



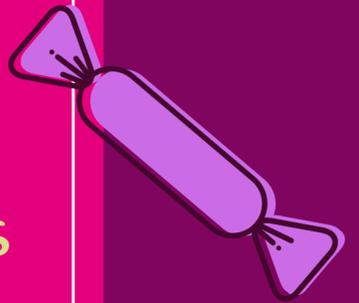
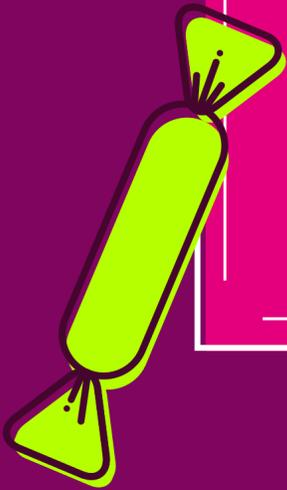
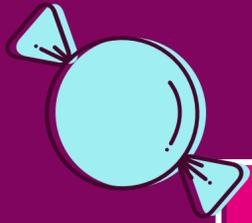
GASTRO - NETAS

GASTRONOMÍA Y  
PANADERÍA

# DULCES MEXICANOS



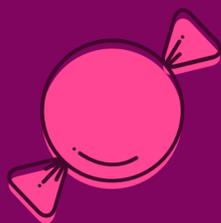
Nuestros abuelos los saborearon, los papás crecieron comiéndolos; probarlos y compartirlos de generación en generación se ha vuelto una tradición para que no queden en el olvido estas delicias que son parte de la historia y cultura de México.



El único dulce que se podría considerar “ancestral o de tiempos prehispánicos” sería la alegría.

“Toda la confitería mexicana tiene su origen en la recetas que trajeron los españoles... la mezcla de culturas entre españoles y árabes dio pie a incorporación de semillas, nueces, almendras, canela y nuez moscada”.

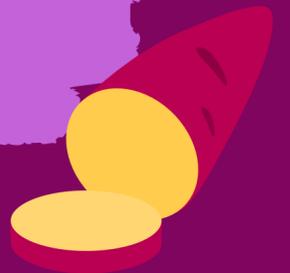
Las alegrías se prohibieron por siglos, pero tiempo después, resurgieron gracias a un misionero del Estado de México, que adaptó la tradición y las empezó a hacer en honor a antiguas prácticas. A esta nueva versión les añadió pasas y piloncillo. “Se le llamó alegría por la alegría de rescatar el dulce prehispánico”



GASTRONOMÍA & PANADERÍA

# INGREDIENTES MUY MEXICANOS

Gracias a la riqueza de los frutos e ingredientes originarios del país, los dulces mexicanos tomaron nuevos caminos y dieron como resultado las hermosas y deliciosas combinaciones que hoy conocemos.



En los **DULCES MEXICANOS** ocupamos diferentes tipos de ingredientes, a continuación los mencionamos:

## LOS INGREDIENTES MEXICANOS SON PARTE DE NUESTRO PATRIMONIO

Desde 2010 la cocina mexicana se encuentra en la Lista del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad. La UNESCO reconoce que la cocina tradicional mexicana es un modelo cultural que incluye métodos de cultivo únicos, como la milpa o la chinampa; algunas prácticas rituales, como las ofrendas de Día de Muertos; el conocimiento antiguo y técnicas culinarias, como la nixtamalización y la elaboración de **DULCES MEXICANOS**, que tienen como base ingredientes muy mexicanos



Tenemos una gran variedad de ingredientes hechos dulces.



**ANCESTRALES:** maíz, chile, chía, cacahuete, piñón, maguey, nopal, camotes, pepitas, vainilla, achiote y cacao como condimentos.



**DULCES DE LA TIERRA:** capulín, chicozapote, guanábana, jiotilla, mamey, nanche, naranja agria, tuna, zapote blanco.



**FRUTOS:** Calabaza, chilacayote, quayaba, limón, higo, coco, tejocote, tamarindo, pera, durazno, fresa.



# DULCES MEXICANOS



## OBLEAS DE PEPITAS:

Oriundas de Colima y Zacatecas, se preparan con harina de trigo, azúcar y pepitas, se pegan con miel de piloncillo.



## COCADA

A veces con un toque de sabor naranja, este dulce es un coco rayado horneado para darle una textura crujiente. Hay ocasiones en que se les da el nombre de "veladora", y nació en los estados costeros del país.



## MOSTACHÓN JAMONCILLO

Se dice que fue creado por un ganadero del norte apodado "Mostachón" con el fin de conquistar a la mujer que amaba. Lo emblemático del dulce es su sabor entre dulce de leche y nuez.



## ALEGRÍAS

Es el amaranto en cuadritos pegados con miel o piloncillo. Este dulce prehispánico era usado como elemento ceremonial de mayor relevancia.



## PALANQUETAS

Palanquetas de cacahuate. Este dulce se mezcla con piloncillo para darle consistencia y forma. Se dice que Pancho Villa siempre viajaba con palanquetas para el camino.



## DULCES CRISTALIZADOS

Se trata de una serie de frutas sumergidas en azúcar o piloncillo hirviendo hasta que queden como "joyas". Entre las frutas más usadas para este fin está la piña, nopal, chile manzano, chayote, manzana, kiwi, entre otras.



## BORRACHITOS

Son dulces de harina espolvoreados de azúcar, con un relleno cremoso y un toque de licor. Sus sabores varían entre fresa, piña y limón.



Existe una gran variedad de **DULCES MEXICANOS**, aparte de los ya mencionados podemos encontrar:

- Muéganos
- Glorias
- Dulce de tamarindo
- Alfajor de coco
- Cacahuets garapiñados
- Ate



# TRADICIONES MUY MEXICANAS



Tenemos **DULCES MEXICANOS** por temporada, como lo es el caso de las **CALAVERTAS** éstas son de gran demanda en la temporada de **DÍA DE MUERTOS**.

Para los altares de está fecha todo tipo de dulces mexicanos es utilizado.



## CALAVERTAS DE AZÚCAR, AMARANTO O CHOCOLATE

Estas calaveritas, típicas en los altares de Día de Muertos, nacieron en sus raíces prehispánicas asociándolos con el culto a las deidades como Mictecacíhuatl – “dama de la muerte” -. A la llegada de los españoles, estos cultos prehispánicos se realizaban de alfeñique –una especie de caramelo con base en azúcar de caña-. Actualmente, las calaveras de azúcar se elaboran también con amaranto o chocolate, complementándose con cacahuete, pepitas o pasta de almendras

