censo general de población 1960*. México, SIC-DGE, 1962.
- El Hogar*. Vol. XXVII, No. 183, 28 de noviembre de 1941.
- "El problema de la nutrición en la República Mexicana". *Información Nutriológica*, No. 1, INN-SSA, [1945?]
- Enciclopedia del Hogar Excelsior: Séptimo tomo del recetario de cocina*. Vol. VII, México, Excelsior, 1946.
- Food and Beverages of Mexico*.
http://www.visitmexicopress.com/from_a_z02.asp?mazID=4
- García Canclini, Néstor. *Consumidores y ciudadanos: conflictos multiculturales de la globalización*. México, Grijalbo Mondadori, 2001.
- "Hagamos una fiesta a base de sándwiches". *El Hogar*, México, Vol. XXVIII, No. 108, 13 enero 1941.
- Hernández, Ana María. *Cómo mejorar la alimentación del obrero y campesino: libro social y familiar para la mujer obrera y campesina mexicana*. México, A. del Bosque Impresor, 1935.
- *Industrias del hogar para la mujer obrera y campesina de México*. México, A. del Bosque Impresor, 1937.
- Huarte, Eduardo. *El salario y la alimentación de la familia campesina en México*. México, Cooperativa Artes Gráficas del Estado, 1950.
- Iglesias y Cabrera, Sonia y Salinas Álvarez, Samuel. *El pan nuestro de cada día: sus orígenes, historia y desarrollo en México*. México, Cámara Nacional de la Industria Panificadora, 1997.
- Lagunas Rodríguez, Zaid y López Alonso, Sergio. "Antropología física en grupos humanos de filiación Otopame". *Ciencia Ergo Sum*, Vol. 11, No. 1, UAEM, Marzo-Junio, 2004.
- Lee Bossler, Sumner. *History of Bainbridge, New York*.
<http://www.tri-town.net/unadilla/bain.htm>
- López Castañón de Rangel, Matilde. *Recetario. Guanajuato, recetario y consejos de urbanidad recopilados por Matilde López*, [1940?]
- López Rosado, Diego G. *Historia del abasto de productos alimenticios en la Ciudad de México*. México, Fondo de Cultura Económica, 1988.

- Lozano, Isabel y Ávila, Gloria. *La cocina familiar en el estado de Guanajuato*. México, CONACULTA-Océano, 1988.
- MM Pack, Got Milk?™ *On the trail of pastel de tres leches*. http://www.austinchronicle.com/issues/dispatch/2004-02-13/food_feature.html
- Moreno, Julio. *Yankee Don't go Home! Mexican Nationalism, American Business Culture, and the Shaping of Modern Mexico, 1920-1950*. Chapel Hill, University of North Carolina Press, 2003.
- Nestlé: *reflejos de setenta años en México*. México, Gil S.A., 2001.
- Ortega Olivares, Mario. *Tradiciones alimentarias y atención al parto en un pueblo originario: Santiago Zapotitlán*. Disponible en: Dirección General de Equidad y Desarrollo Social-Gobierno del Distrito Federal, http://www.equidad.df.gob.mx/indigenas/seminario/02_dic_decima_ortega.html
- Pacheco, José Emilio. *Las batallas en el desierto*. México, Era, 1981
- Pérez Frías, Humberto. "La leche: breve reseña histórica desde la conquista hasta la década de los 70s". Vol. 1, No. 1, Abril 2002. Disponible en: www.fmvz.unam.mx/bibliovir/BvS1Lb/BvS1Ppdf/BvS1LeBvMd00001.pdf.
- Pilcher, Jeffrey M. *¡Que vivan los tamales! Food and the Making of Mexican Identity*. Albuquerque, University of New Mexico Press, 1998.
- Postres Nestlé No. 3: 80 recetas perfectamente experimentadas incluyendo las 50 premiadas en el tercer concurso Nestlé para las mejores recetas de postres*. México, Nestlé, 1960.
- Presidencia de la República. *50 años de Revolución Mexicana en cifras*. México, Presidencia de la República-NAFINSA, 1963.
- Ramírez Jiménez del Corro, Carmen. *La cocina clásica: recetas garantizadas por la academia de enseñanza moderna de repostería y cocina*. Vol. I, 2a ed., México, 1950.
- Ramos Espinosa, Alfredo. *Semblanza Mexicana: costumbres amables, lenguaje íntimo, ademanes corteses, sabrosa comida, ciencia y sabiduría, arte y amor, mujer mexicana*. México, Bolívar, 1948.
- The Birth of Elsie, The Borden Cow*. Disponible en: <http://www.elsie.com/aboutUs/aboutUsHome.asp>
- Velázquez de León, Josefina. *Selecciones culinarias: sandwiches*. México, Academia de Cocina Velázquez de León, 1946.
- Weis, Robert. "El horno no está para bollos: inmigración, clases sociales y pan en la ciudad de México". *Espacio Regional. Revista de Estudios Sociales*, Vol. 2, No. 3, Chile, 2006.
- , "Inmigrantes vascos y movimiento obrero en el México Porfiriano". *Revista de Estudios Sociales*. Universidad de los Andes, Bogotá Colombia, Abril, 2008.
- Yturbide de Limantour, Virginia. *Enciclopedia del Hogar: La vida social en México y octavo tomo del recetario de cocina*. Enciclopedia del Hogar. Vol. VIII, México, Excelsior, 1947.
- Zamora Plowes, Elena. *Apuntes sobre el curso de economía doméstica en el Instituto Social y Familiar. Notas del curso de economía doméstica y otras recetas mecanografiadas por Elena Zamora*, México, 1943.

Notas

* El presente trabajo es fruto de mi investigación doctoral y forma parte de la tesis intitulada: *Cooking Modernity: Food, Gender, and Class in 1940s and 1950s Mexico City and Guanajuato*. Dicha investigación fue realizada en la Universidad de Manchester, Reino Unido, bajo la dirección de la Dra. Patience A. Schell y la Dra. Penny Tinkler. Agradezco sus comentarios, así como los de mis sinodales: Dr. Paulo Drinot y Dra. Rebecca Earle. También quiero expresar mi agradecimiento al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología de México, organismo gubernamental que financió mis

estudios de posgrado, y a la Universidad de Lehigh, en Estados Unidos, por el otorgamiento de una estancia posdoctoral durante la cual corregí y defendí mi tesis.

¹ Arnold J. Bauer, *Goods, Power, History: Latin America's Material Culture*, Cambridge, Cambridge University Press, 2001, p. 9.

² Julio Moreno, *Yankee Don't go Home! Mexican Nationalism, American Business Culture, and the Shaping of Modern Mexico, 1920-1950*, Chapel Hill, University of North Carolina Press, 2003, pp. 135 y 212.

³ *El Hogar*, Vol. XXVII, No. 183, 28 de noviembre de 1941.

⁴ El proceso de nixtamalización implica poner los granos de maíz a calentar en una solución de agua y cal viva (óxido de calcio). De este modo se remueve el hollejo del maíz, lo que cambia la textura de la masa. Dicha mezcla transforma el contenido nutricional del maíz al liberar niacina, vitamina fundamental para el ser humano.

⁵ El estado de Oaxaca se ubica al sur del país. Tiene una gran presencia indígena y es uno de los estados más pobres de la República Mexicana.

⁶ Entre otras marcas de leche evaporada y en polvo que se vendían en México a inicios del siglo XX están: Dry Co, El Águila, Carnation, Sheffield, Borden's, Pet, Libby y Nestlé. *Nestlé: reflejos de setenta años en México*, México, Gil S.A., 2001.

⁷ Virginia Yturbide de Limantour, *Enciclopedia del Hogar: La vida social en México y octavo tomo del recetario de cocina*, Vol. VIII, México, Excélsior, 1947. Elsie nació en los años treinta. Fue el producto de la muy publicitada confrontación entre los granjeros estadounidenses y la industria lechera del mismo país. Ver *The Birth of Elsie, The Borden Cow*, <http://www.elsie.com/aboutUs/aboutUsHome.asp>, 21 abril 2006. Con respecto a la historia de la compañía Borden, ver: *Borden's Milk Factory*, http://www.southeastmuseum.org/html/borden_s_milk.html, 21 abril 2006.

⁸ DRYCO (Dry Milk Company) abrió sus puertas en Bainbridge, Nueva York en 1911. En 1929, Borden la absorbió. Sumner Lee Bossler, *History of Bainbridge, New York*, <http://www.tri-town.net/unadilla/bain.htm>, 21 enero 2007, p. 14.

⁹ Concepción Aguilar Castillo (n. 1935), entrevistada por la autora en la Ciudad de México, 7 de septiembre del 2005.

¹⁰ De acuerdo con Lagunas y López la población indígena y los habitantes de las zonas donde la leche y los productos lácteos no formaban parte de la cultura culinaria no desarrollaron la enzima llamada lactasa, por lo que tienen dificultades para digerir la leche. Zaíd Lagunas Rodríguez y Sergio López Alonso, "Antropología física en grupos humanos de filiación Otopame", *Ciencia Ergo Sum*, Vol. 11, No. 1, UAEM, Marzo-Junio, 2004.

¹¹ Incluye apellidos en caso de tener dos entrevistadas con el mismo nombre.

¹² Evelia Estrada de Trejo (n. 1925), entrevistada por la autora en la Ciudad de México, 1 de septiembre del 2005.

¹³ Aurora Guerrero de Olivares (n. 1917), entrevistada por la autora en Guanajuato, 25 de octubre del 2005.

¹⁴ En 1936 Nestlé abrió su primera planta industrial en México, localizada en Ocotlán, Jalisco. Su primer producto fue La Lechera, leche condensada. Su segunda planta fue inaugurada en 1945 en Lagos de Moreno, Jalisco. Para 1956 ya estaba funcionando una tercer planta en Coatepec, Veracruz. http://www.nestle.com.mx/site/acerca_nestle/historia.asp, Humberto Pérez Frías, "La leche: breve reseña histórica desde la conquista hasta la década de los 70s", www.fmvz.unam.mx/bibliovir/BvS1Lb/BvS1Pdf/BvS1LeBvMd00001.pdf, Vol. 1, No. 1, Abril 2002.

¹⁵ *Nestlé: reflejos de setenta años en México*, op. cit., p. 99.

¹⁶ En esta encuesta las localidades con una población de entre 2.501 y 10.000 habitantes era calificada como urbana en términos de número de personas pero como rural en sus hábitos de consumo. Sin embargo, su economía no estaba basada en la agricultura. La clase social se define de acuerdo al ingreso mensual por hogar. Menos de \$300 pesos: clase trabajadora; entre \$301 y \$1,500: clase media; entre \$1,501 y \$4,500: clase alta. En 1963, el 70 por ciento de las familias mexicanas vivían con menos de \$1,500 pesos al mes representando la clase trabajadora y la clase media. Banco de México, *Encuesta sobre ingresos y gastos familiares en México*, México, Banco de México SA-Oficina de Estudios sobre Proyecciones Agrícolas, 1963, pp. 12, 15, 505-06, 512. En 1960 el salario mínimo en las zonas rurales era de \$8.17 pesos al día mientras que en las zonas urbanas era de \$9.41. Presidencia de la República, *50 años de Revolución Mexicana en cifras*, México, Presidencia de la República-NAFINSA, 1963, p. 112.

- ¹⁷ Catalina Amador Espinoza (n. 1937), entrevistada por la autora en Guanajuato, 26 de octubre del 2005.
- ¹⁸ *Almanaque Dulce*, México, Unión Nacional de Productores de Azúcar, 1959, p. 63.
- ¹⁹ Esperanza Sortibrán Dávila (c. 1934), entrevistada por la autora en la Ciudad de México, 14 de octubre del 2005.
- ²⁰ La leche evaporada es leche fresca a la que se le ha eliminado 60 por ciento de líquido para después ser homogeneizada, fortificada, esterilizada y enlatada. La leche condensada es una mezcla de 55 a 60 por ciento de leche entera y 40 a 45 por ciento de azúcar. Esta combinación se calienta hasta que se evapora el 60 por ciento del líquido, resultando en una leche con consistencia viscosa sumamente dulce. *Canned Milk History-Evaporated and Sweetened Condensed Milk*, <http://homecooking.about.com/od/milkproducts/a/canmilkhistory.htm>; MM Pack, *Got Milk?™ On the trail of pastel de tres leches*, http://www.austinchronicle.com/issues/dispatch/2004-02-13/food_feature.html, mayo 2006.
- ²¹ Banco de México, *op. cit.*, pp. 505-06, 512.
- ²² *Postres Nestlé No. 3: 80 recetas perfectamente experimentadas incluyendo las 50 premiadas en el tercer concurso Nestlé para las mejores recetas de postres*, México, Nestlé, 1960.
- ²³ "Recetas fáciles, sencillas y prácticas con leche en polvo KLIM", *Almanaque Dulce*, México, Unión Nacional de Productores de Azúcar, 1947.
- ²⁴ René O. Cravioto, *El Pipirín*, México, Vilar y Trillas, [1959?].
- ²⁵ "Recetas fáciles, sencillas y prácticas con leche en polvo KLIM", *op. cit.*
- ²⁶ Ejidos: tierras que repartió el estado posrevolucionario a campesinos. Eran de posesión comunal.
- ²⁷ Esperanza Martínez Juárez (n. 1931), entrevistada por la autora en la Ciudad de México, 19 de octubre del 2005. Quelites y quintoniles: nombre genérico que se les da a las plantas silvestres comestibles nativas del centro de México. La palabra quelite viene del náhuatl quiltilil. Huauzontles (*Chenopodium berlandieri*) planta de la familia de la quinoa, usualmente las hojas se capean en clara de huevo a punto de turrón y se fríen. Xochimilco: zona de canales localizada al sur de la capital del país.
- ²⁸ Mario Ortega Olivares, *Tradiciones alimentarias y atención al parto en un pueblo originario: Santiago Zapotitlán*, Dirección General de Equidad y Desarrollo Social - Gobierno del Distrito Federal, http://www.equidad.df.gob.mx/indigenas/seminario/02_dic_decima_ortega.html, 10 diciembre 2002.
- ²⁹ *Food and Beverages of Mexico*, http://www.visitmexicopress.com/from_a_z02.asp?mazID=4, 26 febrero 2007.
- ³⁰ *Arqueología Mexicana: Cocina Prehispánica*, Vol. 12, INAH - Editorial Raíces, 2002.
- ³¹ "El problema de la nutrición en la República Mexicana", *Información Nutriológica*, No. 1, INN-SSA, [1945?], p. 4.
- ³² Nicolasa Santillán Omaña (n. 1923), entrevistada por la autora en la Ciudad de México, 18 de septiembre del 2005.
- ³³ Margarita Valdez Vega (n. 1937), entrevistada por la autora en la Ciudad de México, 3 de septiembre del 2005. Acociles: especie de camarón de agua dulce.
- ³⁴ Ángela Malo de Borbolla (n. 1925), entrevistada por la autora en Guanajuato, 27 de octubre del 2005.
- ³⁵ Consuelo Acevedo Vargas (n. 1929), entrevistada por la autora en Guanajuato, 27 de octubre del 2005.
- ³⁶ Banco de México, *op.cit.*, pp. 12, 505-06, 512.
- ³⁷ Angelina Cordero Velázquez (n. 1937), entrevistada por la autora en Guanajuato, 26 de octubre de 2005.
- ³⁸ Alfredo Ramos Espinosa, *Semblanza Mexicana: costumbres amables, lenguaje íntimo, ademanes corteses, sabrosa comida, ciencia y sabiduría, are y amor, mujer mexicana*, México, Bolivar, 1948.
- ³⁹ María Isabel Lozano Álvarez vda. de Bonilla (n. 1919), entrevistada por la autora en Guanajuato, 28 de octubre del 2005.
- ⁴⁰ Turco: carne molida con nueces y frutos secos, cubierto de arroz y por último una capa de clara de huevo batida con azúcar. Se horneaba al final para cocer el huevo y darle una textura dorada. Pollo en huerto: pollo cocido en salsa de tomate con pera, manzana, membrillo y durazno. Ambas recetas fueron nombradas por Isabel Lozano y Gloria Ávila. *La cocina familiar en el estado de Guanajuato*, México, CONACULTA-Océano, 1988.
- ⁴¹ Jeffrey Pilcher da cuenta del doble discurso entre los sectores acomodados de la sociedad mexicana. Por ejemplo, la

novela *La fuga de la quimera* escrita en 1915 por Carlos González Peña retrata la forma en que una mujer acomodada cede ante la tentación de comer tamales, una práctica no apropiada entre la gente decente. Igualmente refiere la frecuente visita a pulquerías por parte de hombres de clase media alta y alta. Jeffrey M. Pilcher, *¡Que vivan los tamales! Food and the Making of Mexican Identity*, Albuquerque, University of New Mexico Press, 1998, pp. 56-57.

⁴² *Enciclopedia del Hogar Excelsior: séptimo tomo del recetario de cocina*, Vol. VII, México, Excelsior, 1946.

⁴³ *Aceite conquistador*, Vol. 11, México, Fábrica de aceites y grasas comestibles Clavel SA, [1950?].

⁴⁴ *Aceite conquistador*, Vol. 14, México, Fábrica de aceites y grasas comestibles Clavel S.A., [1955?].

⁴⁵ Yturbide de Limantour, *op. cit.*

⁴⁶ Gloria Ávila Romero (n. 1927), entrevistada por la autora en Guanajuato, 29 de octubre del 2005.

⁴⁷ María Luisa Arteaga vda. de Trueba Olivares (n. 1916), entrevistada por la autora en Guanajuato, 28 de octubre del 2005.

⁴⁸ Esther Bonilla Mendoza (b. 1925), entrevistada por la autora en la Ciudad de México, 24 de agosto del 2005.

⁴⁹ Banco de México, *op. cit.*

⁵⁰ Robert Weis, "El horno no está para bollos: inmigración, clases sociales y pan en la ciudad de México", *Espacio Regional, Revista de Estudios Sociales*, Vol. 2, No. 3, Chile, 2006; Robert Weis, "Inmigrantes vascos y movimiento obrero en el México Porfiriano", *Revista de Estudios Sociales*, Universidad de los Andes, Bogotá Colombia, April, 2008. Weis demuestra que aunque a mediados del siglo diecinueve la mayoría de las panaderías estaban en manos de franceses, tras la ejecución de Maximiliano de Habsburgo muchos franceses huyeron del país. Para finales del siglo diecinueve las panaderías pasaron a manos de españoles, en particular de los vascos.

⁵¹ Francisco Bulnes, *El porvenir de las naciones hispano-americanas ante las conquistas recientes de Europa y los Estados Unidos*, Mexico, Imprenta de Mariano Nava, 1899. Citado por Pilcher, *¡Que vivan los tamales!*, *op. cit.*, p. 77.

⁵² Citado en Pilcher, *op. cit.*, p. 91.

⁵³ *Ibidem.*, p. 92.

⁵⁴ Ana María Hernández, *Cómo mejorar la alimentación del obrero y campesino: libro social y familiar para la mujer obrera y campesina mexicana*, México, A. del Bosque Impresor, 1935, p. 135.

⁵⁵ Ana María Hernández, *Industrias del hogar para la mujer obrera y campesina de México*, México, A. del Bosque Impresor, 1937, p. 53.

⁵⁶ *Idem.*

⁵⁷ *Ibidem.*, p. 63.

⁵⁸ Carmen Ramírez Jiménez del Corro, *La cocina clásica: recetas garantizadas por la academia de enseñanza moderna de repostería y cocina*, Vol. I, 2a ed., México, 1950.

⁵⁹ Eduardo Huarte, *El salario y la alimentación de la familia campesina en México*, México, Cooperativa Artes Gráficas del Estado, 1950, p. 13.

⁶⁰ Diego G. López Rosado, *Historia del abasto de productos alimenticios en la Ciudad de México*, México, Fondo de Cultura Económica, 1988, pp. 372-73.

⁶¹ Dirección General de Estadística, *Sexto censo general de población 1940: Resumen General*, México, Secretaría de Economía-DGE, 1943.

⁶² Dirección General de Estadística, *Séptimo censo general de población*, México, Secretaría de Economía-DGE, 1950, p. 75.

⁶³ Dirección General de Estadística, *Octavo censo general de población 1960*, México, Secretaría de Economía-DGE, 1962, p. 280.

⁶⁴ Pilcher, *op. cit.*, p. 93.

⁶⁵ A finales de los años cuarenta, Bimbo ya distribuía sus productos en todo el país. En 1952, Bimbo incrementó su variedad de productos añadiendo donas espolvoreadas de azúcar y pan para preparar hot dogs y hamburguesas. Bimbo,

Bimbo: una historia de crear y crear, <http://www.grupobimbo.com.mx/admin/content/uploaded/Historia%20Grupo%20Bimbo.pdf>, 26 abril. Ver también Sonia Iglesias y Cabrera y Samuel Salinas Álvarez, *El pan nuestro de cada día: sus orígenes, historia y desarrollo en México*, México, Cámara Nacional de la Industria Panificadora, 1997.

⁶⁶ Carolina Basave Morales (n. 1930), entrevistada por la autora en la Ciudad de México, 31 de agosto del 2005.

⁶⁷ José Emilio Pacheco, *Las batallas en el desierto*, México, Era, 1981, p. 29.

⁶⁸ Josefina Velázquez de León, *Selecciones culinarias: sandwiches*, México, Academia de Cocina Velázquez de León, 1946.

⁶⁹ Elena Zamora Plowes, *Apuntes sobre el curso de economía doméstica en el Instituto Social y Familiar*, México, notas del curso de economía doméstica y otras recetas mecanografiadas por Elena Zamora, 1943.

⁷⁰ Matilde López Castañón de Rangel, *Recetario, Guanajuato, recetario y consejos de urbanidad recopilados por Matilde López*, [1940?].

⁷¹ "Hagamos una fiesta a base de sándwiches", *El Hogar*, Vol. XXVIII, No. 108, 13 enero 1941, p. 35.

⁷² "Cartas de Angelina", *Lupita: una revista hecha con el corazón*, Vol. II, No. 55, 3 junio 1957, p. 47.

⁷³ Banco de México, *op. cit.*, pp. 506, 511.

⁷⁴ *Ibidem.*, pp. 504-505, 511.

⁷⁵ Néstor García Canclini, *Consumidores y ciudadanos: conflictos multiculturales de la globalización*, México, Grijalbo Mondadori, 2001.