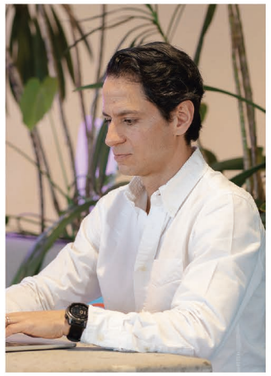
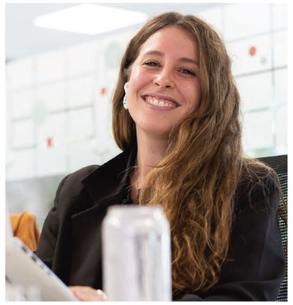
VOL.
39
www.mivalledor.com
COMPRAS
MI VALLEDOR
MV
¡¡¡SABORES!!!





FEMSA: **somos uno** con nuestra gente

Somos más de 360,000 colaboradores en nuestras Unidades de Negocio alrededor del mundo. Estamos comprometidos con el desarrollo integral de nuestra gente; creamos entornos de trabajo respetuosos, inclusivos y participativos; proporcionamos condiciones de trabajo dignas, y brindamos apoyo esencial para su bienestar.
Con responsabilidad hacia las personas, las comunidades y el ambiente, **nuestra fuerza reside en actuar juntos**.

Consulta: **informeanual.femsa.com**

FEMSA

CASETA DE COBRO

AL ADQUIRIR ESTA REVISTA ESTÁS AYUDANDO A UNA PERSONA QUE VIVE EN SITUACIÓN DE CALLE O EXCLUSIÓN SOCIAL, QUE DESEA MEJORAR SU CALIDAD DE VIDA.

LOS VALEDORES COMPRAN CADA EJEMPLAR A $10 Y LO VENDEN EN $50, OBTENIENDO ASÍ UN INGRESO CONSTANTE Y LEGÍTIMO. PARTICIPAN DE FORMA ACTIVA EN LA GENERACIÓN DEL CONTENIDO DE CADA NÚMERO Y SE CAPACITAN CONTINUAMENTE PARA DESARROLLARSE COMO VENDEDORES INDEPENDIENTES.

MV Manifiesto Mi Valedor

Creemos en el medio impreso como resistencia, y en el amor como acto político; en el vagar como derecho y en el arte como forma de vida...

Apelamos a una cultura visual centrada en ideas significativas de lo cotidiano, desde lo misterioso hasta lo evidente.

Creemos en hacer cambios verdaderos desde la comunidad, micropolíticas que tengan un eco global.

Abordamos la problemática social, pero también la belleza de nuestro complejo país.

Combatimos la pobreza, la discriminación y la exclusión de la vida callejera.

Cuestionamos el día a día a conciencia, desafiando paradigmas sociales y culturales.

Queremos contagiar compasión, empatía, para asumir juntos la responsabilidad de afrontar el tema de la vida en las calles.

Creemos en los medios de comunicación alternativos como una solución para desarticular opresiones y patrones violentos.

Somos un medio de divulgación que eleva muchas voces.

Alentamos a otros a tomar acción e inventar un futuro más justo.

Pertenecemos a la Red Internacional de Periódicos y Revistas Callejeras, presente en 35 países y 114 ciudades del mundo.

International Network *of* Street Papers

MV La esquina de Mi Valedor, Vol. 39, es una publicación editada y distribuida por el Centro Creativo y de Reinserción Mi Valedor A.C., Atenas 32, int. 11, Col. Juárez, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P.06600. Es parte de un modelo de trabajo social que impulsa la reintegración social y laboral de personas en situación de vulnerabilidad, quienes se unen al proyecto como valedores; esta revista es su herramienta de trabajo y a través de su venta pueden generar un ingreso de manera legítima. Impresa por Ediciones Sin Resentimiento, en los talleres de Colores Impresos, C. Rafael Ángel de la Peña 89, Col. Obrera, Cuauhtémoc, Ciudad de México. Este número se terminó de imprimir en el mes de agosto de 2026, con un tiraje de 5,000 ejemplares. Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura de la Asociación Civil.

CUADRO DE HONOR:

CONSEJO DIRECTIVO
Cristina Pérez
Diego Ysita
María Portilla
Samuel Bissu

EDITORA EN JEFE
María Portilla

DIRECCIÓN CREATIVA Y DISEÑO EDITORIAL
Éramos Tantos

EDICIÓN DE TEXTOS
Jimena Acevedo
Montse Reyes

CONSEJO EDITORIAL
Sonia Madrigal
Tonatiuh Cabello

TRABAJO SOCIAL
Andrea de la Cruz
Arturo Soto
Cristina Pérez
Dalthon Rangel
Elihu Sánchez
Mateo Rivera
Yonebay García

COMUNICACIÓN
Arturo Soto
Eduardo León

ASESORÍA LEGAL
Alan Piñón
Bissu Abogados

ADMINISTRACIÓN
Adriana Sofía Márquez
Elihu Sánchez

COLABORADORES
Alberto Mata
Arturo Lara
Bob Schalkwijk
Carlos Icaza
Carlos Villasana
(Ciudad de México en el Tiempo)
Cristina Simons
David Blanc
Emigdia Hernández
Enrique Medina
Francisco González
Gloria Mujica
Jorge Pedro Uribe
Josué Ismael Martínez
Lilian Bernhardt
Manuel Cerón
Moisés Gómez Chávez
Montse Reyes
MODO, Museo del Objeto
Paulo Tinoco
Yazmín Soto

FOTO DE PORTADA
Arturo Lara (@fotoflama)
Encuentro anual de pachucos.
Salón Los Ángeles, CDMX

IMPRESA POR
Ediciones Sin Resentimiento

COPAMEX

reproscanner

u-Storage

AGRADECEMOS EL APOYO Y COLABORACIÓN DE

Fundación Homeless México A.C

8
RULETEANDO
Sabores del Centro (que ojalá nadie más reseñe)
Jorge Pedro Uribe Llamas

12
A FALTA DE TORTILLAS, PAN
El costo oculto de la industria alimenticia
Montse Reyes

14
DATOS BREVES
Datos que enchilan...

16
Chiles al borde de la extinción

19
JUNGLA DE CONCRETO
Elogio a los tacos
David Blanc

24
La edad de oro

31
VALEDOREANDO V
Gloria Mujica

32 V
DE LA CALLE PARA EL MUNDO
Casa valedora

34 V
DE LA CALLE PARA EL MUNDO
Pedacitos de sabor

36
INSP: HERMANOS DEL MUNDO
Bancos de alimentos para mascotas en Australia
Lilian Bernhardt

38
VALEMIX
Salsa mexicana
Carlos Icaza

42
El cuarto de los tiliches

44
Figuras del barrio

OJO:
Cuando veas este símbolo, presta singular atención: es un valedor quien ha escrito el texto o tomado la foto. V

¡Contáctanos!
contacto@mivaledor.com
www.mivaledor.com
Tel. 55 5546 9562

Mi Valedor
MiValedormx
mivaledor
mivaledor
mivaledormx

La mismísima epístola

Cada persona tiene una relación específica con el sabor. El primer jefe godín que tuve, por ejemplo, bajaba por un litro de atole cada vez que las cosas no iban bien en la oficina. Mal augurio era verlo llegar con el vaso blanco y el bigote manchado. Él sí ejercía en automático aquello de que las penas con atole son menos. O, por ejemplo, el caso de mi tía-abuela Pelusa. Su amor por los tamales y las enchiladas era tal que hacía ejercicio —que no le gustaba nada— para no tener que privarse de ellos. Con esa mentalidad, habría que ir por la vida haciendo sentadillas todo el día, pues los antojos en México son demasiados. Caminar por casi cualquier calle abre el apetito. La variedad de ingredientes, las texturas complejas, el picante que mantiene al cerebro alerta y nos engaña a comer de más, los rituales que rodean las mesas y las cocinas hacen que comer en México sea un privilegio. No por nada la cocina tradicional mexicana es Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad UNESCO desde hace más de quince años. Basta poner un pie fuera de la frontera y comparar un poco para darse cuenta de que aquí dentro tenemos algo valioso.

El sabor siempre ha sido parte fundamental de la experiencia humana. Metáforas y lecciones morales aparte, ya el Sermón de la Montaña lo decía con su característica dosis de melodrama: algo soso o insípido no sirve sino para tirarlo fuera y que lo pisotee la gente. Pero, ahora sí, recurriendo a la metáfora, el sabor no solo está en la comida. También está en el movimiento de las caderas —en la pista de baile o fuera de ella—, en la relación del gusto con los otros sentidos, en el humo, en la música rica como las salsas que preparamos para el Valemix de esta edición, en el erotismo, en el arte.

Y al mismo tiempo, en el tema del sabor no todo es deleite. La cultura gastronómica y los hábitos alimenticios han cambiado mucho en las últimas décadas. Una dieta diversa y balanceada, con ingredientes de buena calidad, hoy es privilegio de unos cuantos, mientras que la comida ultraprocesada está al alcance de todos. Esto ha traído, desde luego, los problemas de salud que ya todos conocemos... por no mencionar el desastre ecológico. Por eso hacemos un llamado a recuperar las dietas sostenibles basadas en ingredientes locales.

Algunos de estos temas ya los hemos tratado en nuestras ediciones gastronómicas anteriores (*La República del Platón*, 100% hecha por valedores, y en la reciente edición *Jijos del Maíz*). Así pues, intentaremos compartir otros deleites y reflexiones en estas páginas, mientras nos bebemos lentamente un vaso de atole de guayaba, convenciéndonos de que las cosas van bien, bastante bien... según el ángulo donde se miren.

Jimena

FOTOS
Francisco González (x2), Alberto Mata, Enrique Medina. Mercado de La Merced, CDMX

FOTOS
Alberto Mata (x3). Mercado de La Merced, CDMX; **Arturo Lara.** III Sección del Bosque de Chapultepec, CDMX

FOTOS
Alberto Mata (x2). Centro Histórico, CDMX; **Francisco González (x2).** Mercado de La Merced, CDMX; **Enrique Medina (x2)**. Col. Merced Balbuena, CDMX

FOTOS
Francisco González (x6). Mercado de La Merced, CDMX

RULE
TEANDO

TEXTO
Jorge Pedro Uribe Llamas

Sabores del Centro

(QUE OJALÁ NADIE MÁS RESEÑE)

Alguien publica en un grupo de vecinos: *¿Trabajas en el Café Bagdad? ¡Me gustaría que apareciera en una prestigiosa revista! Estoy intentando contactar a alguien que administre/trabaje/sea dueñ@ o tenga un conocido que labore ahí. Los números que aparecen en Google están fuera de servicio, lo mismo que los registrados en 040 y no he recibido respuesta en redes sociales.*

No pos guau. Está *intentando* contactar. Por teléfono y en redes sociales. O es una persona muy joven o muy grande. Yo creo lo segundo, por aquello de «dueñ@».

El caso es que alguien le contesta: «Podrías ir, echarte un café y preguntar por el encargado». École. Un buen reportero —a decir verdad, cualquier reportero— está obligado a acudir al lugar de los hechos, digo yo. No puede saltarse esa parte. Lo que me deja pensando en la calidad *periodística* de tanta reseña que se consume a diario en Internet.

(Perdón, persona que escribió ese mensaje en Facebook, no es nada personal, no te conozco y yo mismo me dediqué añísimos a reseñar lugares en prestigiosas revistas cometiendo mil errores. Pero también puede ser que estés postrad@ en cama y no puedas desplazarte *hasta* el Centro Histórico; en ese caso, me disculpo si incurrí en postrafobia.)

Otro comentario: «Déjalo así, los parroquianos locales agradecemos que no se haya gentrificado».

Ay.

Es comprensible. Muchos clientes prefieren mantener su lugar favorito en secreto. ¡Incluso los propietarios a veces! Recuerdo hace dos o tres años en el restaurante Gris, en Tlatelolco, que alguien de los socios me recibió en la puerta con un suspirante y resignado «es que alguien nos hizo una reseña». Ya no se daban abasto y por lo tanto era imposible recibirme sin reserva. Les había caído el chahuistle en forma de *hype*.

Y es que embeces la bida no es como keremos. Que te recomienden en una prestigiosa revista o uno de esos tictoqueros chonchos sí que puede ayudarte, pero a la vez quitarle el sabor al changarro. Y si no, pregúntenle al Califa de León sobre la Ribera de San Cosme…

Con esto en mente, he decidido compartir con ustedes una lista de comederos que quizá Chat GPT todavía no *conozca*. Ojalá se quedara así, pero ya sabemos que no. Todos ellos están en el Centro y la gran mayoría en la parte norte, que es donde vivo. Esa es la única pista, pues no pienso poner direcciones, soy egoísta.

Aunque, claro, siempre se puede googlear o marcar al 040. ¡Salgamos de nuestro estado de postración *online*!

El Venadito

Casi nunca puedo ir porque cierra jueves y domingo, que son los días en los que por alguna razón tengo más antojo de suadero. Suavecito y grasoso. Son tacos pequeños con doble tortilla y salsa roja que no pica tanto, a 14. También de nopal, a 10. Y el refresco cuesta 25. El localito se encuentra supercerca de la Coliseo y uno no puede evitar preguntarse por qué no está aquí todo el gringuerío que sale de las luchas los sábados. Será el horario raruno, de cuatro a nueve. O sea, ni para comer ni para cenar, sino todo lo contrario. Hasta donde sé, es la única taquería del Centro con pura buena reseña en Google ¡y cinco estrellas!

Lecaroz La Vasconia

Luego se nos olvida que en las panaderías también puede haber loncherías. Para muestra, un botón en la calle 5 de Febrero. Mejor dicho, una Joya. Pero en el caso de La Vasconia, recientemente asociada con Lecaroz, se trata de un dato poco difundido. Hasta ahora. (¿No les cae gordísimo cuando el reseñador se pone en plan descubridor? «Ahora les voy a mostrar un lugar que nadie conoce.» ¡Par favar!). Yo que tanto batallo para encontrar dónde desayunar los domingos sin tanto gentío, agradezco la existencia de esta lonchería que sirve chilaquiles aguados, hechos al aventón, pero por lo mismo sabrosos, con un toque clásico. Chilaquiles de infancia, de mamá, de los que a todos nos gustan. Los fijoles refritos igual, al aventón, aguados, riquísimos. Todo barato, veloz, cumplidor. Como de fonda de don Guillermo Prieto. Larga vida a este sitio que, hagamos changuitos, puede que se convierta en un clásico. Tipo El Popular, aunque sin lo chino. Pero ¿dónde está lo chino del Popular?

Cafetería El Colegio

Donceles parece ser la calle de los cafés: Emiliano's, Café del Centro, el desaparecido Río, Mandrake y por supuesto este al interior del Colegio Nacional. Por afuera no hay letrero ni nada, solo es entrar y asombrarse. Es un lugar silencioso —una inteligencia artificial diría «un remanso de paz»— ideal para trabajar en calma y con calma. No he probado la comida, pero ya el patio del antiguo Colegio de la Enseñanza ofrece un sabor con carácter. El baño diseñado por Teodoro González de León es estupendo para hacer pipí, popó y selfies.

FOTOS
Alberto Mata, Francisco González. Centro Histórico, CDMX

Los 3 sabores D'Fredy

Platillos mexicanos, guatemaltecos y cubanos en pleno minibarrio latinoamericano. Ropa vieja a 100 pesos, masitas a 95, fricassé de puerco a 95 y de pollo a 105, tamales cubanos a 50 la pieza, un mojito a 85, malta venezolana Polar a 65, plátanos con mole a 50, etcétera. ¡Plátanos con mole! También hay arroz congrí, obviamente. Eso es todo lo que se necesita saber. Qué hay y cuánto cuesta. Solo un dato más: en la banqueta un banner exhorta «vuelve pronto», que, ojo, no es lo mismo que «vuelva pronto».

Volovanes del Metro Allende

Es un señor con su canasta en la banqueta sur de Tacuba, entre Motolinía e Isabel, aunque a veces también se pone a la vuelta sobre Chile casi Donceles y hasta en Balderas. Bueno, no sé si «ponerse» sea el verbo, pues más bien anda en distintas partes. Es un ambulante literalmente, de esos raros que tal vez no pagan derecho de piso. En mi cotidiano andar hacia y desde el Metro Allende suelo verlo de pie, cargando su mercancía con el puro antebrazo, y me siento tranquilo. El mundo no cambia mucho, las rutinas y movimientos del universo le brindan a uno un cierto orden. Pero cuando no lo veo, hasta me preocupo, al grado de que una vez le pedí su teléfono. Me gusta comprarle volovanes hawaianos para dárselos a mi amigo Brandon, pues le recuerdan a su Chapingo era.

Mesón Belisario

Mi fonda de confianza adonde acudo hace años a disfrutar su sopa de huitlacoche, pechuga empanizada, sopa de lentejas, conversación con mi amiga nonagenaria María de la Luz, baño limpio, bonhomía de los dueños, música que no aturde… Y, lo mejor, nunca gasto más de 150 pesos ya con propina. El sazón es notable y los ingredientes bien escogidos, se nota. Me encanta, es mi lugar seguro. Por eso, no quiero que nadie más lo reseñe. Ya he dicho antes que soy egoísta. Pero también un poco tarambana, pues en realidad ya todo el mundo conoce este lugar en la zona.

FOTOS
Alberto Mata (x2), Enrique Medina. Centro Histórico, CDMX

La Hidalguense

Tortería que ya ha sido reseñada un montón, pero siento que de un tiempo para acá los reseñadores la han ido olvidando, supongo que porque no tiene redes sociales ni teléfono. Y se come de pie. Además, casi no se mueven dólares en esta calle. Lo que sí se mueve es la extorsión, permitida o incluso alentada por las «autoridades». Hace poco me tocó ver cómo funciona. Alrededor de 300 pesos cada martes. Pasa un muchacho alegre a cobrar. El tortero pone un gesto resignado, suspirante, como la socia del Gris. Las tortas de lomo y de pierna son las famosas, pero a mí me gusta la de chile relleno. Todas valen la pena, pues parte del encanto está en la salsa apetitosa y picante. Buen tamaño y buen precio, ¿qué más quieren?

Mercería Hermi

Sí, es una mercería. Pero también sirve para comer ricas flautas. En cuanto entras, te llaman la atención todas esas personas sentadas en bonitas sillas a lo largo y ancho del local. Como muy prehispánico. Más bien, una mezcla de Ripstein con Aquí nos tocó vivir, solo que con smartphones. De hecho, aceptan transferencias. En ese sentido, están más avanzados que la Cineteca. ¿O ya aceptan tarjeta? Hace siglos no voy, desde que una vez no pude comprar mi boleto por no traer efectivo. Aparte de egoísta, soy rencoroso.

Tacos de canasta Los Gatos

Aquí no son rencorosos. Son tepiteños y están hechos de otra sustancia. Picosos, fibrosos, muy dignos. Como los tacos de canasta que preparan aquí. Pero ¿dónde es aquí? Resulta que son dos negocios llamados igual, uno a un lado del otro. La típica historia de familiares que se pelean… Un tal César Santiago Ibarra Carmona lo aclara todo en Google: La razón por la que hay buenas y malas reseñas es que los tacos del Gato no es un lugar, son dos, y en uno saben buenos y en otro son muy grasosos y saben horrible. Aunque hay gente a la que le gusta más así. De todas maneras, como se intercalan los días, por eso a veces la confusión.

¡Que vivan las reseñas que no aparecen en prestigiosas revistas!

Jorge Pedro Uribe Llamas
(Ciudad de México, 1980) es escritor y periodista especializado en la Ciudad de México. Es autor de los libros *Crónicas de la verdadera Conquista* (2022), *Novísima grandeza mexicana* (2017) y *Amor por la Ciudad de México* (2015), entre otros. Actualmente es conductor y guionista de la serie *Ciudad infinita* para Canal Once.

FOTOS
Enrique Medina (x2). Centro Histórico, CDMX

TEXTO
Montse Reyes

EL COSTO OCULTO
...DE LA INDUSTRIA ALIMENTICIA

Cada semana tiramos comida: el jitomate que se escondió en el cajón hasta crear vida propia, las tortillas que se hicieron duras, la fruta que "se puso fea"... Esto podría parecer pequeño e inofensivo, pero cuando millones de personas hacen lo mismo todos los días, el resultado es catastrófico.

La ONU calcula que a nivel mundial se desperdician alrededor de 1,000 millones de toneladas de alimentos cada año. Esto equivale a casi una quinta parte de toda la comida que existe. Mientras tanto, más de 780 millones de personas padecen hambre y una de cada tres enfrenta algún grado de inseguridad alimentaria.

El problema no termina cuando la comida llega al bote de basura, ya que al descomponerse en los rellenos sanitarios se genera metano, un gas que contribuye al calentamiento global y que es mucho más potente que el dióxido de carbono.

Por supuesto, México no se salva. Somos el décimo país donde más comida se desperdicia en el mundo, tirando hasta 30 millones de toneladas de alimentos al año, sobre todo frutas, verduras, pan, cereales y tortillas.

Sin embargo, el desperdicio comienza mucho antes de que los alimentos lleguen a nuestras cocinas. Las mismas cadenas de distribución imponen estándares estéticos muy estrictos. Si las frutas y verduras son demasiado pequeñas (o grandes), no tienen el color esperado o presentan manchas superficiales, pueden ser descartadas aunque sean perfectamente comestibles. Y, aunque mucha de esta comida logra llegar a tienditas y mercados callejeros, otra termina desechándose.

A esto tendríamos que sumarle el impacto ambiental que tiene la industria alimentaria. Producir alimentos implica un consumo altísimo de agua, energía y materias primas. Por ejemplo, tan solo para hacer un litro de refresco se pueden usar hasta 60 litros de agua: de 1.76 a 2.7 litros para el mismo refresco, y el resto para el cultivo y procesamiento de los ingredientes, en especial del azúcar; a esto todavía habría que sumarle el costo de la energía.

Y aunque en teoría en México el agua es un bien público, comunidades y especialistas denuncian su extracción a manos de grandes empresas e industrias, sobre todo en regiones donde el recurso es cada vez más escaso. Esto crea una gran desigualdad, dejando al 24% de los hogares mexicanos sin agua todos los días, pero a las fábricas y compañías que pueden pagar nunca les falta en sus procesos.

También tenemos el problema de los plásticos de un solo uso en los que suelen venderse buena parte de los alimentos, como son las botellas, las cajas plásticas de algunas frutas y los empaques internos y externos, como las bolsas donde viene el cereal. En el mundo, cada año se producen más de 400 millones de toneladas de plástico, pero menos del 10% se recicla, lo que hace que miles de toneladas terminen acumulándose en ríos, lagos, mares y ecosistemas terrestres.

Otra de las grandes dificultades es la presión por producir cada vez más y que siempre haya productos disponibles. En México, organizaciones ambientales y autoridades han documentado casos de deforestación y cambios ilegales de uso de suelo vinculados con la expansión de cultivos de exportación, en especial del aguacate. Es por eso que en lugares como Michoacán se han tenido que lanzar sistemas de certificación para garantizar que los aguacates provengan de huertas confiables y no de terrenos que fueron incendiados o deforestados a propósito.

Así, detrás de cada bolsa de papas, botella de refresco o charola de frutas, hay una historia mucho más grande que la que vemos en el supermercado. Una historia de agua, energía, bosques, sequías, transporte, empaques, contaminación y trabajo humano.

No dejes que ésta se convierta en una nota más que lees y olvidas. Antes de comprar comida, pregúntate si realmente planeas utilizarla y si, tal vez, es posible conseguirla sin empaques plásticos. Comprar a granel en tu verdulería o mercado local impulsará la economía y podría ayudar más de lo que te imaginas al planeta. MV

Montse Reyes
Vive rodeada de palabras, pero de vez en cuando las cambia por música y caminos nuevos. Edita, traduce y cree fielmente que un buen libro puede salvar una tarde.

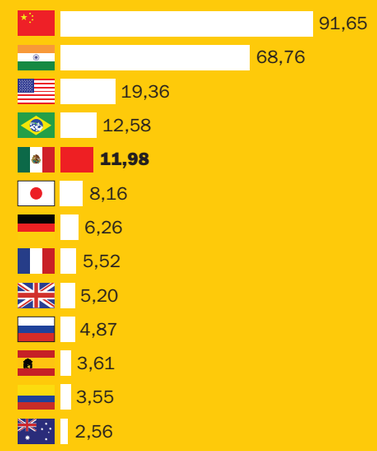
FOTO **Manuel Cerón.** Iztapalapa, CDMX

VALETIPS

- **Compra solo lo que realmente vas a consumir durante la semana.**
- **No le hagas el feo a las frutas y verduras por cómo se ven. Si no tienen hongo, te las puedes comer sin broncas.**
- **Congela los alimentos que no te vayas a comer en los próximos 2-3 días.**
- **Antes de comprar más, revisa qué tienes en el refri.**
- **Lleva siempre tu botella o termo y una bolsa de tela para reducir el consumo de plásticos de un solo uso.**

México ocupa el quinto lugar mundial en cantidad de alimentos desperdiciados, con un total de 11,98 millones de toneladas anuales, y el segundo en desperdicios per cápita, con 94 kilos.

Millones de toneladas anual



Fuente: Índice de desperdicio de alimentos 2021 PNUMA

DATOS QUE ENCHILAN

Ay, ay, ay, ay… es uno de los gritos que más representa a México (no solo en las cantadas, ¡también en las enchiladas!). Y es que en este país comer picante es un deporte nacional, pues dejamos que el chile le agregue sabor a todo: frutas, botanas, salsas, dulces… Hay quienes le ponen chile al chile pa' que pique. Si amas ese ardor glorioso que te hace sufrir, pero siempre te hace volver (¡más veces que la J. Lo con sus ex!), entonces estos datos son para ti:

1 kg

o más llegan a pesar los chiles en nogada que se sirven en temporada en el restaurante Don Lázaro El Viajero, en la CDMX. Así que de agosto a octubre corre a Santa María La Ribera y pide tu chile pa' compartir o pa' llevar.

1986

Fue el año en que Pique, un chile jalapeño verde, representó a México en el Mundial del 86 como la mascota oficial del torneo.

8

o más colores encontrarás entre los chiles, desde varias tonalidades de verde, hasta rojo, naranja, amarillo, marrón, negro, púrpura, blanco, ¡y algunos multicolor!

64

variedades de chiles hay en nuestro país, reconocidos por el Sistema Nacional de Recursos Fitogenéticos para la Alimentación y la Agricultura (SINAREFI)… desde el noble jalapeño hasta el habanero que te hace cuestionar tus decisiones en la vida.

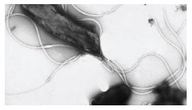
DE 0 A 350,000

suele ir el nivel de picante en México según la escala Scoville, la cual mide el picor en la comida. Así, un pimiento morrón tiene 0 unidades, pero el habanero puede llegar a 350,000 o más.

EN 1, 2, 3

del infierno al cielo. Cuando comes picante, tu cerebro interpreta el ardor causado por la capsaicina como "fuego" y libera endorfinas para contrarrestar el dolor, generando esa sensación de placer e incluso euforia que te hace querer enchilarte otra vez.

6 DE10



mexicanos padecen gastritis; sin embargo, en su mayoría se debe a la bacteria *Helicobacter pylori* y no al exceso de picante. ¡Changos!

2*

México es el segundo lugar en producción de chiles en todo el mundo (debajo de China), así como el principal exportador de chiles verdes. Porque aquí no solo se le come: se le honra, se le presume y se le llora (a veces literalmente).

NOTA: *Del 2° al 4° lugar según el año y la fuente consultada: https://www.gob.mx/agricultura/prensa/mexico-entre-los-principales-productores-de-chile-verde-en-el-mundo-agricultura?idiom=es

¡Ándale, Güero!

ILUSTRACIÓN **Éramos Tantos**

CHILES AL BORDE DE LA EXTINCIÓN

*Investigación de **Josué Ismael Martínez Chavarría**, practicante de Fundación Herdez.

Fotografías tomadas del libro *Los chiles nativos de México* (El Equilibrista), de Ricardo Muñoz Zurita, con la amable colaboración de Fundación Herdez.

Aunque el chile es un ingrediente estrella en nuestro país, hay variedades que están en peligro de extinción porque la gente no las consume o se han abandonado las técnicas y saberes tradicionales para su cultivo. Evitemos esta pérdida biocultural consumiendo en mercados locales y recordando el valor especial que tiene lo cultivado en nuestras tierras. **Cuando un chile desaparece no solo se pierde su sabor, sino años de historia, identidad y saberes agrícolas que han formado parte de la cocina mexicana.**

CDMX (Xochimilco)

El chile Chicuarote también da nombre al gentilicio de los habitantes del barrio de San Gregorio de Atlapulco, Xochimilco, que a su vez inspiraron a Gael García Bernal para su película con el mismo título.

CHILE CHICUAROTE

¿DÓNDE SE USA?
Chile pozonalli (mole típico de la zona), salsas de molcajete y mextlapiques (mollejas o pescados cocidos en hoja de maíz).

Guerrero (Olinalá)

CHILE GALLO-GALLINA

¿DÓNDE SE USA?
Huaxmole (conocido en otras partes como mole de caderas) y el mole de la localidad.

Oaxaca (Valles Centrales)

CHILE DE AGUA

¿DÓNDE SE USA?
Capeados y rellenos, ingrediente del mole amarillito; en San Juan Huixtepec sirve de vaso para el mezcal.

Oaxaca (Cuicatlán)

CHILHUACLE

¿DÓNDE SE USA?
Mole negro.

Oaxaca (Sierra Norte)

CHILE DE ONZA

¿DÓNDE SE USA?
Salsas rojas bien picosas.

Oaxaca (Sierra Mixe)

PASILLA MIXE

¿DÓNDE SE USA?
Se seca en hornos de leña. Es la base de la salsa de pasilla mixe y el chintextle (salsa “seca” que aguanta mucho sin refrigerar).

Oaxaca (Sierra Mixe)

TUXTA O TUXTLA

¿DÓNDE SE USA?
Para acompañar encurtidos, o para añadir sabor a las sopas de guías (de tallos de calabaza y quelites con bolitas de masa).

Puebla (Santiago Miahuatlán)

MIAHUATECO

¿DÓNDE SE USA?
Variedad original y criolla del chile poblano; se usa para el mole miahuateco y el chile en nogada.

Tabasco

OJO DE CANGREJO

¿DÓNDE SE USA?
Salsa preparada al momento, cuando el comensal decide qué tan picante la quiere… El chile se llama así por su mancha morada sobre el color verde claro.

Veracruz (Comapa, Orizaba)

COMAPEÑO

¿DÓNDE SE USA?
Chile silvestre que se usa seco para preparar tesmole de olla, salsa macha, salsa picante para chilaquiles…

ELOGIO A LOS TACOS

TEXTO
David Blanc

FOTOS
Manuel Cerón

1) Me confieso un tragón de tacos. De la cuna hasta la tumba. Podría prescindir eternamente de cualquier otro platillo mexicano —nombre el primero que se le venga a la mente, me da igual—, pero nunca, jamás de los jamases, de un taco. En otras palabras: puedo comer tacos a diario, y si voy con suerte, en las tres comidas del día.

2) No se necesita más que un gesto de humildad para degustar un taco. Sentado o parado, con plato o sin plato, uno debe poner todos sus sentidos al servicio de los sabores para que penetren lo más profundo del alma. Y recorrer con cada bocado el sendero del gozo.

3) Ahora mismo me pregunto por qué me gustan tanto, más allá de su grato sabor que complace mis papilas. Cuando mi mamá estuvo embarazada de mí, según me cuenta, no se limitó en complacer sus antojos gastronómicos. Comió —¿o comimos?— sin disimulo hot dogs, lonches bañados, carne en su jugo, y tantísimos tacos de carne asada, carnitas, chicharrón y deshebrada. Lo llevo en el ADN. Luego

heredé de mis abuelos y padres la bellísima tradición de compartir la vida a través de la comida. Que se convirtió también en mi identidad. Por eso, muchos hitos de mi existencia han sucedido en restaurantes, fondas, cantinas y changarros, siendo las taquerías mis oficinas centrales. En alguna de ellas, por ejemplo, enamoré a mi esposa a través de un método infalible: una gringa comiendo gringas.

4) La taquería a la que le guardo más cariño se llama "El sombrero del charro". Según mi papá, tenían el mejor pastor. Según yo no. Fui tantas veces que llevo su sazón marcado en la piel. Cada fin de semana, mis padres, mi hermana y yo comíamos allí religiosamente. Y cada vez tenían que controlar mi atasque, recordarme hasta el cansancio que no pidiera de más, pues salía muy cara la factura —a mis papás a la hora de pagar, y a mí a la hora de cagar—. En sus mesas altas estilo periquera, a lado de un ventanal que daba hacia la calle, siempre atendidos por nuestro taquero de confianza, la vida nos supo más rica.

No se necesita más que un gesto de humildad para degustar un taco.

5) Distintas maneras de saber que tienes un taquero de confianza. No anota la cantidad de tacos que comiste, cree en tu respuesta. En cuanto llegas, te pregunta: "¿lo mismo de siempre?" No te habla de usted ni de tú. Te llama por un apodo: "¿lo mismo de siempre, güero?" Te recibe con una cerveza fría. Te sirve tan bien los

FOTO **Manuel Cerón.** Col. del Valle, CDMX

FOTO **Manuel Cerón.** Col. del Valle, CDMX

tacos que con uno sale para dos. De vez en cuando te regala el de pilón. No permite que pases más de un minuto sin un taco en tu plato o una cerveza en tu mano. Antes de irte, te da chicles o mentas para que no te apeste el hocico.

6) El taco es Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad desde el 2010. Sostén de la economía changarrera. Rasgo inconfundible de la identidad mexicana. El alimento más democrático del país, pues está en las calles, en el metro, en los estadios, en taquerías, mercados, cantinas y hasta en restaurantes muy pipirisnais. Un camaleón culinario que puede ser tan suave como una oblea o tan crujiente como un cono de nieve. Una obra que en 1979, la artista visual mexicana, Maris Bustamante, patentó. Y una forma inequívoca de expresar amor, que curiosamente también se escribe con cuatro letras.

7) A mi parecer, el taco más sencillo es el taco de sal. Cualquier tortillería que no tenga un salero en su mostrador, valdría la pena denunciar por delitos contra la nación.

8) Y el taco más accesible es el de ojo. Contrario a los demás, este taco es de estricta preparación personal. Nadie más que el que se sabe con apetencia frente a una atracción visual puede invocar la taquería que habita en su mente y arrojarse de lleno a la pasión de sus ojos. En mi gimnasio noto que a la menor provocación los deportistas se echan su taquito de ojo, sobre todo cuando los demás van con las carnes de fuera. En las calles también me encuentro cada tanto un antojadizo que se revienta tres órdenes mientras desfilan piernas sobre el pavimento.

El taco es Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad desde el año 2010.

He visto a varios amigos cercanos que, aun habiendo cenado siete tacos al pastor, tienen un huequito para un taco de ojo. Y no los indigesta.

9) A cada taco le pongo una salsa según su tipo. Tome nota. A los de bistec, costilla, chuleta, arrachera, o cualquier otro corte de carne, les van bien tanto la roja como la verde. Le pongo la que

pica más. Aplica la misma lógica para cualquier taco dorado. Los de pastor, chorizo, longaniza, cabeza, tripa y barbacoa van con salsa roja. También los de mariscos, en especial el sabroso taco gobernador. Los de lechón y carnitas con salsa verde (solo la quesadilla de sesos va con roja). Los de canasta también con verde —¿acaso hay otra salsa para estos tacos?—. Y los de cochinita indiscutiblemente con salsa habanero. Si le agrego queso a cualquier taco, automáticamente va con salsa roja. Punto. No me importa si está de acuerdo o no. Lo único que me importa es que, cualquiera que escoja, le pique rico. Bien dice mi papá: "salsa que no pica, es una mermelada."

FOTOS **Manuel Cerón (x2).** Col. del Valle, Col. Narvarte, CDMX

10) Estar borracho y comer tacos es una bendición. Siempre saben mejor. Bueno, eso creía hasta que probé unos malísimos. Cuando vine a estudiar a la Ciudad de México, la mayoría de mis amigos vivían en Cuajimalpa, cerca de nuestra universidad. A mitad de mis estudios, después de una habitual borrachera desenfrenada, a eso de las cuatro de la mañana, salí con mi gran amigo Luis en búsqueda de tacos para bajonear. Encontramos un puesto callejero abierto, a un costado de una estación policial, a escasos

Bien dice mi papá: "salsa que no pica, es una mermelada".

minutos del puente “El Yaqui”. Montado sobre una estructura de un quiosco de periódicos, el lugar —no puedo llamarle taquería— tenía un comal metálico sobre la barra cuyo centro sobresalía cual meseta, y en los bordes hundidos corrían ríos de un oscuro aceite rancio. Calentaban las tortillas en el centro y ahí mismo sellaban la carne que uno pedía. Todas las veces que fui pedí tacos de longaniza. Todas las veces me supieron culerísimo. Todas las veces me enfermé de la panza, y también las personas que me acompañaron —bajo engaños de un necio borracho—. A todas ellas, les pido una sincera disculpa.

11) Depende del día, la hora y las circunstancias mi respuesta ante la arrogante pregunta: ¿cuál es tu taco favorito? Si me preguntan ahora mismo que bebo un sabroso mezcal ahumado, diría el de pastor. Pero mañana quizás el de arrachera o de longaniza. Siempre tendré una respuesta. Aunque no me

gusta contestar, porque estoy seguro de que la persona que pregunta solo me quiere decir: "¡No mames!, no sabes nada de tacos, dizque muy tragón y todo, pero el mero mero es el de…"

12) Anoche cené unos taquitos de maciza con cuero. Hasta en el nombre distingo la armonía de este divino alimento. Desde que lo pronuncio me saben a una bella eufonía. Por ahí rondan quienes preferirían los de barbacoa. Y más allá los que se decantarían por los de costilla. Lo que realmente importa es alimentar el antojo, si lo entendemos como un deseo que satisface el alma, pues al hacerlo le permite a cualquiera sobrevivir a la inevitable pesadez de la condición humana. Un placer inmediato que acicala la existencia cotidiana. Qué mejor que hacerlo a diario. MV

David Blanc
(Jalisco, 1993). Otro escritor mexicano. Ha publicado crónica, ensayo y cuento en *El Cultural de la Razón*, *Playboy*, *Animal Político*, *Nexos*, entre otros. Dedicado tiempo completo a los placeres de la vida. Mención Honorífica en el 10° Gran Premio Nacional de Periodismo Gonzo.

FOTOS **Manuel Cerón (x4).** Col. del Valle, Col. Narvarte, CDMX

FOTO **Arturo Lara.** Bosque de Chapultepec, CDMX

La edad de ORO

1. La Ciudad de México en el Tiempo.
Vista del restaurante del Bazar del Sábado, Patio San Ángel (ca. años 70).

2. La Ciudad de México en el Tiempo.
Vendedora de aguas frescas en el Centro Histórico (ca. años 60).

3. La Ciudad de México en el Tiempo.
Un puesto callejero de barbacoa en las inmediaciones de la Basílica de Guadalupe (ca. años 80).

4. La Ciudad de México en el Tiempo.
Puesto de hot dogs en la Alameda Central (ca. años 70).

5. La Ciudad de México en el Tiempo.
Escenificación de una cocina tradicional mexicana, con motivos de Frida Kahlo y Diego Rivera (ca. años 80).

6. La Ciudad de México en el Tiempo.
Puesto de tortas, frutas, algodones de azúcar, gaznates y chicharrones en Chapultepec (ca. años 70).

©Bob Schalkwijk.
Barrio de La Concepción,
Coyoacán, CDMX (1965).

©Bob Schalkwijk.
La actriz Dolores del Río en un buffet.
Colonia Juárez, CDMX (1963).

En 1984, Bob Schalkwijk instaló una cocina en el garaje de su estudio para fotografiar los platillos de los libros *...y la comida se hizo*, un proyecto editorial de Roger Díaz de Cossío y Mariana Yampolsky. Estos libros recopilaban recetas tradicionales mexicanas, sencillas y caseras, con el propósito de que no se perdieran. Las fotografías de Bob buscaban registrar el platillo terminado, aprobado y degustado por el equipo editorial. No se "arreglaba" nada que no estuviera en el platillo y solo se fotografiaban los que habían sido aprobados. Con el tiempo al registro fotográfico se le fueron sumando detalles adicionales para hacer más agradable la toma: vajillas, manteles, servilletas e ingredientes. El tiraje de estos ocho tomos fue de miles de ejemplares; se distribuyeron en todo el país a través de las tiendas CONASUPO (Compañía Nacional de Subsistencias Populares) y muchas jóvenes parejas recibieron todos los tomos como regalo de bodas.

FOTOS **©Bob Schalkwijk.** (1984).

la colección
{ con todas sus letras }
XV AÑOS DEL MODO
CELEBRANDO HISTORIA Y MEMORIA
A TRAVÉS DE LOS OBJETOS
DEL OBJETO DEL OBJETO
museo
COLIMA 145
COL. ROMA
ELMODO.MX

GLORIA MUJICA

ZONA
Centro Histórico

EDAD
23

Gloria se considera una persona enojona, pero pacifista; no le gusta que haya conflictos o que la gente pelee. Es una mujer fuerte que ya no le teme a todo, como cuando recién empezó a vivir en la calle. Es preocupona y directa, pues dice las cosas como las piensa. Pero sobre todo, Gloria sabe ser una gran amiga.

El día en que acudió por primera vez a las instalaciones de Mi Valedor, acababa de perder sus pertenencias, pues una camioneta del Gobierno se las llevó, dejándola en ropa interior sobre avenida Reforma. Ese día por casualidad se encontró en la calle con Mateo, coordinador del trabajo de campo de Mi Valedor —a quien había conocido previamente en Sant'Egidio, organización que también apoya a personas vulnerables—. "En ese momento lo que más me preocupaba era que no traía ropa, entonces no recuerdo si me platicó mucho del proyecto, pero sí me dijo que ahí había algo de donación y que me podían echar la mano". Cuando Gloria aceptó acudir, se imaginó que el lugar sería una oficina gubernamental llena de burócratas, no sabía que se trataba de una asociación civil.

"La primera persona a la que me presentaron fue a Yonebay, que con una sonrisota me dijo: 'Ve lo que hay de ropa y elige lo que quieras'. Todavía me acuerdo de la blusa blanca y el pantalón negro que tomé".

Lo que a Gloria le pareció más sorprendente fue la amabilidad de los colaboradores. Hasta la fecha, para ella lo más valioso del proyecto sigue siendo su personal, pues a todos los considera sus amigos.

Cuando recién se incorporó, Gloria no acudía con mucha regularidad a las actividades de Mi Valedor, pero asistía de vez en cuando a saludar a sus nuevos amigos. Muchas veces llegaba acompañada de algún compañero de calle que consideraba que podría recibir apoyo del proyecto, y poco a poco fue conociendo las actividades que se realizan. Así fue como supo que podía vender la revista. También le gustaría hacer acompañamientos, pues desde que tuvo que comenzar a vivir en la calle, siempre ha querido ayudar a otros; por eso es que ha sido voluntaria en comedores comunitarios, en donde aprendió que las problemáticas de la calle no se reducen a cubrir necesidades básicas.

Dentro de sus logros personales se encuentra la tolerancia, pues afirma que al principio le costaba trabajo el ruido y el desorden que surgen al convivir con tanta gente; además, le gustaría impartir talleres como los más ha disfrutado: el de creación e intervención de prendas de vestir; otro donde diseñaron la etiqueta de un perfume; el de catrinas para decorar la casa valedora; y, por supuesto, el taller de arte de los jueves con el pintor Richard Budavari. Uno de los momentos más memorables para ella fue la inauguración de La Otra Vida (tienda de moda con causa de Mi Valedor y La Cana) porque fue un día de mucho movimiento que se juntó con su festejo de cumpleaños, tuvo una entrevista para la televisión y estuvieron todos los valedores reunidos para celebrar con ella.

Actualmente Gloria toma talleres y trabaja en La Otra Vida, donde hace de todo un poco. Con respecto a su situación y la de sus compañeros valedores, Gloria dice:

"Me gustaría que la gente fuera más empática con quienes estamos en situación de calle. La gente a veces es empática de palabra nada más. El primer lugar donde estuve en calle fue la colonia Cuauhtémoc, y me acuerdo que una vecina pasó y me dijo: 'Pues qué comodidad, ¿no?'. Yo le respondí: 'La invito a que venga a vivir en esta comunidad, que traiga sus cosas, deje de pagar su renta y venga a vivir cómodamente como usted dice que vivimos. Va a ver qué cómodo es no tener dónde ir al baño, no tener privacidad ni para cambiarte de ropa, tener que estarte cuidando de que te vayan a ver, sentirte mal y no tener dónde descansar.' No sé por qué a veces la gente no entiende que realmente no les afectamos en nada". MV

FOTO
Archivo MV

DE LA CALLE PARA EL MUNDO

CASA VALEDORA

Afuera todo se mueve rápido: el tráfico, la gente, quienes pasan vendiendo algo... Pero apenas cruzas el umbral, la casa de Mi Valedor se siente distinta. Aquí el ritmo baja. Aquí sabes que estás a salvo. No es un albergue, tampoco una oficina o una escuela... pero tiene un poco de todo eso.

Nos mudamos en agosto de 2025. Fue un regalo inesperado, de esos que llenan el alma. Acarrear los tiliches nos llevó una semana, pero el 19 de agosto quedó marcado: ese día no solo inauguramos la casa, también salimos a la calle a organizar la primera marcha por los derechos de las personas en situación de calle. Desde entonces, este espacio no ha dejado de estar en movimiento.

Apenas entrar, está una salita donde convivimos y echamos café, e incluso a veces comemos ahí cuando somos muchos y no cabemos en la mesa. Además es donde recibimos a quienes vienen por primera vez, para que se sientan a gusto, en casa. Y, como es el punto de reunión, pusimos en la pared el calendario para que todos puedan saber qué actividades y talleres habrá durante el mes.

Más adentro está el salón donde se realizan algunos de los talleres, así como las escuchas, que son

sesiones de terapia grupal guiadas por psicólogos. A un lado está el consultorio, donde se hacen las sesiones individuales de terapia y los procesos de acompañamiento.

La cocina es punto clave. Aunque es pequeña, siempre hay café y, ahora, el valedor Enrique cocina para todos con mucha enjundia. Comer juntos se volvió costumbre. También lo es turnarse para lavar los trastes, limpiar y recoger. Porque aquí, aunque cada quien viene de lugares distintos, se aprende a hacer comunidad. Por eso una vez al mes festejamos a los cumpleañeros. Ese día, así como en otras ocasiones especiales, la valedora Emy se encarga de preparar el menú.

La cocina es punto clave. Aunque es pequeña, siempre hay café y, ahora, el valedor Enrique cocina para todos con mucha enjundia.

Y luego está el patio, la parte favorita de la casa valedora, que nos permite estar al aire libre echando la chorcha. Ahí tenemos algunos talleres, como el de arte, que es el más concurrido, y es donde hacemos el cineclub los viernes, con conversaciones que se alargan sin prisa.

En la colonia Obrera, esta casa es muchas cosas a la vez: espacio de trabajo, de encuentro, de acompañamiento, de lucha y resiliencia… Pero, sobre todo, es un lugar donde las cosas pueden empezar a ser distintas. MV

¡Visítanos en la casa valedora!
C. Rafael Ángel de la Peña 47, Obrera, Cuauhtémoc, CDMX.

FOTOS **Archivo MV**

FOTOS **Archivo MV**

Pedacitos de sabor: un recetario de rancho

Valedora desde 2023, Emigdia Hernández tenía un sueño: compartir su amor por la cocina con más personas. Por ello, con ayuda de Mi Valedor publicó en 2025 su propio *fanzine*: un recetario que reúne guisos y platillos hogareños tan deliciosos, que ha vendido casi dos mil copias.

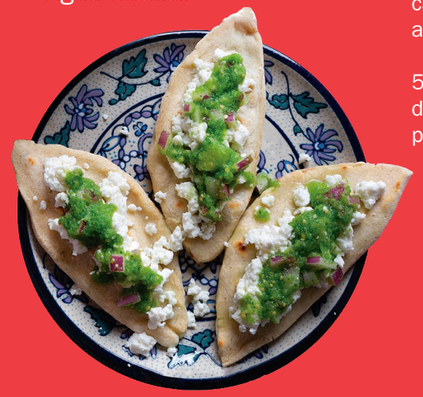
Titulado *Pedacitos de sabor. Un recetario de rancho*, en él Emy recoge 14 de las muchas recetas familiares que fueron pasando desde su bisabuela hasta ella, juntando los saberes y sazones de cinco generaciones. Encontrarás desde un pollo en crema de cilantro hasta tamales, empanadas, picaditas veracruzanas y su propia receta del mole poblano.

Además, Emy ha decorado el *fanzine* creando collages que ilustran cada una de las recetas. Mientras tanto, ve preparando la panza y haciendo agua la boca con esta receta que Emy nos comparte:

Tlacoyos de frijol y alberjón

INGREDIENTES

- 3 kg de masa de maíz
- 1 kg de alberjón
- 1 kg de frijol negro
- ½ kg de manteca
- 15 hojas de aguacate
- 2 tazas de nopales cortados en tiras y cocidos
- ½ cebolla morada
- 200 g de queso panela
- 1 cucharada de sal
- Agua natural



INSTRUCCIONES

1. Bate la masa de maíz con una cucharada de sal, la manteca y un chorrito de agua hasta obtener la consistencia adecuada.

2. Cocina los frijoles y alberjones en una olla exprés durante 20 minutos; luego muélelos junto con las hojas de aguacate.

3. Mezcla los frijoles y alberjones con la masa y dales forma de tlacoyos.

4. Cocina los tlacoyos en un comal caliente hasta que estén dorados por ambos lados.

5. Sirve los tlacoyos acompañados de nopales, cebolla morada y queso panela.

ILUSTRACIÓN **Éramos Tantos**

PROYECTO SOLIDARIO:

BANCOS DE ALIMENTOS PARA MASCOTAS EN AUSTRALIA

TEXTO
Lilian Bernhardt

FOTOS
Christina Simons

“De verdad quita un poco de presión. Siendo tan joven, y con tres hijos pequeños, puede ser difícil”, dice Emily mientras recoge una bolsa de alimento que ha recibido gratis. Ha estado acudiendo a la despensa de alimento para mascotas de Second Chance Animal Rescue (SCAR) para ayudar a compensar los costos de cuidar a su pastor alemán. “La renta ha subido mucho, y cuesta tratar de comprar comida para los cinco y cubrir gastos normales como las facturas”, cuenta Emily. La recolección de hoy significa una preocupación menos para su familia.

La despensa que visitamos hoy es una de las muchas iniciativas de apoyo alimentario para mascotas que han surgido en Australia. En medio de la persistente crisis del costo de vida, estos servicios son vitales para los dueños de mascotas que luchan por cubrir lo esencial.

Marisa Debattista alimentando a un gatito abandonado.

“Poder alimentar a tu mascota es una necesidad súper básica, y el hecho de que alguien no pueda hacerlo no significa que no la ame”, dice Marisa Debattista, directora ejecutiva de SCAR. “En la mayoría de los casos, vemos que las personas alimentan a sus mascotas antes que a sí mismas, y aun así están pasando dificultades”.

El aumento en los costos de alimentos, vivienda y servicios ha llevado a muchas personas a recortar gastos no esenciales para sus mascotas… y para ellas mismas. De acuerdo con el Informe del Hambre de Foodbank, más de dos millones de hogares australianos han experimentado inseguridad alimentaria, y casi una cuarta parte de ellos se han saltado comidas para que su mascota pudiera comer. La organización encontró que más de uno de cada cinco hogares con ingresos medios ahora experimenta inseguridad alimentaria, un problema que ya no se limita a los sectores de bajos ingresos.

SCAR opera en Victoria, pero despensas como esta existen en toda Australia. Algunas ofrecen atención sin cita, muchas colaboran con bancos de alimentos y organizaciones benéficas, e incluso hay servicios móviles de ayuda. Estos programas suelen sostenerse gracias al trabajo de voluntarios, donaciones de la comunidad y patrocinios de marcas de alimento para mascotas.

Marisa Debattista dándole comida a Emily, una clienta del banco de alimentos para mascotas.

Nuestras mascotas desempeñan un papel crucial en nuestra salud y bienestar, ofreciendo seguridad, compañía, apoyo emocional y mayor interacción social. Tal como Marisa ve todos los días, “las personas necesitan a sus mascotas ahora más que nunca”. El refugio de SCAR recibe hasta 20 llamadas y correos electrónicos diarios. “Literalmente no podemos darnos abasto”, dice.

Descargando una furgoneta de Helping Hands.

El rostro de Dimitrios, un pensionista que acude con regularidad a la despensa de SCAR, se ilumina cuando habla de sus mascotas. Tiene un vínculo especial con Jag (abreviación de Jaguar), un gatito que encontró en un parque cerca de su casa. “Era muy pequeño, así que lo alimenté con biberón durante unas tres semanas”, cuenta. Sus gatos le ayudan mucho a reducir el estrés, y dice que lo primero que hace al llegar a casa es jugar con ellos. “Después de pagar la renta y la luz, me quedan unos 160-170 dólares para acabar la quincena”, pero la despensa de SCAR le permite destinar parte de ese dinero a otras necesidades básicas.

El aumento en los costos de alimentos, vivienda y servicios ha llevado a muchas personas a recortar gastos no esenciales para sus mascotas

La entrega de mascotas a refugios ha ido en aumento como consecuencia de la crisis del costo de vida. La Real Sociedad para la Prevención de la Crueldad contra los Animales atribuye hasta el 30% de estos casos a esta situación. “La gente no quiere dejar a sus mascotas”, afirma Marisa. “Pero no pueden pagar las cuentas, no logran mantenerse. Tienen que vender sus casas porque no pueden cubrir la hipoteca, y rentar con mascotas es muy difícil”. SCAR hace todo lo posible para evitar llegar a ese punto, ofreciendo alternativas como vivienda segura para los dueños o servicios como alimento gratuito o apoyo para la esterilización.

Butternut Jones.

Samuel Pudge y Bethany Bullen reponiendo los estantes.

Mientras termino mi visita a SCAR, observo a Marisa alimentar con biberón a unos gatitos de dos semanas. Los dejaron ahí esa mañana, después de ser encontrados en una carretera. Con una mano atiende a un gatito, mientras con la otra responde una llamada y toma datos. Su capacidad de hacer varias cosas a la vez es impresionante, pero necesaria en el mundo del rescate, donde los fondos y recursos son limitados.

“Este programa literalmente salva vidas”, dice, “no solo de las mascotas, sino también de las personas que las tienen”.

The Big Issue Australia
Melbourne, Australia

Festejando su 30 aniversario, esta revista callejera se publicó por primera vez el 16 de junio de 1996, siguiendo el modelo de *The Big Issue* de Reino Unido. Su finalidad es generar un ingreso para las personas en situaciones vulnerables, principalmente para quienes no tienen una vivienda. *The Big Issue Australia* forma parte de la Red Internacional de Periódicos Callejeros (INSP). Impulsa diversos programas sociales para dar acompañamiento a sus vendedores y buscar su reinserción. Entre ellos destacan “The Women’s Workforce”, que promueve el empleo de mujeres en situación vulnerable; “Classroom”, que busca concientizar sobre el problema de la falta de vivienda y la desventaja social que se vive en Australia; y “Homes for Homes”, enfocado en adquirir viviendas asequibles para quienes más lo necesitan.

thebigissue.org.au
facebook: The Big Issue Australia

Salsa MEXICANA

TEXTO Y COLECCIÓN
Carlos Icaza

CDMX es una de las capitales de América Latina donde la música tropical ha tenido un lugar muy especial dentro del gusto popular. Desde fines de los sesenta, un nuevo estilo de interpretar la música tropical empezó a enriquecer los ambientes nocturnos de los muchísimos salones de baile populares esparcidos por toda la ciudad. A este estilo se le conocía con un nombre que a los mexicanos no nos era ajeno: "salsa".

La salsa es, pues, la fusión de elementos diferentes para crear un nuevo sabor; tal como en México combinamos los chiles, tomates, ajo, cebolla y cilantro para crear algo que siempre, invariablemente, acompaña a nuestras comidas diarias.

El estilo conocido como "salsa" se nutre de una diversidad de géneros rítmicos afrocubanos, como el son montuno, el guaguancó, el chachachá, el mambo, la guajira y la guaracha, en unión con la bomba y la plena puertorriqueñas. Muchos historiadores y teóricos coinciden en que la salsa como género no existe, pero sí como un estilo nuevo de interpretar los ritmos afroantillanos mezclados con la actitud del rock, la influencia del blues, y los arreglos y orquestaciones del jazz.

A mediados del siglo XX llegaron a nuestro país músicos cubanos importantísimos como Benny Moré, Dámaso Pérez Prado, Rudy Calzado, Aurelio "Yeyo" Estrada o Silvestre Méndez, quienes compartieron sus conocimientos y enseñaron a muchos mexicanos los secretos de sus ritmos. Buscaban difundir su arte en nuestro país, así como lugares de trabajo estables. Durante décadas, la CDMX gozó de una vida nocturna en donde las estrellas caribeñas tenían un lugar privilegiado.

La radio y el cine jugaron un papel muy importante en la difusión de esta música. También los barcos transportaron discos, instrumentos y, sobre todo, músicos, que establecieron un constante intercambio entre La Habana y el Puerto de Veracruz, donde los ritmos cubanos han tenido una especial predilección.

La compañía disquera Fania Records, de Nueva York, comenzó a editar la música que estaban haciendo los puertorriqueños, dominicanos y cubanos jóvenes, influenciados por las nuevas tendencias musicales. Esto produjo una forma distinta de interpretar los viejos ritmos y darles un estilo renovado. La salsa sirvió como una especie de etiqueta mercadológica para presentar esta vieja música bajo una fórmula que la resignificaba.

En México, agrupaciones como la Sonora Veracruz –con las voces de Toño Barcelata y Pepe Vallejo–, el Grupo Sabor de Isaías Lara, el Grupo La Libertad, las Estrellas de Plata de Emilio Domínguez, el Conjunto África, y Pepe Arévalo y sus Mulatos, mantuvieron encendida durante décadas la flama de esta música contagiosa. Incluso la famosísima Laura León, mejor conocida como "La Tesorito", grabó en sus inicios un raro y buscado LP de salsa brava. Los sonideros también han tenido un papel preponderante en la difusión de esta música. En Tepito, Sonido Casablanca –de don Pepe Miranda– fue uno de los pioneros en diseminar este nuevo estilo en el Barrio Bravo.

La selección para este Valemix está conformada por temas incluidos en discos producidos en México durante los años sesenta y setenta, con canciones alusivas a los sabores de nuestra tierra. Espero que lo disfruten y, sobre todo, que lo bailen.

Carlos Icaza
También conocido como Tropicaza, es músico autodidacta, improvisador D3J e investigador musical con base en la CDMX. Produce un programa semanal llamado *Burbujas* para WFMU.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

1. ***Salsa en los infiernos*** (1978), de Rudy Calzado, músico cubano que recaló en México durante la década de 1950 y más tarde triunfó en Nueva York, en pleno auge de la nueva música de salsa.

2. ***Charanga Latina*** (1970), con Toño Barcelata y su Combo, parte de la exitosa camada de conjuntos guapachosos proveniente del estado de Veracruz, en los años 60 y 70.

3. ***El pregonero jarocho***, del célebre sonero y danzonero veracruzano Pedro Domínguez Castillo, mejor conocido como "Moscovita", y su entonces conjunto, Los criollos, quien ha extendido su legado tropical por varias generaciones.

4. ***La Libertad*** (1976), el primer grupo mexicano que se logró colar entre la constelación de estrellas de la legendaria disquera Fania. Creadores de la vertiente salsera del "Trombón mexicano".

5. ***Grupo Sabor*** (1975), de Isaías Lara, otra de las orquestas de salsa y guaguancó mexicano —originarios de Veracruz— que firmó con Fania y que colocó varios temas en los bailes tropicales durante los 70 y 80.

6. ***King Kong.*** Mano a mano entre Los Teocalli y Los Bambinos, otros exponentes del guaguancó nacional durante los años 70.

7. ***Yeyo y su salsa*** (1978), grandes temas del son y el guaguancó, como *Son de la Loma* y *Lágrimas negras*, importados de Cuba, con un toque de guitarra psicodélica.

8. ***Soy tu bombón de chocolate*** (1978), una de las primeras grabaciones de la famosísima tabasqueña Laura León, "La Tesorito", quien en sus inicios imprimió su peculiar estilo a temas eminentemente salseros.

9. ***Estrellas de Plata***, de Emilio Domínguez. Una orquesta más que encumbró a la escena tropical veracruzana y que en este álbum incluye el tema titulado, ni más ni menos, *Salsa mexicana*.

FOTOS **Paulo Tinoco.** San José, Chicolapan, Edomex; **Arturo Lara.** Salón Los Ángeles, Col. Guerrero, CDMX

FOTOS **Bob Schalkwijk.** Tuxtla Gutiérrez, Chis; **Paulo Tinoco.** San José, Chicolapan, Edomex

El cuarto de los tiliches

Traemos para ti una selección de empaques y envases, con sabores pasados de moda que ya no encuentras fácilmente hoy en día.

1.

¿Cuántas veces no has pronunciado en broma la palabra "jaletina" para referirte a ese colorido y tembloroso postre? Pues resulta que lo que pensabas que estaba mal dicho, en realidad era aceptado gramaticalmente hace varias décadas. Ya no te sientas mal por hacerte el chistoso cuando tengas que comerla la próxima ocasión.

2.

De la marca Búfalo es mundialmente conocida su salsa picosa para papitas y botanas, pero ¿acaso sabías que también existió una salsa tipo inglesa con la misma denominación? Corría la década de 1930 cuando era posible encontrarla e incluso adquirir sus artículos promocionales, como esta clásica bandejita de metal.

3.

Qué bendición para aquellos a quienes les tocó encontrar pancita o menudo norteño en lata. Las crudas serían mucho más llevaderas si no tuviéramos que salir a buscar desesperadamente el remedio a la calle, cuando lo podríamos tener esperando en nuestra propia alacena.

4.

No es tan raro que la mostaza se pueda conseguir en presentaciones que no sean la pasta amarillenta que todos conocemos, pero ¿qué es el "Cremor Tártaro"? Al parecer se trata de un compuesto en polvo sin mucho chiste, pero bastante usado en productos de repostería. ¡Vaya desperdicio!, pues con ese nombrecito solo podemos imaginarnos el sabor más glorioso que se haya inventado jamás.

5.

Tex-Ton fue una marca de caldo de pollo que se fabricaba en España y que gozó de cierta popularidad durante las belicosas décadas de 1930 y 1940. La marca desapareció de las estanterías, pero esta presentación en lata cilíndrica nos deja una profunda reflexión: ¿no hubiera sido mejor una lata en forma de cubo para contener 100 cubitos?

6.

No cabe duda que el regaliz es uno de los sabores más complicados para el paladar: amargo y penetrante hasta el cerebro. En México nunca ha gozado de mucha popularidad, sin embargo, hubo una época y una dimensión en la que la gente te convidaba pastillas para alivianarte la tos y los malestares estomacales.

7.

Había una vez un pescado llamado mugil rosado que compartía repisas con el atún en aceite y las sardinas en tomate, que son base de la cocina popular. Este fue uno de tantos manjares que sucumbieron con la industrialización y que nunca conocerán nuestros paladares tan modernos. ¡Snif, snif!

8.

Este tubo de caramelos acidulados fue un producto más de El Triunfo, una fábrica de dulces y chocolates que tenía su fábrica principal en las calles del Centro Histórico y pasó a mejor vida hace mucho tiempo. ¿Habrá sido el sabor agridulce más potente hace 100 años que en la actualidad?

9.

¿Eres del club de los que odian o de los que aman las frutas cristalizadas en la Rosca de Reyes? Si eres de esa minoría que se inclina por la segunda opción, admira esta preciosa reliquia en lata que podía conseguirse en dulcerías y tiendas departamentales de hace 70 u 80 años.

10.

No es ningún mito el hecho de que los auténticos chiles jalapeño provenían de la capital veracruzana que les da su nombre y aquí tenemos un testimonio de su reconocida calidad.

11.

La expresión en la cara de la chica en la portada nos hace dudar si estas recentas realmente aguantaban vara, pero si se trata de cocina económica, en estos tiempos de crisis, hasta un taco de sal es más que bienvenido.

Un remedio para el "mal del puerco"

Con los instructivos "Made in Chinga" podrás atascarte de Vitamina "T", con la tranquilidad de que no sufrirás por la indigestión.

Solo necesitas:

Agua
Anís estrella
Canela en rama

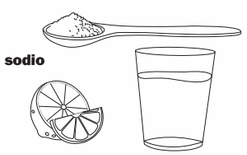
1.
Pon a hervir dos ramas de canela y dos piezas de anís estrella en medio litro de agua. Apaga el fuego y deja reposar 10 minutos.

2.
Sirve en una taza. Para un mejor efecto, no agregues azúcar o endulzantes.

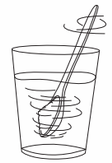
Un antiácido casero

Solo necesitas:

Agua
Bicarbonato de sodio
Jugo de limón



1.
Solo tienes que mezclar con enjundia los ingredientes y beber rápidamente. Sentirás alivio en unos minutos.



¡CHIDO!

MADE IN CHINGA

FIGURAS DEL BARRIO

FOTOS **Manuel Cerón**

Recupera el cuarto que el urbanismo te quitó.

u-storage.com.mx

Renta de Mini Bodegas

VIVE LA

CULTURA Y EL SABOR DE MÉXICO

FUNDACIÓN HERDEZ

martes a sábado de 9am a 5pm

Disfruta nuestras actividades:

- **Museo**
- **Biblioteca**
- **Degustaciones**
- **Talleres de cocina**