



# PUEBLA

LA COCINA DE MÉXICO  
2022-2023



**Puebla**  
Contigo y con rumbo  
Gobierno Municipal

**IMACP**  
Instituto Municipal de Arte  
y Cultura de Puebla



Primera Edición 2022

ISBN En trámite

D.R. Instituto Municipal de Arte y Cultura de Puebla

Av. Reforma 1519, Barrio de San Sebastián. Puebla, Pue. C.P. 72090

Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación.

Impreso en Puebla, México. Distribución gratuita.

*Queda prohibida la reproducción parcial o total, directa o indirecta del contenido de la presente obra, sin contar previamente con la autorización expresa y por escrito de los editores, en términos de la ley Federal de Derechos de Autor y, en su caso, de los tratados internacionales aplicables. La persona, física o moral, que infrinja esta disposición se hará acreedora a las sanciones legales correspondientes*



# PUEBLA

LA COCINA DE MÉXICO  
2022-2023

La riqueza gastronómica que caracteriza a nuestra ciudad es, sin lugar a dudas, un legado patrimonial extraordinario que nos diferencia de otras ciudades del país y del mundo.

El mestizaje que caracteriza a la cultura nacional, fue particularmente generoso con la gastronomía poblana. Su privilegiada ubicación geográfica hizo de la ciudad de Puebla un crisol donde se refleja no solamente el orgullo e influencia de nuestro enorme pasado prehispánico, sino también la rica combinación de olores, sabores y colores de distintas culturas que constituyen un mosaico extraordinario y único.

No es sorpresa que Puebla haya sido nombrada **Capital Gastronómica de Iberoamérica** para el periodo **2022-2023**, referencial estandarte y encomienda que ha tenido su sede en ciudades de otros países y que, en esta ocasión, recibimos en nuestra ciudad con orgullo, conscientes de la responsabilidad que tal honor conlleva.

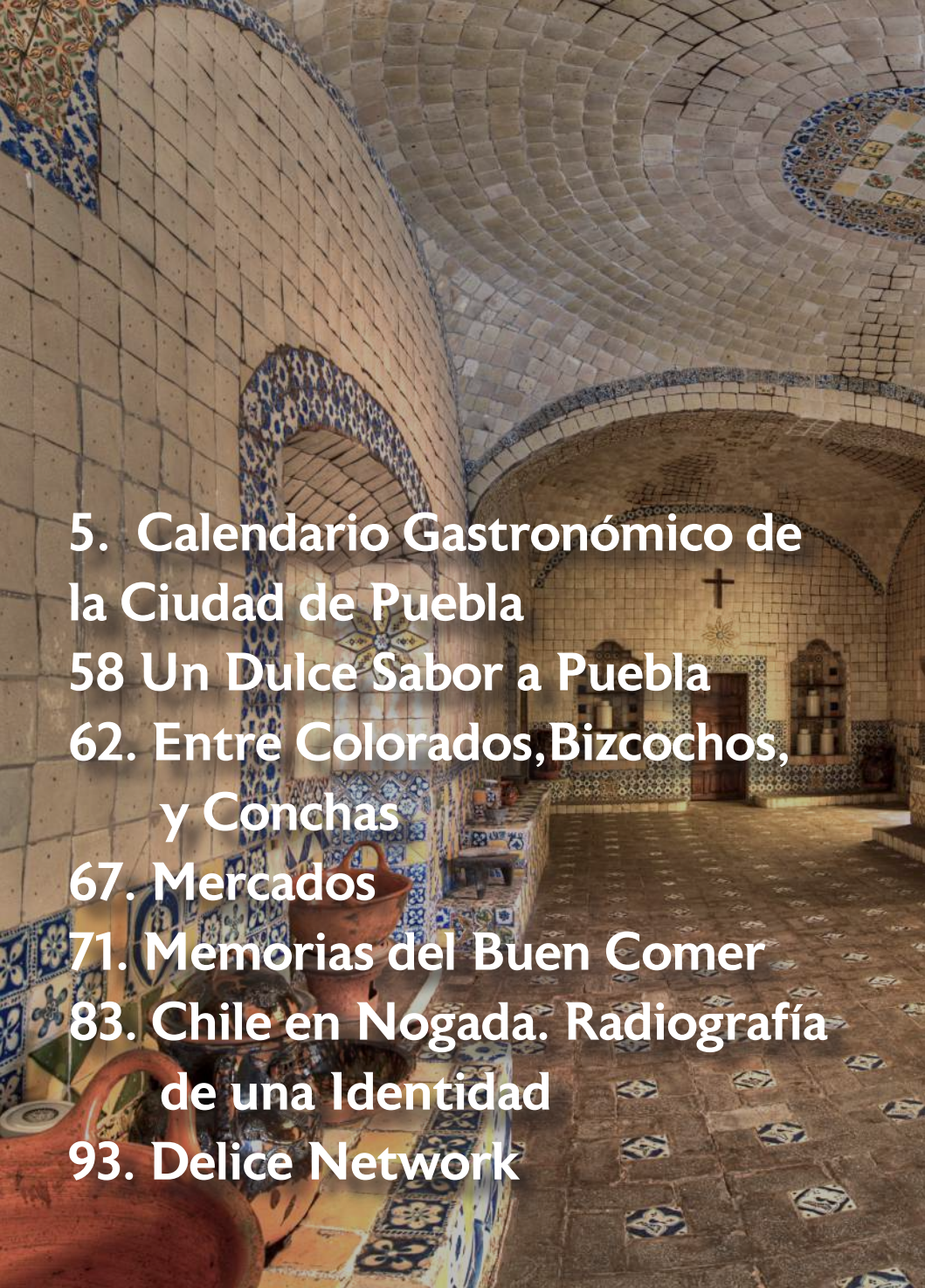
La publicación que tienes en tus manos es el inicio de una serie de actividades que el gobierno de la ciudad impulsa para proyectar la riqueza gastronómica poblana, misma que hoy se presenta ante el mundo como la orgullosa **Cocina de México**.

En este suculento catálogo, te deleitarás con la leyenda y tradición de los procesos culinarios poblanos que conforman la diversidad de los platillos, fruto del ingenio y creatividad de los habitantes de esta gran ciudad.

Estamos muy orgullosos de ser poblanos. Te invito a conocer nuestra gastronomía a través de estas páginas y a disfrutar del enorme e histórico menú que la **Cocina de México** tiene preparada para ti.

¡Muy buen provecho!

**Eduardo Rivera Pérez**  
Presidente Municipal de Puebla  
2021-2024

The image shows the interior of a traditional Mexican oven, likely a "horno de adobe". The walls and ceiling are constructed from light-colored adobe bricks. The walls are decorated with intricate blue and white floral tilework. A large, arched opening on the left side is also decorated with similar tilework. In the foreground, several large, reddish-brown earthenware pots are visible. The floor is made of dark, patterned tiles. In the background, a wooden door is set within a tiled archway, and a small cross is mounted on the wall above it. The overall atmosphere is warm and traditional.


**5. Calendario Gastronómico de la Ciudad de Puebla**  
**58 Un Dulce Sabor a Puebla**  
**62. Entre Colorados, Bizcochos, y Conchas**  
**67. Mercados**  
**71. Memorias del Buen Comer**  
**83. Chile en Nogada. Radiografía de una Identidad**  
**93. Delice Network**



# CALENDARIO GASTRONÓMICO DE LA CIUDAD DE PUEBLA



# Platillos poblanos. Cuatro Siglos de Tradición



Los mesoamericanos llamaron *moli* a la mezcla de chiles molidos en metate o molcajete, rebajada con agua y posteriormente cocinada al fuego; el mole poblano en cambio, es producto de la inclusión, entre otras, de las almendras, el cacao, las grasas animales, chiles, pasas, ajonjolí, condimentos y especias venidas del Viejo Mundo. Esta mezcla, confeccionada con la mano de obra local da el toque sincrético: “espesito, dulcecito y picosito” en clara alusión a la influencia de los diminutivos y los sabores no exagerados, ofensivos al paladar. Por suerte su consumo es posible todo el año; en las casas poblanas se ofrece cuando hay fiesta.

# “Se tuestan iguales partes de chile pasilla y mulato desvenados”

“Mole Poblano” en *Manual del cocinero y cocinera*,  
Puebla, 1849. p. 193

El otro platillo simbólico con trascendencia nacional es el Chile en Nogada, producto de los chiles llamados “del tiempo” originarios de las faldas del volcán Popocatepetl, con menor picor y una estructura rematada en una punta de “ganchillo” imposible de imitar. Su relleno es producto de la mezcla de las tradiciones españolas de los “picadillos” de frutas frescas y curtidas, carnes, almendras, canela y especias variadas, rematadas por el “capeo” de huevo un poco cortado para no hacer volumen, sólo para su-

jetar la carne al chile y permitir su presentación estética, hoy desvirtuada por la ausencia de técnicas culinarias. La salsa de nogada, originaria de Castilla León, se usaba en los conventos desde mucho antes del descubrimiento de América y servía para complementar las ensaladas de cebollas y betabel. Su presentación en la sociedad ciertamente tuvo como coincidencia un momento histórico para la naciente patria mexicana reflejada en los colores del lábaro patrio.









**Temporadas  
llenas de sabor**

- MARZO - ABRIL -

*“Comamos pues, en  
gracia de Dios,  
aunque no sea más  
que para no ser  
culpables del delito  
de no comer”*

Prólogo del *Manual del cocinero y cocinera*,  
Puebla, 1849. p. 3

**-Marzo - Abril  
"Comamos Pues,  
En gracia de Dios,  
aunque no sea más  
que para no ser  
culpables del delito  
de no comer"  
Prólogo del Manual del  
cocinero y cocinera,  
Puebla 1849. p.3**





En los meses de marzo y abril llega a los mercados el **huazontle**, la hierba adorada por los precolombinos y cuya semilla se llama amaranto. Los huazontles bien limpios se rellenan de queso fresco de cabra y se capean para meterlos en un caldillo de jitomate con la más clara influencia del clemole prehispánico. Los llamados **escamoles**, que son huevos de hormiga, llegan también a los hogares y abundan en los restaurantes.

En la cuaresma, los **chiles jalapeños**, introducidos desde Veracruz, se les llama cuaresmeños; las cocineras poblanas los adoptaron para rellenarlos con sardinas, queso añejo, frijoles y cualquier pescado en escabeche. También de vigilia es el consumo de los **romeritos**, especie de quelites, en mole o pipián acompañados con tortitas de camarón seco.



- MAYO -

*“No existe plato desdeñado en la cocina cuando se prepara de una manera auténtica”*

Miguel de Cervantes y Saavedra



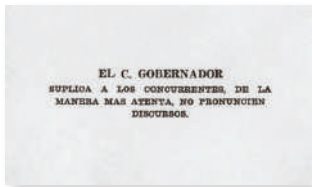






En mayo, como consecuencia de las primeras lluvias, nacen los **gusanos de maguey**, cada vez más escasos. Antes se comían asados y envueltos en tortilla con un poco de salsa y guacamole, hoy, la cultura de “freír” los lleva a la sartén con aceite.

# Del nacionalismo a la mesa: Un menú con historia



La ostentación de la riqueza se refleja muy bien en la opulencia de los banquetes. Para el que organiza el banquete, es una forma de poner de manifiesto su riqueza y su fasto. El ofrecimiento del banquete por parte del Gral. Maximino Ávila Camacho, Gobernador Constitucional del Estado de Puebla a todos sus colaboradores, empleados y amigos, en ocasión de su onomástico, denota que los banquetes también se usaron en la política para recompensar a los grupos cercanos al gobernante. El buen humor y la satisfacción que seguía al regio banquete eran sus mejores aliados.

El menú de este banquete es un importante documento histórico y valioso testimonio de la historia del país para estudiar la cocina mexicana, además de un ejemplo de la identidad culinaria regional que, en 1938, existía en la Ciudad de Puebla.

## Menu

Entremes ranchero.

---

Sopa de tortilla u la poblana.

---

Mole de Guajolote.

---

Chiles rellenos en nogada.

---

Frijoles refritos con totopos.

---

Postre:

Flan con helado y fruta. (Arlequin)

---

Cerveza, Pulque  
y Agua mineral (Tehuacan).

- JUNIO - AGOSTO -

*“Si Aristóteles  
hubiera guisado,  
mucho más  
hubiera escrito”*

Sor Juana Inés de la Cruz

(Respuesta de la poetisa a la muy ilustre

Sor Filotea de la Cruz)









Desde junio y hasta agosto, las mazorcas de la primera siembra sufren de la podredumbre dejada por la lluvia y con ella aparecen los **huitlacoche** o **cuitlacoche**, hongos negros adheridos a los elotes tiernos, que constituyen uno de los manjares de la región y se complementan con las rajadas de chile poblano, ya en producción para ese momento, granos de elote y a veces costillitas de cerdo.

- JULIO - SEPTIEMBRE -

*“Después de  
mondadas 40 nueces  
grandes, se tuestan  
al comal, se muelen  
con jitomates bien  
asados y se ponen a  
la lumbre”*

*“Gallina en Nogada” Manual del cocinero y  
cocinera, Puebla, 1849. p. 234*





Desde finales de julio y hasta mediados de septiembre, la gastronomía recibe al emperador de los platos, el **Chile en Nogada**, aunque por desgracia sus falsificadores abundan todo el año. Los chiles, las frutas, la nuez de Castilla y la granada sólo se consiguen frescas en los meses señalados.

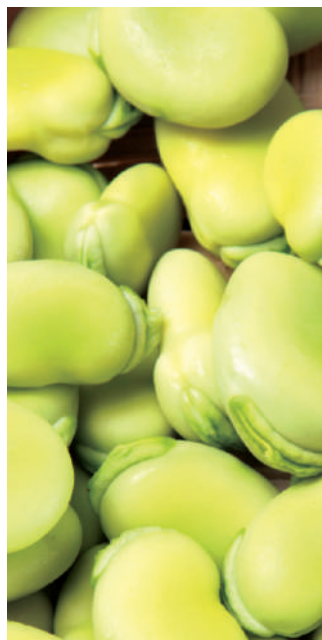


- AGOSTO -

*“¿Qué podemos saber  
las mujeres sino  
filosofías de cocina?  
Bien dijo Lupercio  
Leonardo, que bien  
se puede filosofar y  
aderezar la cena”*

Sor Juana Inés de la Cruz  
(Respuesta de la poetisa a la muy ilustre  
Sor Filotea de la Cruz)









En agosto se cosechan también los **elotes tiernos**, las **habas** y otras **legumbres** propias del consumo popular.

- SEPTIEMBRE -

*“El hombre es un  
animal que cocina”*

James Boswell







En septiembre, mes de la Patria, se dan cita todos los antojitos conocidos, así como el **chileatole** en sus diversas presentaciones. Este atole de elote tierno y chile poblano con bajo picor, es propio de beberse ya entrada la tarde.

# El arte de los sabores

José Agustín Arrieta (Santa Ana Chiautempan, Tlaxcala 1803 - Puebla, Puebla, 1874) fue un pintor cuyo obra pictórica se centra en escenas costumbristas de la Ciudad de Puebla en el siglo XIX y una gran variedad de bodegones o naturalezas muertas.

Las naturalezas muertas retratan objetos efímeros de la vida cotidiana, como alimentos y utensilios en espacios domésticos. El género surgió en Holanda y adquirió popularidad en España, llegando a México hacia el siglo XVIII.

Los bodegones de Arrieta son auténticas ventanas a la historia de la gastronomía y las mesas poblanas del siglo XIX, pues muestran ingredientes y platillos locales, así como alimentos reservados a las mesas de casas privilegiadas. Además, la calidad pictórica de este pintor permitió representar con gran detalle las texturas de varios materiales como el barro, la loza común, la loza blanca vidriada conocida como Talavera, el cobre, el bronce y las cestas tejidas, junto a materiales finos como la porcelana, tanto europea como asiática, y el cristal.



En el primer bodegón podemos observar el minucioso detalle que realizó el pintor al imitar los reflejos del cristal en los vasos, las copas de las botellas de vino, así como el característico brillo del vidriado de los jarritos de barro, comunes en todas las casas poblanas y producidos en el “Barrio de la Luz”.

El segundo bodegón retrata fielmente la variedad de alimentos típicos del “Día de Muertos”. En él se encuentran objetos como un candelero de bronce que porta una vela apagada, discreta alegoría del fin de la vida, una fuente de cristal para las frutas y un par de botellas de vino. Entre los alimentos encontramos la tradicional hojaldra o “Pan de Muerto” decorada con ajonjolí, y un plato con “Dulce de Calabaza”, cada vez más difícil de encontrar. De las frutas de temporada hay mandarinas, manzanas y calabaza de Castilla. No podía faltar la flor de cempasúchil, cuyo nombre en náhuatl significa “flor de veinte pétalos”, la flor por excelencia para esta celebración.







- OCTUBRE - NOVIEMBRE -

*“De golosos y  
tragones están llenos  
los panteones”*

Dicho popular





Desde mediados de octubre y hasta finales de noviembre la gastronomía poblana recibe al tercer personaje de temporada, el **huazmole**. Este mole preparado con espinazos y caderas de chivo sacrificados en Tehuacán, es una tradición heredada de las costumbres de la trashumancia española fusionadas con las semillas del guaje, una leguminosa de la región y el chile serrano seco. Además la modernidad ha

ofrecido otras modalidades, los **espinazos** fritos o al ajillo y las **caderas** al horno en mostaza picante.

La temporada de Todos Santos también aporta un sinnúmero de panes como las hojaldras y guisos para ofrendar a los muertos, los dulces de platón, como el **punchi de maíz azul** y **alfeñiques de azúcar** en formato de calaveritas.



- DICIEMBRE -

*“Como es un  
lenguaje, muchas  
veces no lo  
entendemos. Comer y  
respirar es lo único  
que hacemos desde  
que nacemos”*

Ferrán Adriá









En diciembre aparecen las fusiones de los productos ultramarinos, en especial el **bacalao** en sus diversas salsas, siendo la vizcaína la más popular, aunque con diversas interpretaciones. Las mesas navideñas y de fin de año se adornan con ensaladas de **betabel**, **jícama** y **cacahuates tostados**, las **piernas de cerdo** al horno y los **romeritos en mole poblano**. Dos productos son agregados por la mano mesoamericana: los **ayocotes**, frijoles grandes, guisados y adobados y los **chilpotles** rellenos de queso y capeados.

# SABORES PARA TODO EL AÑO

Todo el año la Ciudad de Puebla hace honor a su fama: “tres cosas come el poblano, cerdo, cochino y marrano” en alusión a la industria derivada de las tocinerías del Siglo XVI. La carne de cerdo es consumida en diversas formas, en tacos de *carnitas* fritas en manteca, cueritos y los más preciados de cabeza de cerdo, donde se seleccionan por buche, cachete, lengua, oreja y los de



vísceras. La cabeza del cerdo también se consume en *pozole blanco*, granos de maíz *cacahuazintle* hervidos conjuntamente y condimentados con cebolla, orégano molido, lechuga y rábanos.

Uno de los símbolos poblanos adoptados el siglo pasado, son las chalupas. Éstas, preparadas en la zona de los lavaderos de Almoloya, consisten en una pequeña tortilla frita en manteca, casi sancochada, bañada con salsa y adornada con cebolla y carne deshebrada. El origen de este popular antojito poblano se funde con la leyenda.

Las chalupas llegaron a la Nueva España probablemente como modo de comer de los vascos inmigrantes, quienes ya tenían en su haber la “txalupa”, platillo que permitía su relleno por ser similar a una barquita personal para pescar y que aún existe en los bares ibéricos. Aunque tomó residencia en varias partes del occidente mexicano, en Puebla tuvo otras influencias, posiblemente derivadas por el paso de Catharina de San Juan, conocida como “La China Poblana” en la Puebla del siglo XVII. Catharina era una princesa hindú llamada Mirrah que fue secuestrada y llegó a Puebla en calidad de esclava. En su país existe el “puri” una tortilla preparada de la misma forma a la chalupa actual.



Otros alimentos que se consumen todo el año son las cemitas, originales de Puebla, y las tortas *compuestas*, que consisten en pan de agua relleno con infinidad de guisos y carnes. Las cemitas originales nacieron en el antiguo Mercado La Victoria y se rellenaban sólo de aguacate criollo, de hueso grande con todo y cáscara, chilpotles en vinagre y queso fresco de cabra.





Molotes, tostadas, memelas, picadas, quesadillas de flor de calabaza y chicharrón prensado o *tlales*, pelonas y pambazos, entre otros, son antojitos que se ofertan al calor de un comal, en portones de casonas del Centro Histórico. Todo el año abundan guisos caseros como el mole de zancarrón y el almendrado, el entomatado, los chiles fingidos, adobo, manchamanteles, pipianes rojo y verde, mole de epazote o chilate y tamales de harina cernida rellenos de queso, rajitas, carne o pasas y crema.

Finalmente están los dulces típicos, herencia virreinal de los conventos poblanos. Estas golosinas se preparan con pasta de almendras, dulce de leche o pepita de calabaza, con rellenos de compotas de frutas o envinados, entre otros. Además de los célebres “camotes de Santa Clara” destaca el rompopo una crema de yemas de huevo y alcohol que hace la delicia de los pobladores y todos aquellos visitantes de la Ciudad de Puebla.





Los últimos en arribar son los *tacos árabes*, mal llamados así por el origen de las familias que los introdujeron, libaneses y sirios, quienes a principios del siglo pasado impusieron la costumbre del *kebab*, carne de cordero en una varilla, que el sincretismo local cambió por el cerdo y la salsa de chilpotle especiada.

La gastronomía de Puebla inunda los cinco sentidos y se aprecia mejor cobijada por la historia de esta bella ciudad fundada en 1531.







# UN GRAN REGALO: LA CASA DE ALFEÑIQUE

Cuenta la leyenda que una bella y distinguida poblana, prometió desposarse con su novio si éste lograba cumplirle un curioso capricho: construirle una casa de dulce. Pero ¿cómo se construye una casa de dulce? El amor que él sentía por ella lo llevó a encontrar la respuesta, construyendo una bella casa poblana de tres niveles en la esquina de las actuales calles de la 4 Oriente y 6 Norte, decorada con un bello trabajo de argamasa con motivos vegetales. La delicadeza de este adorno era tal, que asemejaba el dulce de alfeñique, una antigua golosina elaborada con pasta de azúcar y aceite de almendras dulces.

Parece que la llamada desde entonces “Casa de Alfeñique” cumplió su propósito, ya que la leyenda dice que la dama se casó con el novio y vivieron felices para siempre.



# El dulce sabor de Puebla



Las monjas del convento de Santa Clara de la Ciudad de Puebla adquirieron gran fama durante el siglo XVIII, debido a que se dedicaban a la elaboración de dulces de leche, mazapanes y sobre todo, del célebre camote. Actualmente en la calle donde se encuentra el convento, existe un sinnúmero de establecimientos que ofertan una rica variedad de estos dulces, continuando con la tradición arraigada desde el pasado virreinal.

Pero seguramente se preguntará desde cuando se le llama Calle de los Dulces. Se sabe que desde 1852 existía en esta calle una dulcería, siendo la única en este rumbo. En 1891 se vendían tortas de Santa Clara, elaboradas por las monjas de ese convento y para 1892 ya se habla de un expendio de camotes y tortas de Santa Clara. A partir de estas fechas se empiezan a ubicar diversas dulcerías, logrando que la calle sea conocida como la Calle de los Dulces. En el siguiente listado se muestra la gran oferta que puede encontrar en las dulcerías típicas situadas en esta calle.

### **Alegrías**

Hechas de amaranto tostado, preparadas con piloncillo o panela para endulzar y limón, al morderla se despedaza en la boca.

### **Besos de nuez, piñón, coco o leche quemada**

Dulce de leche en forma de bolitas con sabor a nuez, piñón, coco o leche quemada cubiertos de azúcar.

### **Bocados de Coco**

Dulce de coco rallado, preparado con harina y azúcar, en forma de bolitas blancas espolvoreadas con canela.

### **Borrachitos**

Dulces cremosos hechos de harina y licor, espolvoreados con azúcar. Pueden ser de sabores como limón, piña, fresa y rompope

### **Buñuelos**

Masa de harina preparada con agua que se fríe en aceite. Se acompañan con almíbar de frutas.

### **Caballito/cerditos de panela**

Galleta crujiente elaborada con panela.

### **Cacahuates garapiñados**

Cacahuates sin cáscara que se cubren con azúcar caliente.

## Camote

Tubérculo cristalizado preparado con almíbar, puede ser de varios sabores.

## Ciruela rellena de almendra

La ciruela rellena de una masa suave elaborada con almendra.

## Cocada

Dulce horneado de coco rallado, canela, mantequilla y leche.

## Cocada dorada

Dulce tostado de coco rallado, canela y mantequilla.

## Cremitas

Postre tradicional hecho de leche, vainilla, canela y fécula de maíz.

## Dátiles rellenos de nuez con canela

Dátiles rellenos de nueces y espolvoreados con canela

## Duquesa

Dulce que consiste en una oblea suave hecha de coco rallado rellena de merengue.

## Domingueras de coco

Especie de cocada suave elaborada con coco, piña y leche.

## Fruta cubierta

Frutas (piña, calabaza, chilacayota, camote, higo, pera y naranja) sumergidas en almíbar de azúcar o piloncillo para endulzarlas y conservarlas.

## Gaznate o caracol

Dulce que consiste en una lámina enrollada de harina frita, rellena de merengue.

## Gallitos de pepita

Dulce de pepita de calabaza elaborado con leche, azúcar y colorante. Con la pasta fría y pintada con colorantes, se hace gallitos.

## Jamoncillo

Dulce de leche combinado con pasta de semilla de calabaza.

## Limones rellenos de coco

Limones cocidos y cubiertos con almíbar rellenos de cocada.

## Macarrones

Dulce alargado hecho de leche y vainilla con textura suave y consistencia cremosa.

## Merengues

Dulce hecho con clara de huevo batida y pulque.

## Muéganos

Hechos de harina de trigo, fritos en aceite vegetal y cubiertos de caramelo de azúcar y piloncillo.

## Muéganos de horno

Hechos de harina de trigo, naranja y miel de abeja. Cocidos en horno.

## Obleas

Coloridas láminas delgadas de trigo endulzadas con jarabe de maíz, en la orilla se les coloca semillas de calabaza sin cáscara.

## Marinas y novias de nuez, piñón o leche quemada

Dulce de leche en forma de bolitas con sabor a nuez, piñón o leche quemada, decoradas con nuez

## Polvorones

Originario de España, este dulce de cacahuete y harina es muy similar al polvorón sevillano.

## Picones

Dulce a base de camote saborizado con frutas, enfriado en un molde.

## Polvorón sevillano de almendra

Polvorón elaborado con harina de trigo y almendra.

## Tortitas de Santa Clara

Galletas de harina con cubierta de dulce de pepita de calabaza, leche y agua.

## Trufa

Dulce de pasta de trufa rebozado en cacao en polvo o en granillo de chocolate.

## Turrone

Masa dulce dura o suave obtenida por la cocción de miel o azúcares, a la que se incorporan almendras peladas y tostadas.

# Entre colorados, bizcochos y conchas



México es reconocido a nivel mundial por su gran variedad de panes dulces y la Ciudad de Puebla no es la excepción. A continuación le presentamos una lista de panes tradicionales, tanto dulces como salados, que podrá degustar en las panaderías de la ciudad.

### **Cemita de manteca**

Pan crujiente de migajón suave con ajonjolí en la tapa.

### **Cemita de agua**

Pan crujiente en forma de rombo alargado que se elabora en diversos tamaños, desde chico hasta grande.

### **Cemita de piso**

Pan crujiente elaborado con manteca, más dorada que la cemita tradicional. Para cocerla en el horno, en lugar de usar charola se utiliza salvado o semilla.

### **Chimisclán**

Pan similar al cocol cubierto de miel.

### **Cocodrilo**

Pan elaborado de forma similar a la cemita pero de forma alargada, de la que toma su peculiar nombre

### **Cocol de anís**

Pan en forma de rombo elaborado con agua de azahar y anís que se barniza con huevo para su cocción y se decora con ajonjolí.

### **Cocol de pasas**

Pan en forma de rombo, relleno de pasas y decorado con ajonjolí.

### **Cocol de panela**

Pan en forma de rombo en cuya preparación se sustituye el uso del azúcar por la panela.

### **Cocol de queso**

Pan en forma de rombo, relleno de queso y decorado con ajonjolí.

### **Colorado**

Pan elaborado a base de harina de trigo, cubierto con azúcar o caramelo color rojo.

### **Concha**

Pan tipo bizcocho, decorado con una mezcla de manteca y azúcar sabor chocolate o vainilla.

### **Hojaldra**

Pan a base de harina de trigo, agua de azahar y decorado con ajonjolí que se prepara únicamente durante noviembre, también se le conoce como "pan de muerto".

## Picón

Pan redondo que se conforma de dos partes: La base es la parte dorada por el horno, hecha a base de harina, levadura, azúcar, mantequilla, nuez o canela. La tapa es la parte que se revienta al ser horneada y es elaborada con harina, azúcar y manteca.

## Tortas de Agua

Pan hecho a base de harina de trigo, untado con una mezcla de agua y harina antes de hornear.

## Torta de manteca

Pan hecho a base de harina de trigo que integra la manteca en lugar del agua en su preparación.

## Baile de anís o de azúcar

Pan plano en forma de medio óvalo preparado con anís/azúcar. También se le conoce como “limpiauñas”.

## Pan de chancla

Pan alargado de consistencia suave, y migajón compacto que va cubierto con harina.

## Capitonado

Pan de dulce con forma redonda, que en los bordes se le forma una “corona” con la masa y va espolvoreado con harina.

## Rehilete

Buñuelo o “pan estirado” relleno de crema pastelera con un toque de alcohol y cerrado sobre sí mismo.

## Chamberina

Pan redondo elaborado con manteca, espolvoreado con azúcar, y dorado en la parte superior.

## Novia

Pan dulce elaborado con manteca, de forma ovalada y espolvoreado con azúcar.

## Cerillos

Pan dulce elaborado con manteca, de forma alargada y decorado con gragea roja en un extremo.

## Diablos

Masa tipo bizcocho decorada con caramelo o gragea roja, que va



enredada sobre sí misma. Una vez horneada se rebana para obtener diez o doce piezas de pan.

### **Rosca de reyes**

Pan a base de harina de trigo, decorado con higo y acitrón cristalizado. Se prepara tradicionalmente el 6 de enero para celebrar el “día de reyes”. En su interior se coloca uno o varios “Niño Dios” de juguete

### **Rascabuche**

Especie de cocol alargado y pequeño, de consistencia dura y con sabor a panela.

### **Pambazo**

Pan de consistencia suave, de forma redonda y cubierto de harina.

### **Borrachitos**

Pan tipo bizcocho embebido en jarabe con alcohol.

### **Roles de canela**

Tradicionales roles con canela que a veces también llevan jarabe envinado.

### **Cuernos**

Pan elaborado con manteca y sal, en forma de cuerno. Antiguamente se rellenaban con una mezcla de queso añejo y azúcar.

### **Tejamanil**

Pan elaborado con manteca y sal, de forma rectangular.

### **Rejas**

Pan elaborado con manteca y sal, en forma de reja.

### **Rosca**

Pan elaborado con manteca y sal, de forma circular.

### **Recortado**

Pan rectangular tipo bizcocho cubierto con chocolate, coco o grageas de colores.

### **Ojos de pancha**

Pan redondo de migajón, apastelado en el centro y con capas de hojaldrado en el borde.



AHORRES  
2x10  
KILOS

# Mercados



4 poniente entre 11 y 13 norte  
Lunes a domingo: 8:00 - 19:00 h

# MERCADO DE SABORES POBLANOS

Comida Típica



**Mercado “5 de Mayo”**. 16 Poniente entre 5 y 7 Norte

**Mercado Carmen Serdán “La Acocota”**. 16 Norte entre 4 y 6 Oriente

**Mercado Melchor Ocampo “El Carmen”**. 21 Oriente entre 2 y 4 Sur

**Mercado Nicolás Bravo “El Parral”**. 9 Poniente entre 9 y 11 Sur

**Mercado Venustiano Carranza**. 4 Poniente entre 11 y 13 Norte

Horario: 7:00 - 19:00 h



ARCHIVO  
HISTORICO  
MUNICIPAL.  
ESTE ANUARIO DE  
LA H. PUEBLA DE Z.  
SEBE SU PRESENIA A  
LAS EXPUSIONES DE LOS  
SIGUIENTES EXPOSICIONES:  
Amoroso DON PASCUAL  
LOPEZ DE VILLALBA  
ACTIVO DE LA INDUSTRIA  
COMERCIAL GARCIA GONZALEZ  
DE LOS RIOS DE LA PUEBLA  
Lic. DON MARIANO  
HERNANDEZ DE ENRIQUETA  
Y VENTA PARA VENTA  
DE LA PUEBLA  
Y  
Lic. DON ENRIQUE  
GOMEZ HERRERA  
DIRECTOR DEL MUSEO Y  
MUSEO DE LA PUEBLA  
DE LA PUEBLA DE Z.  
EL H. AYUNTAMIENTO  
MUNICIPAL DE ENRIQUETA  
A FAVOR DE LA PUEBLA  
PROTECTOR DE LA PUEBLA  
Y EN AGRADECIMIENTO A  
LA TRABAJO DE INVESTIGACION  
Y ENRIQUETA  
H. PUEBLA DE Z.  
14 de Julio 1977.





# Memorias

del Buen Comer

DOCUMENTOS DEL ARCHIVO MUNICIPAL DE PUEBLA PARA LA HISTORIA DE LA GASTRONOMÍA

# Memorias del Buen Comer

DOCUMENTOS DEL ARCHIVO MUNICIPAL DE PUEBLA PARA LA HISTORIA DE LA GASTRONOMÍA

El Archivo Histórico del Ayuntamiento de Puebla guarda entre sus documentos la memoria de más de cuatro siglos de historia, arte y cultura de la ciudad. La exposición "Memorias del Buen Comer" mostró por primera vez documentos que permiten acercarnos a la historia gastronómica poblana, a partir de información que registra los usos, costumbres, ingredientes y prácticas culinarias desde 1601 hasta 1931. Durante meses, la curadora de la exposición, Lilia Martínez y Torres, revisó cientos de libros de Cabildo y expedientes para ubicar los documentos que aquí presentamos y que son un primer acercamiento a una historia que aun está por escribirse, pero que gracias a este esfuerzo empieza a ver la luz.

Veinte y cinco 7 - V. 28  
Mas Surtimientos de  
Cacaos anna cada  
uno Montando esse  
y quatro añ \_\_\_\_\_ V. 12  
Mas Mas @, de cacao  
Con frotado adrese y que  
No son @, Montan  
Veinte y siete y que  
No añ \_\_\_\_\_  
Mas rum bocadillo \_\_\_\_\_ V. 3



**1601.** Año del registro del sello o “pintadera” perteneciente a Diego Llorente. Libro con “pintaderas” hasta el año 1631, quedando registradas un total de 113. Trata sobre:

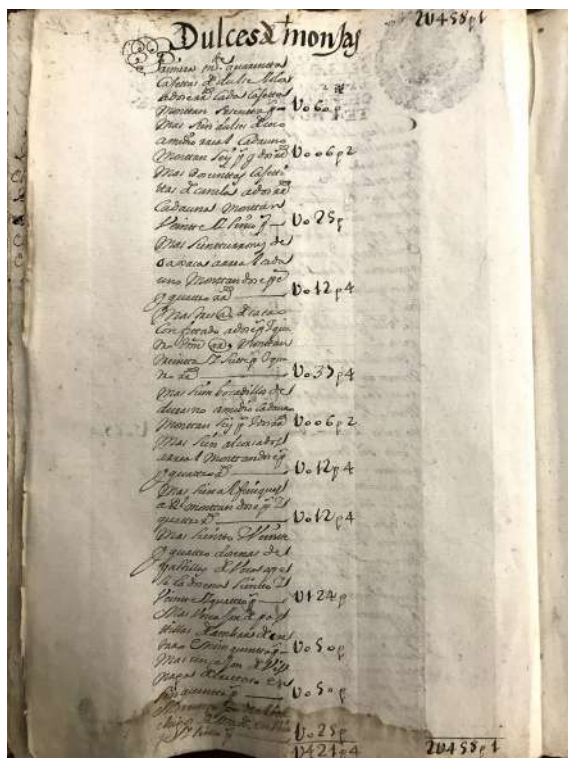
*Expedientes relativos al gremio y oficio de panadería. (varios años).*

Debido a los abusos que algunos panaderos y revendedores de pan cometían, las autoridades establecieron los sellos o “pintaderas” con las que se marcaba a cada pan, esto, para regular su peso, calidad, precio fijo y distribución. Además, a los panaderos y revendedores se les obligaba a publicar las cantidades de pan que ofrecían por cada unidad o fracción monetaria. Aunque fue en 1594 cuando se hizo pública la primera ordenanza que indicaba como obligatoria la matrícula o registro para la venta y distribución del pan, fue hasta 1601 que se llevó a cabo.



**1696.** Se muestra la lista de gastos y prevenciones para el banquete del virrey José Sarmiento y Valladares, destacando la preferencia de los “Dulces de las Mojas” por su notable sabor y gran variedad. El documento trata sobre la: *Memoria y Relación Jurada de Gastos que hizo La Comisión, en la Muy Noble y Muy Leal Ciudad de los Ángeles.*

Se detalla el recibimiento y hospedaje del Excelentísimo Conde de Moctezuma, 32° Virrey de la Nueva España y las personas de su asistencia. En la comitiva de 235 personas, estaba su esposa e hijo, y entre otros, doce reposteros, dieciséis cocineros y criados de cocina. Sin embargo, para el banquete, se preferían los “Dulces de las Mojas”, tales como: cajetas de dulce, dulce de coco, cajetitas de canela, turrone de Oaxaca, cacao confitado, bocadillos de durazno, alcorzados, alfeñiques, pastillas de vaca, biznaga de Querétaro, albérchigos de México, pastillas de ámbar, ollas de conserva de olores y diversas frutas, tejocotes cubiertos entre otros.



## AGMP. Cuentas, vol. 1.

**1746.** Documento que evidencia la gran variedad de alimentos servidos a los Virreyes en los banquetes. También, el cuidado y la atención que se ponía en preparar la mesa. Se muestra:

*La cuenta de lo gastado en la Ciudad de la Puebla, en el recibimiento del Excelentísimo Juan Francisco de Güemes, 41º virrey de la Nueva España.*

Se detalla el uso de: "Palitos de dientes, flores, frutas, dulces y varias menudencias para la mesa. Para las suculentas viandas están enlistados 62 carneros, 10 terneras, 6 venados, 10 docenas de conejos, 400 pichones, 1500 pollas, 200 gallinas, 35 cabritos, 50 cochinitos, 100 capones, 48 guajolotes, 262 sartas de bobo ahumado y de atarraya, 200 sartas de mojarra. Aparte de los fideos, verduras, quesos, frutas, especias, vinos y el infaltable cacao para preparar en chocolate.

Sección para el Virrey de Nueva España...	U 30.20
...	U 10.00
...	U 20.00
...	U 20.00
...	U 18.00
...	U 28.00
...	U 15.00
...	U 45.00
...	U 20.00
...	U 30.00
...	U 25.00
...	U 18.00
...	U 50.00
...	603.13

**1805.** Libro donde se muestra un menú diario: Desayuno, A medio día y Cena de la noche, donde se aprecia lo completa y compleja que era la cocina virreinal.

Cuenta de Cargo y data de los gastos erogados en el tiempo que estuvo en esta Ciudad La Real Expedición de la Vacuna. Como ejemplo, se presenta lo servido el día 29 de septiembre: Desayuno: molletes, pan, leche, mantequilla y café. A medio día: pan, dos sopas, puchero con verduras y gallina, principio de pechuguita, principio de ternera claveteada, principio de higaditos, fritura de costillitas, asado de pollo, asado de carnero, ensalada cruda, como postre un plato de frutas. Cena de la noche: pan, ensalada cocida, dos guisados, asado de pollo, plato de frijoles y asado de carnero.

*Día 29 de Set. de 1805*

Café de la noche 1/2 onza de azúcar 2 libras 25 cts.	0 2 90
Pan y Pichon y Mantequilla de Castaños 1 lb.	0 1 10
<u>Monedero de Oro</u>	
pan de 2 Sopas a 6 cts.	0 2 11
Puchero un p. de Verduras un p.	0 2 11
una Gallina p. el Puchero 1 lb.	0 1 11
por un principio de Pecho Guindo un p.	0 1 11
uno de la ternera claveteada un p.	0 1 11
uno de los higaditos un p.	0 1 11
un plato de chicharrón un p.	0 1 11
asado de pollo un p. uno de carnero un p.	0 2 11
ensalada cruda 1 lb. de la cauda 3 cts. Apibidillo	0 1 11
Postre un p. Fruta de Castaños 3 cts.	0 1 11
<u>Probacion de Polvora de Buena</u>	
por un Tazon Condo en vino 2 libras	0 3 11
por dos postres de Verduras claveteada a 6 cts.	0 1 11
por dos Tazones de Buena a 12 cts.	0 3 11
<u>Cena de la noche</u>	
pan de 2 Guisados y Pulpeto un p.	0 1 11
asado de pollo un p. choro de un p.	0 2 11
asado un p. ensalada cruda 1 lb. de la cauda 3 cts.	0 1 11
asado de carnero un p. Fritura de	0 1 11
1 onza de azúcar de la noche	0 1 11
Castañas 1 lb. Concha un p.	0 1 11
<u>Suma del día de la fecha</u>	
01 06	
14 06	
08 40	
07 11 1/4	
<u>33 95 1/4</u>	

*Día 29 de Set. de 1805*

Molletes y Pan de Leche 1 lb.	0 0 90
Mantequilla 3 libras 25 cts. Café de Castaños 1 lb.	0 1 10
<u>Monedero de Oro</u>	
pan 3 cts. p. de Sopas a 6 cts.	0 1 11
Puchero un p. de Verduras un p.	0 2 11
Gallina p. el Puchero 1 lb.	0 1 11
por un principio de Pechuguita un p.	0 1 11
uno de la ternera claveteada un p.	0 1 11
uno de los higaditos un p.	0 1 11
Fritura un p. de costillitas un p.	0 2 11
asado de pollo un p. uno de carnero un p.	0 2 11
ensalada cruda 1 lb. de la cauda 3 cts. Postre un p. Fruta 3 cts.	0 1 11
1 onza de azúcar de la noche	0 0 11
Castañas 1 lb.	0 0 11
<u>Cena de la noche</u>	
pan 3 cts. una ensalada cruda 1 lb. de la cauda 3 cts.	1 11 2
por dos Guisados a 6 cts.	0 2 11
asado de pollo un p. fritura de	0 1 11
Castañas 1 lb. asado de carnero un p.	0 1 11
<u>Suma del día de la fecha</u>	
0 2 01	
14 06	
0 9 90	
<u>22 97</u>	

**1822.** Documento que muestra lo ofrecido a Agustín de Iturbide donde se incluye el pulque y las tortillas enchiladas, como platillos representativos de la gastronomía mexicana; con cuenta de los gastos que se han hecho en Palacio para la familia de S.M.I. Agustín de Iturbide desde el día 4 de diciembre hasta el día 12 del mismo.

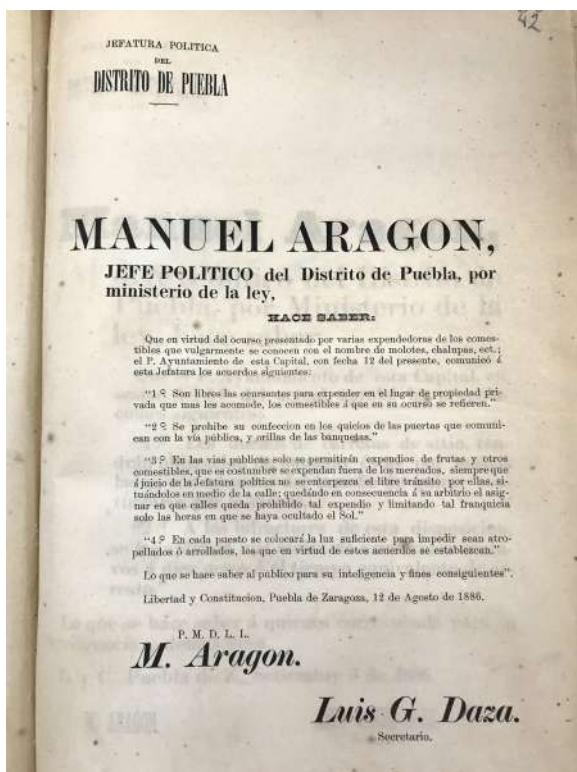
El documento muestra los alimentos que se compraron durante los días que duró la visita y su costo. En días 4 y 5 se consumió lo siguiente: Día 4: Carnero, pollo, carne de puerco, pan, chocolate, postre, pulque, conserva y fruta, tortillas enchiladas, huevos, sesos y chorizos y vino. Día 5: Carnero, chocolate, pan, leche, tortillas enchiladas, pollos, gallinas, postre, pulque, pichones, vino, café, carne de puerco, fruta y conserva.

Suma de la Cuenta .42. a %	
1/2 de Chocolate y Leche	00 2
Café	00 0
1/2 de	00 0
Tortillas Enchiladas	00 4
1/2 de Pulque y Leche	00 2
1/2 de Agua y una gallina	01 7 1/2
De la tienda	01 5
Vino de Tortillas	00 3 1/2
1/2 de	00 0
2 de	00 0
1/2 de	02 1
1/2 de	00 0
<b>Día 4</b>	<b>19 5</b>
1/2 de Carnero	05 0
1/2 de	02 0
Carne de Puerco	01 0
Chocolate	01 0
Postre y Pan de Chocolate	00 2
Café y 1/2 de Pulque y Leche	00 0
1/2 de Agua y una gallina	01 7 1/2
Tortillas y Chucarro	00 4
1/2 de	01 0
De la tienda	01 4
De la Plaza	01 0
Conserva y fruta	01 0
Vino de Tortillas	02 7 1/2
<b>Día 5</b>	<b>19 2 1/2</b>
1/2 de Carnero	05 0
Carne de Puerco	01 0
1/2 de	02 0
Chocolate	01 0
1/2 de Agua y una gallina	01 7 1/2
Leche y pan para el chocolate	00 2
Café y 1/2 de Pulque y Leche	00 0
Tortillas Enchiladas	00 3
De la tienda y Plaza	02 0
Vino de Tortillas	02 7 1/2
1/2 de	01 0
Chucarro y Leche	00 4
Conserva y fruta	01 0
<b>Suma de la Cuenta</b>	<b>18 1/2</b>
	<b>38 1/2</b>
	<b>00 50</b>

## AGM. Disposiciones Municipales, vol. 5, fol. 32r, 1886.

**1886.** Los molotes y chalupas que todavía seguimos consumiendo en los zaguanes de las casas se degustaban ya en la Puebla del siglo XIX, demostrándose la permanencia en el gusto poblano por esta clase de antojitos mexicanos en el bando que se muestra y que a la letra dice:

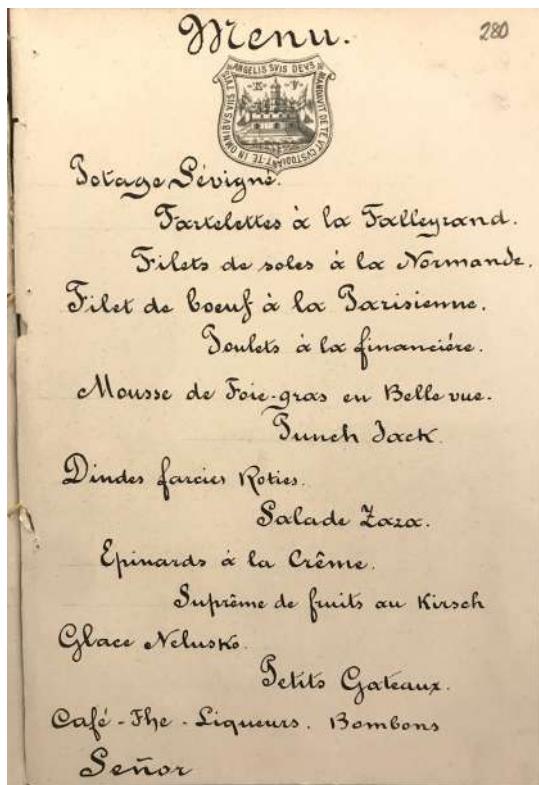
Manuel Aragón, Jefe Político del Distrito de Puebla, por ministerio de la ley, Hace saber: Que en virtud del ocurso presentado por varias expendedoras de los comestibles que vulgarmente se conocen con el nombre de molotes, chalupas, etc.; el P. Ayuntamiento de esta Capital, con fecha 12 del presente, comunicó a esta Jefatura los Acuerdos siguientes: "1°. Son libres las concursantes para expender en el lugar de propiedad privada que más les acomode, los comestibles á que en su ocurso se refieren." "2°. Se prohíbe su confección en los quicios de las puertas que comunican con la vía pública, y orillas de las banquetas."



**1901.** Menú ofrecido en el banquete con que se agasajó al presidente Porfirio Díaz en su visita a Puebla, preparado por "un cocinero cordón blue" y para 250 personas, el que se sirvió en el Palacio Municipal. El documento que se exhibe trata sobre:

La comisión especial nombrada para el arreglo de las fiestas en honor del Señor Presidente de la Republica; y en él se estipula que el Señor Giacopello, dispondrá el banquete siendo por su cuenta el adorno de las mesas del mejor gusto posible. Que en el servicio de mesa habrá cristal, porcelana, cubiertos, servilletas y demás accesorios de la mesa de la mejor calidad posible. Que el cocinero será un cordón blue y la mesa será servida por treinta meseros bien vestidos.

El menú, desde el idioma hasta los platillos, presenta una clara orientación francesa, debido a que, durante el Porfiriato, los profesionales gastronómicos de Cordón Blue entre otros, llegaron a nuestro país.



## AGM. Disposiciones Municipales, vol. 2, fol. 78v - 79r.

**1918.** Inventario de la Casa antigua del Rastro, detallando cada una de sus secciones, como de la Casa Empacadora. Esto da cuenta del orden que se tenía en un inmueble tan importante para la ciudad, como era el Rastro, lo que se puede apreciar muy bien en el: Inventario general de los bienes muebles e inmuebles del Municipio de Puebla Capital del estado del mismo nombre, formado por el presidente Municipal.

En el documento se inventaría desde la Administración, el Pesadero, el Matadero, los Carros Repartidores y la Casa Empacadora con sus diferentes departamentos, como el primer patio, Departamento de Reses, Departamento de Vísceras de Reses, Departamento de Carneros, Departamento de Pieles y Departamento de Cerdos.

Departamento de Vísceras de reses	
Un jaulón hecho de tejamanil.	\$ 30.00
Un tanque de hierro.	30.00
Crucos distribidos de alambres.	20.00
Departamento de Carneros.	
Un jaulón de 20 metros de largo por 5 1/2 de ancho hecho de lamina con 2 mangos de cristal y armazón de hierro con su respectiva tuberia para agua.	150.00
Tres puertas raja de hierro.	60.00
Una puerta de madera forrada de tela impermeable.	10.00
Otra instalación de rieles con 3 ganchoes.	150.00
Doz pedras pintadas de verde con sus respectivos ganchoes.	10.00
Doz pasavitas e coladeras para cubrir los caños del pavimento.	225.00
Una palama de carpenteria de hierro.	10.00
Departamento de Pielos.	
Un jaulón hecho de lamina y armazón de madera con su correspondiente tuberia para agua.	300.00
Tres depósitos de calibrante revestidos de cemento para agua.	150.00
Una calabala de madera que se utiliza para el aceo de los pieles.	20.00
Un banchido de alambres y pavimento de boca corriente.	50.00
Un asfaldado con pavimento de boca corriente.	50.00
Departamento de Cerdos.	
Un jaulón de 20 metros de largo por 10 de ancho con tubia de lamina y armazón de hierro.	1000.00
Una puerta de madera pintada de verde.	15.00
Una mesa de madera de 5 metros de largo por uno de ancho.	20.00
Una mesa provisional de trabajo de las mismas dimensiones que la anterior.	10.00
Un tanque de hierro dividido.	50.00
Doz pedras grandes con sus respectivos.	200.00
Tres pedras chicas de esta sola una tiene perforación.	1500.00
Doz cascabeles de madera.	20.00
Doz tapas.	50.00
Una raja que sirve para pedras con sus ganchoes.	5.00
Doz tanques de calibrante para agua.	30.00
Tres ventanas de alambres.	0.00
	En la media \$ 12,800.00



1931. Menús conmemorativos que presentaron diversos hoteles y restaurantes, relativos al:

Programa de los concursos para celebrar el IV Centenario de la fundación de la ciudad de Puebla y todos sus relacionados.

El menú del Restaurant Morelos con su "servicio a la carta", muestra los alimentos que se ofrecían en los restaurants: Desayunos, Sopas, Huevos, Platillos diversos y Cervezas. En el desayuno se nota que el chocolate todavía era un alimento indispensable para empezar el día. Que las sopas eran aguada y seca. Los huevos con una gran diversidad de complementos y preparaciones, siendo la carne el alimento principal, más los frijoles y el dulce o postre; y como complementos la cerveza, junto al Agua de Tehuacán y el vino tinto.

Hotel Reforma.-



Menú

RESTAURANTE MORELOS

COMITÉ DE LA CIUDAD DE PUEBLA  
ABRIL 23 DE 1931  
ASOCIACIÓN DE ESTADISTAS

DESAYUNOS.

Chocolate grande Francesa.....0.70	Huevos con tomate.....0.50
Chocolate chico.....0.40	" " Chorizo.....0.60
Chocolate a la Española.....0.40	" " Jamon.....0.75
Cafe con leche y pan.....0.30	" " Lomo.....0.60
Avena con leche.....0.40	" a la Española.....0.50
Corn Flakes con leche.....0.40	" al plate.....0.50
Hot Cakes.....0.30	" Mancheros.....0.50
Yaso de leche.....0.15	
The sole.....0.20	

SOPAS.

De ajo con un huevo.....0.50	Milanesa con papas.....0.60
De macarron a la Italiana.....0.50	Milanesa de filete.....0.60
De macarron a la Francesa.....0.50	Jamon Frio o frito.....0.75
	Filete Inglesa.....0.64
	Filete Española.....0.60
	Filete con Champignon.....0.75
	Chorizo con salsa.....0.40
	Ensalada compuesta.....0.30
	Frijoles refritos.....0.25
	Frijoles con chorizo.....0.40
	Frijoles con sardinas.....0.50
	Dulce o Postre.....

HUEVOS.

Fritas en tortilla.....0.50	
Pasados por agua.....0.30	
Tortilla a la mexicana.....0.45	

CERVEZAS.

Cerveza medias.....0.35	ctvas.
" cuartos.....0.25	"
Agua de Tehuacan medias.....0.30	"
" cuartos.....0.20	"
Vino Tinto.....1.25	botella.....1.25

CERVECERIA MODELO, S.A.





**CHILE**  
EN NOGADA

*RADIOGRAFÍA*  
DE UNA  
**IDENTIDAD**





Emblemático, tradicional y contemporáneo. Así es el Chile en Nogada, platillo tradicional de la cocina poblana, con personalidad inigualable y una variada y rica mezcla de ingredientes que sólo se conjugan, de forma natural, entre julio y septiembre.

Sin lugar a dudas existen sabores y texturas inolvidables en la cocina mexicana, bocados deliciosos que el tiempo convierte en manjares. Sin embargo, son pocos aquellos cuya historia permanece vigente en la memoria de quienes los preparan, comen y disfrutan. Por estas razones, la vida y leyenda de los Chiles en Nogada ha traspasado el paladar y se ha convertido en un representante de la gastronomía poblana y nacional que combinar sabores y olores con una vistosa presentación. Esta galante presencia es el resultado de ingredientes combinados de forma perfecta. El rojo de la granada salta a la vista, sobre el blanco de la nogada, que cubre el capeado que abraza al verdor de la torneada figura del chile poblano con su inimitable y curvada punta.

Pero ¿qué hace de este platillo un hito de la gastronomía? La respuesta va más allá de las leyendas. El Chile en Nogada es resultado de la mezcla de productos endémicos con los traídos desde Europa y Asia desde la conquista: el chile poblano, los frutos y la carne de res y de puerco provenientes de Europa, la granada y la nuez de Castilla, que aunque son productos asiáticos, llegaron en barcos españoles a la Nueva España, además del jerez, la leche, el queso de cabra que dan la textura tan especial a la nogada.

Hablar de la preparación del Chile en Nogada resulta complejo, en especial por la ardua labor de varios días para pelar y picar la fruta para el relleno y limpiar la nuez, elemento clave para preparar la famosa salsa. Otro reto es asar, limpiar y desvenar los chiles para rellenarlos y capearlos, sin que se salga su relleno y pierdan la forma. Por último, se desgrana la granada, casi al momento de servirlos, para que no pierda su frescura. Así es como este tradicional platillo toma su forma y color.



Sin embargo, cuando un Chile en Nogada llega a la mesa es imposible no pensar en la leyenda, que nos traslada al final de la Independencia, describiendo la visita de Agustín de Iturbide a Puebla en su camino a Veracruz, coincidiendo con la celebración de su santo, el 28 de agosto. Por esta razón, la tradición popular ha dicho que las monjas del convento agustino de santa Mónica le sirvieron el tradicional platillo, decorándolo con los colores de la bandera trigarante: verde, blanco y rojo. Aunque poco hay de cierto en esto, porque Iturbide visitó la ciudad de Puebla entre el 2 y 5 de agosto de 1821, además de que hasta la fecha no se ha encontrado algún documento que narre lo ofrecido en los banquetes en esta ciudad.

Al sumergirse en la historia de la gastronomía mexicana, podemos descubrir que la primera mención a la nogada, que podría ser el antecedente de la actual, está descrita en el libro de cocina de un fraile, Gerónimo de San Pelayo, elaborado hacia 1780.

La presencia de esta salsa a base de nuez para acompañar pollo o pescado, no resulta ajena en los manuales de cocina hasta el siglo XIX, al igual que los chiles rellenos con una gran variedad de picadillos e ingredientes.

Una importante mención de chiles rellenos en Nogada aparece en el Nuevo Cocinero Mexicano en forma de diccionario, impreso en 1909, donde se dice que a los chiles desvelados se les debe rellenar con picadillo de carne de puerco, cubrir con nogada y adornar con granos de granada.

Sin lugar a dudas el Chile en Nogada desborda y despierta pasiones, tanto que es probable que varias familias poblanas se peleen por la autoría o pertenencia de la receta original, así como por defender la idea de fueron las monjas agustinas quienes cocinaron por primera vez dicho manjar. Aunque sin importar si fueron los ángeles, las monjas o las familias más antiguas de la ciudad los creadores de este inigualable platillo, los poblanos y visitantes no pueden evitar elogiar la creación de los Chiles en Nogada y esperar con ansia que comience la temporada.

¡Pásele, pásele!

temporada de

## ✦ CHILES EN NOGADA ✦

Ingredientes de primera calidad provenientes de geografías y climas particulares como Calpan, San Martín Texmelucan y Tehuacán, les otorgan sabores, olores y texturas tan propios que hacen del Chile en Nogada un platillo exquisito. En el buen hacer del chile se combinan magníficamente su contenido interior con el exterior que en suma son encuentros llenos de sabor.

### EL CHILE POBLANO

Conocido también como “chile de tiempo”, por ser cultivado solo una temporada del año, con un diámetro de 8 a 15 cm de largo, color verde oscuro con piel brillante y elástica perfecta para el relleno, además de olor herbal y sabor ligeramente agrio que lo distingue de otros chiles.





## EL RELLENO

Durazno criollo, manzana panochera, pera de leche, plátano macho, almendras, pasas, carne de res y carne de puerco. Todo en conjunto freído con jitomate, ajo, cebolla, sal, pimienta y canela.



## EL CAPEADO

El chile es sumergido en harina y huevo batido para después ser frito en aceite.





## LA NOGADA Y EL TOQUE FINAL

Preparada con nuez de Castilla, leche, crema, queso de cabra, azúcar y jerez. Como complemento y adorno, granada y perejil, lo cual muestra un platillo con colores de tradición.



# CHILE *en Nogada*

UNA HISTORIA CON MÁS DE TRES COLORES

La necesidad de definir lo nuestro, aquello que nos represente, que nos caracteriza y que nos de identidad, ha sido una constante en México desde la consumación de la Independencia.

Esto ha motivado la creación de obras arte, leyendas, fiestas y bailes que hoy viven en nuestra memoria como recuerdos de un México lleno de colores, lentejuelas, tipos populares, canciones, personajes y platillos. Todo esto buscando reafirmar lo que hoy llamamos identidad nacional. En este contexto, el Chile en Nogada y Mole Poblano encabezan la lista de platillos de la gastronomía poblana que han logrado posicionarse en la memoria, corazón y paladar de México.

Hablar del Chile en Nogada resulta siempre una buena oportunidad para comprender la forma en la que los imaginarios colectivos y populares han contribuido a enaltecer el sabor, color y forma de un platillo que hoy identificamos como símbolo nacional. Cuando llega a la mesa es imposible dejar de pensar en la leyenda que nos traslada al final de la Independencia en 1821. Según las leyendas, acuñadas con el paso de los años, el día en que Agustín de Iturbide visitó Puebla en su camino a Córdoba, Veracruz, para firmar los tratados de la Independencia de México, coincidió con la celebración de su santo, el 28 de agosto. Por esta razón, la tradición popular ha dicho que las monjas del convento agustino de santa Mónica, madre de San Agustín, le sirvieron el tradicional platillo, decorándolo con los colores de la bandera del Ejército Trigarante: verde, blanco y rojo.

Sin lugar a dudas, el Chile en Nogada desborda y despierta pasiones, tanto, que es probable que varias familias se adjudiquen la autoría o pertenencia de la receta original, así como defender la idea de fueron las monjas agustinas quienes cocinaron por primera vez dicho manjar. Sin importar quién creó este inigualable platillo, los poblanos y visitantes no dejan de elogiarlo y esperar con ansia que comience la temporada.



D. AGUSTIN DE ITURBIDE,

Libertador de México.





# DÉLICE

Réseau des villes gourmandes du monde  
network of good food cities of the world



# DÉLICE

Network of great food cities of the world

## Puebla, una ciudad Délíce Network

**Délíce Network** es una red internacional de ciudades gastronómicas creada en 2007.

Las ciudades miembro se reúnen para intercambiar conocimientos, ideas y experiencias para fortalecer su identidad gastronómica.

Puebla fue la primera ciudad **Délíce Network** de América Latina desde 2012.

Puebla es parte de esta red por ser una ciudad con tradición gastronómica que innova y educa a las nuevas generaciones.

### Ciudades Délíce Network:

Aarhus (Dinamarca)	Kobe (Japón)
Barcelona (España)	Lausana (Suiza)
Birmingham (Reino Unido)	Leipzig (Alemania)
Burdeos (Francia)	Lisboa (Portugal)
Bruselas (Bélgica)	Lyon (Francia)
Cabo Vinelands (Sudáfrica)	Madrid (España)
Chicago (Estados Unidos)	Mérida (México)
Gotemburgo (Suecia)	Montreal (Canadá)
Guangzhou (China)	<b>Puebla (México)</b>
Helsinki (Finlandia)	Riga (Letonia)
Hong Kong (China)	Stavanger (Noruega)
Izmir (Turquía)	Torino (Italia)



# PUEBLA

COLECCIÓN "THE TASTE OF A GREAT FOOD CITY"

MEMBRO DE DÉLICE NETWORK



## MOLE POBLANO

Salsa espesa hecha de una mezcla de chiles, chocolate, fruta, especias y semillas



## CHILE EN NOGADA

Chile Poblano, relleno de fruta y carne, capeado y con una salsa de nuez de Castilla, queso y vino de Jerez

### QUE PROBAR ?



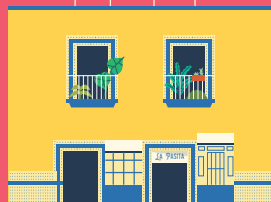
100 Variedades de dulces típicos se venden en la tienda de dulces mas antigua de Puebla



### MAS DE 30

Se pueden encontrar mas de 30 variedades de antojitos en las calles de la Ciudad

## 1916



Apertura de la tradicional cantina "La Pasita"

SABÍAS QUE?



El tradicional Chile en Nogada es un platillo de temporada, que se sirve entre los meses de julio y septiembre

A DÓNDE IR?



Encontrarás mas de 40 tiendas de dulces tradicionales en :  
**LA CALLE DE LOS DULCES**

SÓLO EN... PUEBLA



La gastronomía de Puebla tiene influencia Prehispánica, Española y Asiática

## EVENTOS CULINARIOS

FESTIVAL DEL MOLE  
Cada año

FERIAS PATRONALES DEL CENTRO HISTÓRICO  
Cada año

## **Autores**

Jesús Manuel Hernández: *Calendario*

*Gastronómico*

Lilia Martínez y Torres: *Del nacionalismo a la mesa, Memorias del Buen Comer,*

Fabián Valdivia Pérez: *El Arte de los Sabores, Un gran regalo: La casa de Alfeñique,*

*El dulce sabor a Puebla, Entre colorados, bizcochos y conchas, Chile en Nogada:*

*Radiografía de una Identidad*

## **Créditos fotográficos**

Ignacio Alberto Vega Sánchez: 2

José Pérez Torrealba: 70

Andrés Lobato Bonilla: 92

Daniel Paredes: 6, 9, 10, 13, 14, 17, 18, 19, 23, 24, 25, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 35, 36, 37, 39, 40, 43, 44, 45, 47, 48, 49, 50,

51, 52, 53, 54, 55, 57, 58, 62,

Fabian Valdivia Pérez 45, 56, 66, 68, 69,

72 - 81

Secretaría de Cultura y Turismo del

Gobierno del Estado: 28, 82

## **Fuentes documentales**

Archivo General Municipal de Puebla: 72 - 81

Fototeca Lorenzo Becerril: 20, 21,

“*Este arroz ya se coció*”



**PUEBLA**  
LA COCINA DE MÉXICO  
2022-2025

Se terminó de imprimir en 2022, en la Ciudad de Puebla, México. Patrimonio Mundial UNESCO. El tiraje consta de 1,000 ejemplares. El cuidado de la edición estuvo a cargo del Instituto Municipal de Arte y Cultura de Puebla.





# Contigo y con rumbo



## PUEBLA

LA COCINA DE MÉXICO

2022-2023

