



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE QUÍMICA

“LOS MOLES DE MÉXICO”

TRABAJO MONOGRÁFICO DE ACTUALIZACIÓN

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

QUÍMICA DE ALIMENTOS

PRESENTA:

MIRIAM RADYX HERNÁNDEZ



MÉXICO, D.F.

2008



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

JURADO ASIGNADO:

PRESIDENTE: FEDERICO GALDEANO BIENZOBAS
VOCAL: MARCO ANTONIO LEÓN FÉLIX
SECRETARIO: MIGUEL ANGEL HIDALGO TORRES
1ER. SUPLENTE: FABIOLA GONZÁLEZ OLGUÍN
2° SUPLENTE: MARIA DE LOURDES OSNAYA SUÁREZ

SITIO DONDE SE DESARROLLÓ EL TEMA:

EN LA BIBLIOTECA DE LA FACULTAD DE QUÍMICA EDIFICIO A

ASESOR DEL TEMA:

SUSTENTANTE:

**LIC. FEDERICO GALDEANO
BIENZOBAS**

MIRIAM RADYX HERNÁNDEZ

Dedicado:

Al Creador que me da:

La vida,

Las enseñanzas,

Las risas

Y

El amor.

Gracias...

Por los ángeles que envías a mi vida:

Mis Padres,

Mi hermana,

Mi madrina,

Mi cuñado,

Mi ser amado.

Gracias,

Por todos los que se encuentran en mi corazón.

Agradezco:

A mi casa de estudios
por brindarme una oportunidad,
A mis profesoras y profesores
por enseñarme a soñar,
A ser valiente y enfrentarme
a los retos y fracasos
de esta mi realidad.

Por mi raza hablara mi espíritu.

Índice general

Índice general.....	1
Índice tablas.....	4
Índice gráficas.....	5
Objetivo general.....	8
Objetivos particulares:.....	8
Capítulo 1. Generalidades del Mole.....	10
1.1 Definiciones del Mole.....	10
1.2 Historia del Mole.....	12
1.3 Clasificación del Mole.....	22
1.3.1. Adobos y pipianes.....	22
1.3.2. Color.....	23
1.3.3. Textura.....	24
1.3.4. Lugar de elaboración.....	26
1.3.5. Carne.....	37
1.3.6. Otras.....	37
Bibliografía del Capítulo 1.....	39
Capítulo 2. Elaboración de los Moles Oaxaqueños y el Poblano.....	45
2.1 Moles Oaxaqueños.....	45
2.1.1 Mole Amarillo.....	45
2.1.1.1 Ingredientes.....	46
2.1.1.1.1 Chiles.....	46
2.1.1.1.2 Carnes.....	50
2.1.1.1.3 Otros.....	50
2.1.1.1.4 Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración del mole amarillo.....	52
2.1.1.2. Preparación.....	56
2.1.1.2.1 Tratamiento previo de ingredientes.....	56
2.1.1.2.2 Incorporación y mezclado de ingredientes.....	57
2.1.2 Mole Chichilo.....	58
2.1.2.1 Ingredientes.....	59
2.1.2.1.1 Chiles.....	59
2.1.2.1.2 Carnes.....	61
2.1.2.1.3 Otros.....	63
2.1.2.1.4 Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración del chichilo.....	64
2.1.2.2. Preparación.....	67
2.1.2.2.1 Tratamiento previo de ingredientes.....	67
2.1.2.2.2 Incorporación y mezclado de ingredientes.....	69
2.1.3 Mole Coloradito.....	70
2.1.3.1 Ingredientes.....	71
2.1.3.1.1 Chiles.....	71
2.1.3.1.2 Carnes.....	72
2.1.3.1.3 Otros.....	73
2.1.3.1.4 Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración del mole coloradito.....	74
2.1.3.2. Preparación.....	78
2.1.3.2.1 Tratamiento previo de ingredientes.....	78
2.1.3.2.2 Incorporación y mezclado de ingredientes.....	79

2.1.4	Mole Manchamanteles.....	80
2.1.4.1	Ingredientes.....	81
2.1.4.1.1	Chiles.....	81
2.1.4.1.2	Carnes.....	82
2.1.4.1.3	Otros.....	83
2.1.4.1.4	Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración del mole manchamanteles.....	84
2.1.4.2.	Preparación.....	87
2.1.4.2.1	Tratamiento previo de ingredientes.....	87
2.1.4.2.2	Incorporación y mezclado de ingredientes.....	88
2.1.5	Mole Negro.....	90
2.1.5.1	Ingredientes.....	91
2.1.5.1.1	Chiles.....	91
2.1.5.1.2	Carnes.....	93
2.1.5.1.3	Otros.....	96
2.1.5.1.4	Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración del mole negro.....	97
2.1.5.2.	Preparación.....	103
2.1.5.2.1	Tratamiento previo de ingredientes.....	104
2.1.5.2.2	Incorporación y mezclado de ingredientes.....	105
2.1.6	Mole Rojo.....	108
2.1.6.1	Ingredientes.....	108
2.1.6.1.1	Chiles.....	109
2.1.6.1.2	Carnes.....	109
2.1.6.1.3	Otros.....	110
2.1.6.1.4	Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración del mole rojo.....	111
2.1.6.2.	Preparación.....	113
2.1.6.2.1	Tratamiento previo de ingredientes.....	113
2.1.6.2.2	Incorporación y mezclado de ingredientes.....	114
2.1.7	Mole Verde.....	115
2.1.7.1	Ingredientes.....	116
2.1.7.1.1	Chiles.....	116
2.1.7.1.2	Carnes.....	117
2.1.7.1.3	Otros.....	118
2.1.7.1.4	Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración del mole verde.....	119
2.1.7.2.	Preparación.....	124
2.1.7.2.1	Tratamiento previo de ingredientes.....	124
2.1.7.2.2	Incorporación y mezclado de ingredientes.....	125
2.2	Mole Poblano.....	126
2.2.1.	Ingredientes.....	127
2.2.1.1	Chiles.....	127
2.2.1.2	Carnes.....	131
2.2.1.3	Otros.....	134
2.2.1.4	Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración del mole poblano.....	136
2.2.2.	Preparación.....	142
2.2.2.1	Tratamiento previo de ingredientes.....	142
2.2.2.2	Incorporación y mezclado de ingredientes.....	143

Bibliografía del Capítulo 2.....	147
Capítulo 3. Normatividad relacionada con el Mole.....	151
3.1 Norma NMX-F-1982 [1] “Productos alimenticios para uso humano -alimentos regionales- mole y sus variedades.....	151
3.2 Pliego de condiciones para uso de la marca Oficial México Calidad Suprema en Mole PC-019-2004 [2].....	151
3.3 Denominación de Origen.....	154
3.3.1 El origen de la Denominación.....	154
3.3.2 Convenios Internacionales.....	155
3.3.3 Productos con Denominación de Origen.....	157
Bibliografía del Capítulo 3.....	158
Conclusiones.....	160
Bibliografía.....	163
Enciclopedia.....	163
Libros.....	163
Normas.....	163
Revistas y Periódicos.....	167
Tesis.....	167
Consultas por Internet.....	168
Glosario.....	172
Anexo: Breve diccionario de los chiles utilizados en la elaboración de los moles.....	177
Anexo: Trámites para llevar a cabo una Denominación de Origen.....	180

INTRODUCCIÓN

PARA EL MEXICANO EL MOLE NO SÓLO ES ALIMENTO, SINO UN SÍMBOLO QUE REPRESENTA IDENTIDAD. TIENE UNA RAÍZ TAN NUESTRA QUE SOLO SON CAPACES DE COMPRENDERLA QUIENES COMPARTEN ESE SENTIMIENTO DE MEXICANIDAD Y GASTRONOMÍA PROPIA, QUE HUNDE SU ORIGEN EN LOS TIEMPOS MAS REMOTOS Y TIÑE CON INTENSOS COLORES LA COCINA ACTUAL. CHAPA, 2005



Introducción

Siendo un platillo tradicional mexicano, preparado generación tras generación, la documentación del mole es escasa, por esta razón decidí abordar este tema y hacer una herramienta que sea piedra angular para futuras investigaciones. En este documento se incluyen diversos aspectos de los moles que se elaboran en la República Mexicana, presentando y analizando diferentes clasificaciones con base en sus atributos y la región en que se elaboran.

Se realiza una intensa búsqueda de recetas, en particular del mole poblano y de los siete moles oaxaqueños, identificando la frecuencia con que aparecen los ingredientes, coincidencias y diferencias en su forma de preparación.

Para este trabajo se realizaron diversas actividades como fueron:

- Visite diversas bibliotecas (Química, Central el departamento Fondo Antiguo, Nacional, INNSZ, Conaculta, Fundación HERDEZ Gastronomía Mexicana, IPN Escuela Nacional de Ciencias Biológicas, Universidad del Claustro de Sor Juana, Universidad Iberoamericana y ESDAI).
- Visite las ferias del mole realizadas en la delegación Benito Juárez
- Visite San Pedro Actopan su feria y entreviste al mayor productor del lugar
- Investigación Hemerográfica
- Adquisición de libros y revistas
- Degustación de moles
- Investigación de las recetas más representativas de este platillo
- Clasificación de recetas e ingrediente
- Pesaje de cada ingrediente
- Videos de preparación de mole

En el primer capítulo se dan algunas definiciones relativas al mole, dándose diferentes versiones del origen del mole poblano, que van desde lo anecdótico, poético y hasta histórico. Se incluye un valioso trabajo de investigación periodística realizado por Paco Ignacio Taibo I sobre el mole y sus orígenes en

los medios de publicación escritos. También se pone en contexto la importancia del mole, su religiosidad, su realeza y su afinidad con la festividad mexicana.

Aquí se presentan también los aspectos técnicos diferenciadores de los moles con sus contrapartes adobos y pipianes, así como las clasificaciones de estos, ya sea por su textura, color, lugar de elaboración, carnes, entre otras.

En el segundo capítulo se describe las técnicas tradicionales para la elaboración de moles en estudio, permitiendo distinguir la frecuencia de los ingredientes, proporciones, porcentajes, acercando al lector a obtener los valores nutrimentales de este platillo succulento por excelencia. Con base en múltiples análisis de las recetas obtenidas (en algunos casos cercanas a las cuarenta), se hace una integración y estandarización de estas para la obtención de la receta máxima que rescata la esencia del mole en cuestión, permitiendo asegurar su identidad, perpetuar su consistencia, sabor, olor y tradición.

Por último en el capítulo tercero se presenta la información relacionada con su normatividad técnica oficial, así como todo aquello que pudiera formar parte de una propuesta para establecer una Norma de Denominación de Origen diferenciada.

Este trabajo al igual que el mole, toma las expresiones, investigaciones y opiniones de los autores, las desmenuza, despepita, desvena y muele, integrándolos con las recetas, experiencias y tradiciones de la cocina mexicana, formando una deliciosa guía al misticismo de este platillo.

Objetivos

SÓLO LAS OLLAS SABEN

LOS HERVORES DE SU CALDO

.....

NO HAY MOLE

SI NO SE MUELE



Objetivo general

- Realizar una revisión bibliográfica sobre los moles de México, poniendo énfasis en el mole poblano y los moles oaxaqueños, desglosando sus recetas e identificando la frecuencia con que aparecen sus ingredientes y las distintas formas de preparación.

Objetivos particulares

- Cuantificar los ingredientes de los diferentes tipos del mole y sus procesos para facilitar la implementación de un sistema de calidad.
- Analizar los requisitos de calidad del producto terminado en las normas relacionadas al mole para su aplicación.
- Realizar una compilación actualizada en la materia, a fin de introducir al desarrollo de una norma de denominación de origen de este producto.

CAPITULO 1

GENERALIDADES DEL MOLE

PA' QUE QUIERO MÁS AGRURAS

SI CON MI MOLE ME BASTA

.....

MOLE SIN AJONJOLÍ

NI PARA TÍ, NI PARA MÍ

.....

EL QUE COME Y CANTA

LOCO SE LEVANTA



Capítulo 1. Generalidades del Mole

1.1. Definiciones del Mole

El origen de la palabra mole proviene del latín que significa una cosa grande, una mole, grandeza corpulencia. También significa masa o un gran número, una multitud, un peso o una carga. Probablemente se aplicó a las salsas cuando éstas llevaban un gran número de ingredientes más o menos secretos. Curiosamente también es un aztequismo, que viene de la palabra *Mol*, *molli*, que significa guisado-potaje-salsa Lomelí [I], se menciona también que la palabra mole proviene de la época prehispánica y de la palabra náhuatl *mulli* que quiere decir salsa...Chapa [II].

A continuación se citan las definiciones de la palabra mole de acuerdo a diferentes autores por orden cronológico.

- ♣ Mole: Salsa espesa o pasta preparada con diversos chiles, tomates o jitomates y muchos otros elementos y condimentos... (Morales [III]).
- ♣ Hoy en día sólo se da el nombre de mole en México a los guisados condimentados a base de chile... Lomelí [I]
- ♣ ...El mole se conocía ya en tiempo de los indígenas prehispánicos Molli o mulli significaba simplemente salsa o condimento, y consistía en una salsa espesa, confeccionada con chiles, tomates rojos, pepitas de calabaza molidas, masa de maíz y otros ingredientes. En esa salsa se bañaban y cocinaban piezas de guajolote y otras aves, y aún de otros animales (García Rivas [IV]).
- ♣ ...Es una fusión de chiles, frutos, semillas y cereales que, mediante la transformación sucesiva de sus ingredientes, se transforma en un platillo...(Campero [V])
- ♣ Mole: (chirmole, chimole) Salsa prehispánica elaborada a base de chiles y especias, de la que existen múltiples variedades. Según

la región adquiere su toque distintivo y recibe diferentes nombres: mole de olla, negro, amarillo, rojo, verde, poblano o oaxaqueño, entre otros(Quintana [VI]).

- ♣ Es un producto alimenticio de color y aspecto variable según su composición, que contiene como ingredientes básicos, chiles, agua, aceites y/o grasas comestibles, harinas, féculas, almidones, sal, especias, condimentos, otros ingredientes opcionales y aditivos (NMX-F-422-1982).
- ♣ Producto alimenticio de color y aspecto variable según su composición, que contiene como ingredientes básicos chiles, agua, aceites y/o grasas comestibles, harinas, féculas, almidones, sal, especias, condimentos, así como otros ingredientes opcionales (cacao, chocolate, cacahuate, nueces, pasas, almendras, avellanas, tortillas, pan, consomé, jitomate y plátano macho)(PC-019-2004).

De acuerdo con las definiciones previas se puede decir que:

El mole es una salsa espesa preparada con diferentes chiles, jitomates, especias y condimentos, el cual difiere de región en región y en cada una de ellas se encuentra un toque distintivo, siendo habitual utilizarlo en eventos festivos tales como bodas, bautizos, cumpleaños y en las fiestas de los santos patronos de cada pueblo.

Con respecto al mole cabe hacerse la siguiente pregunta: ¿Es un guiso o es una salsa? Intentando dar respuesta a esta disyuntiva Taibo [IX] expresa lo siguiente:

“Para mí que el mole es una salsa y para otros que es un guiso. Yo pienso que es una salsa, porque bien se puede hacer y luego volcar sobre la carne, ya cocida.

Incluso, pienso que el mole es mole, aún cuando no tenga carne. Y el caso es, que el poblano dice “mole de guajolote” cuando al mole se le pone pavo , con lo cual parece decir, que hay tantos moles como carnes se le añadan a la salsa. El diccionario de la Lengua Española (17ava, edición), se instala entre

guiso y salsa, con esa falta de precisión que suele adoptar la Academia cuando no sé sabe por qué cocina se anda:

“Mole. Guisado. Una salsa que se hace con chile colorado, ajonjolí y otros ingredientes”.

...diré que el mole es una salsa y no un guiso, y ello porque participa más en su condición salsera que de su acercamiento a los guisados.

...el guiso, por otra parte, sería la carne y la salsa unidas. Pero el mole, curiosamente, vale por ser salsa, y aún se puede cambiar la vianda sin cambiar el mole, y mole tendremos y no otra cosa”.(Taibo [IX]).

Las definiciones dadas por la Real Academia de la Lengua Española a salsa guiso mole, son las siguientes:

Salsa. (Del lat. salsa, salada). f. Composición o mezcla de varias sustancias comestibles desleídas, que se hace para aderezar o condimentar la comida. || Cosa que mueve o excita el gusto. ||

Mole. (Del nahua mulli, salsa). m. Hond. y Méx. Salsa espesa preparada con diferentes chiles y muchos otros ingredientes y especias. || Méx. Guiso de carne de pollo, de guajolote o de cerdo que se prepara con esta salsa.

Guiso. m. Comida guisada.

Guisado, da. (Del part. de guisar).m. Guiso preparado con salsa, después de rehogado. || Guiso de pedazos de carne, con salsa y generalmente con patatas.

Con lo anterior la respuesta continúa abierta ya que el mole puede pertenecer a ambas definiciones, guiso y salsa.

1.2.Historia del Mole

La cocina constituye un elemento fundamental de la cultura mexicana, por lo que alrededor de ella se genera un gran número de leyendas y tradiciones de las que no se escapa uno de sus platillos favoritos: El Mole.

A continuación se citan algunas versiones sobre el controvertido origen del mole:

Farga [X] dice lo siguiente:

En la Puebla de los Ángeles, que fundara en 1531 Fray Toribio de Benavente (mejor conocido como el Padre Motolinia) lugar de tradición coquinaria surge, por las monjas, este famoso y mexicanísimo manjar.

Fueron las religiosas del Beaterio de Santa Rosa, que en agradecimiento a su ilustrísima el señor Obispo Don Manuel Fernández de Santa Cruz y Sahagún, por haberles construido un convento propio, le dedicaron para el día de su festividad onomástica, un nuevo plato. Sor Andrea, hermana superiora, saca del patio un “huaxolotl”, el ave legítima por excelencia, y después de varias baturas descubre el genial adobo que integra la laboriosa receta.

Fue grande la impresión que causó tan sorprendente embajada, el regalado dignatario y sus acólitos arremetían placenteramente y con avidez, con los rezumantes trozos, cuya achocolatada salsa escapaba indiscreta por las comisuras de los labios.

Paco Ignacio Taibo I, manifiesta lo siguiente:

El mole nace como homenaje a un hombre supuestamente importante, cuya importancia, sin embargo, ha quedado ya muy por debajo del mole.

Estupenda lección, para futuros Virreyes, la crónica de cómo el Marqués de la Laguna ha quedado en la historia, gracias a que dos monjas le regalaron, la una, una salsa y la otra unos versos.

Sor Juana Inés de la Cruz, tenía verdadera afición por los marqueses de la Laguna, Virrey y señora de la Nueva España, en quienes veía a dos grandes mecenas; y para convertir en obra este amor, Sor Juana les dedicó multitud de villancicos, sonetos, poemas y otras obras poéticas de diferentes estilos.

Cuando otra monja, Sor Andrea de la Asunción, recibió el encargo de crear un plato especial que el señor Virrey se quedara asombrado, hubo de competir no tanto con las otras cocineras poblanas, como con los versos de Sor Juana, que ya habían encandilado al marqués y lo traían de un hilo.

Así, que en la bella cocina, adornada con azulejos, grandes ollas de barro, olorosas a especias y a chocolate, Sor Andrea hubo de tomar decisiones muy difíciles. Decidió la monja entrar por los complejísimos caminos del barroco gastronómico y resumió en una sola comida todos los lujos del país...

“Según una antigua leyenda, cuando la inventora del mole estaba moliendo cacahuates y otros productos en su cocina, un grupo de monjas la observaban atentamente.

Y una de ellas, aún menos ilustrada que sus compañeras se admiró:

-¡Qué bien mole usted, hermana!

Las otras monjas corrigieron con suavidad:

-Muele, hermana, se dice muele.

Y en Mole se quedo la salsa que se estaba haciendo”.

Domingo [XI] en su obra “De la olla al mole” no coincide con lo propuesta de Taibo I [IX] pero si lo hace con Farga [X] expresando lo siguiente:

“Según Paco Ignacio Taibo I en su Breviario del mole poblano, la célebre salsa-guiso nació en el convento de las dominicas de Santa Rosa de Lima y fue creado por Sor Andrea de la Asunción, precisamente para Don Tomás Antonio de la Cerda y Ragón, Marqués de La Laguna y Conde de Paredes, Virrey de México y esposo de Doña María Luisa Manrique de Lara, novia espiritual de Sor Juana Inés de la Cruz.

El autor estima que el famoso invento debió tener lugar en 1680 cuando, tras desembarcar en Veracruz para ir a ocupar su cargo, el nuevoVirrey hizo etapa en la Puebla de los Ángeles, en donde, como a todos sus antecesores, se le ofrecieron fiestas, arcos de triunfo alegóricos y banquetes.

Pero Armando Farga, en la Historia de la comida en México, dice que Sor Andrea, que era la superiora del convento, y las cocineras de la institución crearon en realidad el plato para su Ilustrísima Monseñor Don Manuel Fernández de Santa Cruz y Sahún, (Sor Filotea, para los iniciados), en el día

de su onomástico y en agradecimiento por haberles constituido un convento propio.

La versión de Taibo es sugerente e imaginativa, sobre todo por la relación con Sor Juana. Pero la de Farga me parece la buena. Es más verosímil y se ajusta a varias realidades y también se relaciona con Sor Juana”.

Lomelí [1] comenta lo siguiente sobre el origen del mole:

“El verdadero, el original, fue creado en la cocina de Santa Rosa, en Puebla, que se encuentra en 3 Norte 1205 de esa ciudad. Tal cocina no solamente es notable porque se afirma que ahí se inventó el mole poblano o de guajolote, sino porque en la actualidad es la única que representa a las viejas cocinas poblanas y también por sus azulejos que son de las más cautivadoras tonalidades.

En esa cocina Sor Andrea (no en balde su nombre significa un tributo al hombre) de la Asunción, religiosa dominica, inventó el mole poblano rodeada por la blancura del cuadrillado de Talavera. El visitante queda atónito al contemplar aquella maravillosa cocina monjil, que más bien parece el embrujo de un cuento de hadas que una creación de arte colonial. En dicha cocina se contempla una leyenda que dice: “La del mole poblano”.

Se cuenta que en la época colonial uno de los Virreyes hizo una visita a la ciudad de Puebla y con este motivo en todos los conventos se hacían sabrosos platillos ricamente aderezados, pues las Religiosas se disputaban el honor de agradar al Virrey que era atendido regiamente por el Obispo Don Manuel Hernández y de Santa Cruz.

Las superiores de los conventos encargaban a las religiosas refectoleras, que eran las que se entendían con la comida, que procuraran esmerarse en la preparación de las viandas que se enviaban a Su Excelencia el Virrey.

En el convento de Dominicas de Santa Rosa, en la ciudad de Puebla, se encontraba Sor Andrea de la Asunción, que era una gran maestra en guisos y a quien le tocó en suerte inventar el sabroso mole de guajolote.

Era un domingo de quincuagésima, cuando tuvo la idea de hacer algo que sorprendiera al mismo obispo, y en efecto al día siguiente tras de comulgar se dirigió resuelta a la cocina y disponiendo las cosas convenientemente principió por tomar chile ancho, mulato, pasilla, unos chipotles que desvenó y doró en manteca. Por otro lado puso un comal en la lumbre, en donde tostó un poco de ajonjolí, cogió unos clavos de guisar, unas pimientos, almendras, cacahuates, canela, anís y molió todo junto. A estos ingredientes agregó dos tablillas de chocolate, unos jitomates, cebolla, ajo asado y unas tortillas de maíz que también pasaron por la molienda y como la víspera había matado un guajolote engordado con castaña y avellana, completó el guiso con tan sabroso caldo y apetecible carne, y he aquí que obtuvo el complicado menjurje del mole poblano que tanto gustó al Virrey y al mismo Obispo.

Sor Andrea de la Asunción había obtenido un gran triunfo con el invento del mole, los demás conventos le pidieron la receta de tan exquisito platillo, que se puso de moda en la casa de los ricos, hasta que llegó a nuestro pueblo, quien lo ha hecho predilecto de todas las fiestas nacionales, privadas o religiosas.

García Rivas [IV] comenta:

El <mole poblano> es un platillo mestizo, elaborado en la Nueva España del siglo XVII. Según la tradición, este platillo lo inventaron Sor María del Perpetuo Socorro y otras monjas del convento de Santa Rosa, en Puebla, para ofrecerlo al obispo Manuel Fernández de Santa Cruz, agradeciéndole los muchos favores que de él habían recibido. El obispo, con su reconocimiento y en recompensa, mandó construirles la suntuosa y monumental “Cocina de azulejos”, que aún puede admirarse en el antiguo monasterio, convertida en el Museo de la Cerámica...

Campero [V] indica:

El mole poblano tiene su origen en una cocina conventual, la del monasterio de Santa Rosa en el siglo XVII.

Taibo I [XII] refiere lo siguiente:

“Apenas se intenta catalogar al mole y la confusión nos arrastra.

En los últimos tiempos, todo nuevo proyecto de crear la bibliografía del mole nos lleva a nuevas inquietudes.

Siendo el día 12 de diciembre 1926, Don Carlos de Gante publica en el diario Excélsior de la ciudad de México un artículo titulado “Santa Rosa de Lima y el mole”, en el que afirma que en el convento de tal nombre nació el platillo hoy famoso.

Dice el articulista que el mole nació para agasajar al obispo Don Juan Manuel Fernández de Santa Cruz, a quién las monjas debían favores.

Un viajero italiano, Juan Francisco Genelli Carreri, que estuvo en Puebla el año 1696, procedente de Nápoles, visitó al obispo y lo encontró <<muy docto y noble, cortés y moderado.>>

El obispo dejó su cargo en 1696, después de crear, en 1688, el convento de Santa Mónica.

Por otra parte, el convento de Santa Rosa, que antes había sido un beaterio dominico, se fundó en 1740. Esto nos lleva a dos conclusiones: la de que el obispo no pudo comer un mole casi medio siglo después de haber muerto, y el hecho de que las monjas que le debían favores eran las del convento de Santa Mónica y no las de Santa Rosa.

En el mes de agosto de 1927, en el diario El Universal Don Artemio de Valle de Arizpe, dueño de un estilo lleno de gracia pero ajeno al rigor histórico, añade nuevos y asombrosos datos.

Afirma que el convento de Santa Rosa de Lima, Puebla de los Ángeles, se había producido una especie de revolución emocional, ya que había llegado a la ciudad el Virrey y todas las congregaciones monjiles le habían enviado suculentos platillos, mientras que a las monjas de Santa Rosa, famosas por sus inventos gastronómicos, nada se les había ocurrido.

Una angustia invadía las almas cándidas pero no preparadas para tan difícil competencia. Hasta que a Sor Andrea, que estaba como sonámbula, se le ocurrió el mole.

Don Artemio, al llegar a este punto, hace una relación de los estupendos platillos conventuales de la época: faisán en sartén, pulpa de res en yerbas finas, pollos cardenales, huevos alabardados, codornices rizadas, gallinas en piña, galán de lomo de cerdo. <<Sólo algo excepcional, nuevo, asombroso, podía borrar la imagen de tanta gloria.>>

Don Artemio nos da el nombre de la cocinera, Sor Andrea de la Asunción, pero no nos dice quién era el virrey.

En 1944, el diario El Nacional, también de la ciudad de México, publica un ensayo que ya el autor, el hondureño Rafael Heliodoro Valle, había leído en el Congreso Internacional de Americanistas, en 1939.

Don Rafael afirma que tanto la historia del obispo como la del Virrey son cuentos de hadas. Se basa para mantener esta nueva teoría en que otro intelectual, Don Agustín Aragón Leyva, señala que la palabra mole figura en la numerosa familia de guisados con chile, entre ellos tremole, chilmore, pozole, ayomole y clemole.

Y Don Rafael añade: <<Se puede decir que el mole es de Puebla, tal vez de la ciudad de Puebla, o de una de sus ricas haciendas.>>

Tal propuesta viene no sólo a eliminar al obispo y virrey, sino a poner en duda a la propia ciudad poblana en la historia del mole. Pero la teoría de la que nadie inventó el mole, sino que ya estaba inventado antes de la aparición de Sor Andrea, jamás ha tenido éxito más que en mano de ciertos iconoclastas. E incluso seres tan respetables como Don Alfonso Reyes, en 1953, da crédito a la genial inventora”.

Taibo I [XII] comenta sobre lo expuesto por Domingo [XI] en el libro “De la Olla al mole”:

“Las dos versiones, la del maestro Farga y la mía, hubieran podido continuar sus vidas paralelas de no haber aparecido, en el año de 1984, el libro “De la olla al mole”, del gastrónomo famoso Xavier Domingo, editado en Madrid por Cultura Hispánica.

Poco después, en 1986, aparece el libro “El chile y otros picantes” de Arturo Lomelí.

Para quien se haya perdido en los vericuetos de estas informaciones, resumiré así la situación:

Versión I: el mole nació como homenaje a un Arzobispo.

Versión II: el mole nació como homenaje a un Virrey.

Versión III: el mole nació como un homenaje a un Virrey, y un Arzobispo que ofreció el homenaje.

Por lo cual el argumento que apoya la teoría de que el homenaje gastronómico le fue ofrecido a un Arzobispo y no a un Virrey y se sustenta en la presunción de que el segundo no habría podido entrar en un convento de clausura, ni aún por ser un día especial.

Entonces, si fue el Marqués de la Laguna el primero en probar el mole poblano, no debe extrañarnos que de inmediato pusiera de moda tan original condumio.

Vivió este Marqués en México desde 1680 hasta 1688 y creo que el mole, tal y como ahora entendemos, refiriéndonos al de guajolote, entre estas fechas nació y prosperó”.

Taibo I [XII] y Chapa [II] coinciden en la siguiente leyenda del origen del mole:

“Algunos atribuyen su creación a Pascual Bailón, que siendo cocinero de un convento en Puebla, en plena época colonial, y queriendo agasajar a grandes jerarcas de la iglesia y altos nobles, accidentalmente tiró dentro del jabón utilizado para asear la cocina el dulce que preparaba. Furioso consigo mismo, arrojó las especias que tenía a la mano en la olla donde hervía varios pavos. Tras la iracundia vino el arrepentimiento y cayó de rodillas implorando la ayuda

de Dios, pues creyó que por descuido y luego por enojo había echado a perder la comida íntegra de aquel día tan señalado. Cuenta la historia que, cual prodigio, se mezclaron todos los ingredientes con el caldo, dando así origen al mole y asegurándole a Pascual Bailón un éxito tal que le valió ser beatificado, conociéndosele hoy como el Santo de los cocineros.

...por esta razón las cocineras de Puebla de los Ángeles lo buscan entre las ollas y, cuando algo se les tuerce en la cocina, piden ayuda a san Pascual para que intervenga y las salve de la catástrofe”.

Trilling [XIII], menciona:

De acuerdo con mi estudioso amigo, el maestro Rafael Ricardéz, en Oaxaca ya se hacía mole en las cortes reales prehispánicas. Rafael tiene un extenso acervo de libros arqueológicos que describen el hallazgo de ingredientes de mole fosilizados en las tumbas de Monte Albán, ...En el palacio zapoteca de la cercana Zaachila pudo haberse servido mole...

Chapa [II] comenta:

Sobre el polémico origen de este mole, considero que más allá de su evidente identidad poblana, pertenece realmente a toda una civilización, es producto del mestizaje y se ha ido enriqueciendo y configurando de manera diversa, según la época que abordemos, hasta llegar espléndido a nuestros días.

Si nos refiriésemos al vocablo y a sus raíces lingüísticas, entonces sería inconfundiblemente prehispánico, porque proviene de molli que en náhuatl significa salsa. Así en Las Crónicas de la llamada Nueva España se hace referencia al “Gran señor Moctezuma”, quien con una tortilla tomaba un pedazo de carne de guajolote, previamente embadurnado con esa mezcla que molían a conciencia en el metate.

Pero si lo enfocamos de otra manera, es decir por el número y tipo de ingredientes que requiere un buen mole poblano, en mi opinión no menos de diez para que se aprecie de serlo, estaríamos entonces enmarcándolo en un estilo que delineó toda una época y me refiero completamente al barroco.

Así también, si nos atuviéramos a un mole que mezcla elementos y procesos de dos culturas sustantivas, la indígena y la española, además de las influencias y aportaciones que conformaron a esta última, entonces necesariamente el punto de partida tendrían que ubicarse en un mestizaje que inicia hace 500 años.

Y para refrendar esa evolución histórica, baste remitirnos a los conventos de Puebla de los Ángeles que ampararon inequívocamente su procedencia gastronómica para situarnos frente al legendario y maravilloso mole poblano con todo y sus cambios.

Sin embargo, si bien nace en Puebla como lo conocemos hasta nuestros días, con menores y mayores variantes, es evidente que se decanta a través del tiempo. Pero lo más importante hasta ahora en pleno siglo XXI podemos disfrutarlo y atrevernos a ponerle la calificación como el platillo nacional por excelencia.

Otro punto de discusión, independientemente de su procedencia y ubicación regional en el mapa de los sabores de México, claramente definido, se refiere a quién fue el primer destinatario de tan excelso platillo.

Sabemos de dos versiones básicas, cuya diferencia estriba en términos de la identidad del personaje a quién se preparó, pues mientras en un caso se afirma que el gran honor lo recibió el obispo de Puebla, Manuel Fernández de Santa Cruz y Sahagún, otros sostienen que surgió para darle la bienvenida a Don Tomás de la Cerda y Ragón, Marqués de la Laguna, recién nombrado Virrey de México, en 1680, así como para festejar a su esposa Doña María Luisa Manrique de Lara.

En todo caso, considero que lo relevante no es para quién se hizo sino quién y cómo se elabora. Ahí la discusión parece ser menor e incluso se diluye porque todo apunta y coincide en que fueron las madres dominicas del convento de Santa Rosa, en Puebla. Al parecer ya nadie les regatea esa genialidad gastronómica, especialmente a Sor Andrea de la Asunción, quien por su gran aportación no sólo a la cocina nacional sino a nuestra identidad cultural, debiera recordársele inscribiendo su nombre en muchas de nuestras

calles y avenidas, incluso figurar en recintos culturales donde recordamos a hombres y mujeres célebres de México.

“Los virreyes eran recibidos con moles. Mole comió Hidalgo en Salvatierra. Mole se sirvió en la comida de coronación de Iturbide, en la recepción de Maximiliano, en el retorno de Juárez a Palacio Nacional tras el triunfo en la República, en la restauración del Senado por Lerdo de Tejada, en la boda de Porfirio Díaz con Carmelita Romero Rubio”.

Como hemos podido leer las versiones sobre el surgimiento del mole, abarcan desde la época prehispánica a la barroca. Siendo interesante saber el origen del mole y la trascendencia que fue dando a lo largo de la historia de México, además de su lista inmensa de ingredientes, de su sabor exquisito, de su mezcla cultural y su importancia en las mesas de personajes importantes.

1.3. Clasificación del Mole

Existen diversas clasificaciones del mole. Hay autores que lo clasifican de acuerdo al color, sabor, textura, ingredientes o lugar donde es elaborado.

La clasificación de los moles se vuelve mas compleja por el hecho de que algunos autores proponen que se incluya dentro de la clasificación una serie de platillos en la categoría de los moles.

1.3.1. Adobos y pipianes

Hay quienes incluyen a los “adobos” y a los “pipianes” dentro de los moles debido a que existe una gran coincidencia en los ingredientes utilizados y en la forma de preparación. Algunas definiciones de adobo y pipián son las siguientes:

Adobo: es cualquier salsa preparada o compuesta que sirve para sazonar y conservar las carnes y otros alimentos. También se le llama así a una salsa especial hecha con chile ancho, ajo, cebolla y vinagre (Morales de León [III]).

La palabra adobo es también universal, con ese nombre se designan varios caldillos más o menos espesos para condimentar distintos alimentos. También se designa con el mismo nombre las distintas preparaciones, incluso la salmuera para conservar todas las sustancias alimenticias. Aunque habrá que

señalarlo, tanto los moles como los adobos mexicanos son siempre en estricto sentido guisos o salsas preparadas con chile Lomelí [I].

Adobo: pasta para condimentar hecha con chiles secos, vinagre y sal(Trilling [XIII]).

Adobo: salsa elaborada con chiles anchos, mulatos, guajillos o de árbol que se combina con una pasta de achiote, ajos y cebolla, se condimenta con hierbas de olor, piloncillo y, algunas veces, con anís, canela y vinagre. Las carnes rojas, aves, pescados y mariscos se maceran con esta salsa y se cocinan en guisados, a las brasas, al vapor o en barbacoa (Quintana [VI]).

Pipián: aderezo que se elabora con la pasta de semillas oleaginosas (mayormente las de calabaza) molidas y tostadas, y que por lo general se incorpora, con hierbas finas o especias, a un clemole (caldillo de chile con tomates o jitomates)(Morales de León [III]).

El pepián o pipián, tomó su nombre al confeccionarse con pepitas de calabaza, semillas, almendras y granos, para espesar o aderezar otros caldos y condumios (García Rivas [IV]).

Pipián: salsa hecha de pepitas de chile tostadas, cacahuete, tomate verde asado, ajo tostado, chile ancho tostado, desvenado y remojado en vinagre y cebolla asada. Se usa preferentemente en aves (Quintana [VI]).

1.3.2.Color

Paco Ignacio Taibo I [XII], clasifica a los moles conforme a su color, algunos ejemplos son: *“guisado coloradito, guisado amarillito, mole amarillo de panza de res del Istmo, mole amarillo de puerco, mole amarillo de chile costeño, mole amarillo de venado serrano, mole amarillo de cualquier carne, mole coloradito de Oaxaca, pollo en mole verde tradicional de Xalapa, mole verde, mole verde con almendras, mole verde de pollo, mole verde de carne de res, mole verde de chícharo, mole verde de pepita, mole verde de Doña Adela, mole blanco de Doña Minerva Gama de Jacob, tlatonile (guiso parecido al mole verde, en Veracruz se hace con cacahuete y chile; en el Estado de México con chiles verdes y tomate; en Guerrero con pepita, chile verde y tomate), mole mulato, mole prieto, mole negro, mole Valle Verde”*.

En cuanto al sabor hay quienes marcan diferencias por el picor, la dulzura y el aroma, aun cuando ningún autor hace una clasificación completa de los moles basada en el sabor. Hay algunos que hacen menciones breves sobre este tipo de clasificación. Taibo I [IX] y Chapa [II].

1.3.3.Textura

La Chef internacional Patricia Quintana [VI] clasifica la textura de los moles en:

Clembles y moles caldosos : En la lumbre de los fogones de leña se guisan los aromáticos tlembles, al borbotear en ollas y cazuelas de barro el caldo se tiñe con esencias rojas, negras, anaranjadas y verdes de los chiles pasilla, ancho, mulato, poblano; se combinan los olores de las especias, las hojas de epazote y de aguacate; se acompaña de la carne jugosa y de las verduras tiernas. Por ejemplo: Mole de olla de José Esquitín con cecina ahumada, pascalito de Doña Ina, caldo de hongos al natural, tlemole de flor de calabaza, sopa Tlatixhuilli, chichilo, tlemole de flor de izote y palmito, cuajito de los Fernández de Villa de García, alcaparrado, caldo michi, mole de olla verde con verdura de la tierra y mole de epazote.

Moles ligeros de los mercados : En los mercados de México, la abundancia de colores, fragancias y texturas cautiva nuestros sentidos. El antojo se envuelve irresistible cuando las mujeres nos invitan a disfrutar de sus molitos ligeros de queso, de pescado, de carne con verduras, que sirven humeantes en sus platos de colores, acompañados de tortillas recién palmoteadas y frijolitos de olla. Entre otros: Chicharrón en salsa verde, mole de pescado en hojas de plátano, mole de queso, verde estilo Oaxaca, tamal oaxaqueño con coloradito, mole amarillo de Querétaro, tamal de frijol, mole campesino con conejo, trocitos de puerco en salsa chipotle, tamales de alverjón, mole del día, kurundas, Zacahuil de la Huasteca Veracruzana, enmoladas y tasajo, sincronizadas de pavo con mole, pancita del mercado en mole de guajillo y torta de mole.

Moles semiespesos: Se empieza escogiendo chiles, tomates, semillas; los tuestan o asan a las brasas, para luego moler y remoler los ingredientes en el

metate de piedra curado. Vierten en las grandes cazuelas de barro la mezcla semiespesa y la sazonan. Por ejemplo: Almendrado, tacos de mole huasteco, mole michoacano con pichones, soufflé de mole, mole de pimienta, mole Nayarit, empanaditas de mole, mole de cuitlacoche, mole Esperanza, mole carretero, manchamantel y encacahuatado.

Moles aterciopelados: Es preparado con chiles, piñones, almendras, canela y clavo. Es un mole de textura suave y tenue aroma que resalta el sabor de las aves, las carnes rojas y los pescados. Entre otros: Mole de flor de jamaica con langosta, mole de novia, mole huasteco, mole de chapopote, mole negro oaxaqueño, mole de castilla, mole de Xico, mole de tamarindo, mole pico de damas al foie gras y mole poblano.

Adobos: Es una salsa de chiles, hierbas de olor, piloncillo, anís, canela y vinagre, suaviza las carnes rojas y las de aves y le da fragancia a los pescados y mariscos. Por ejemplo: Pollo pibil en olla de barro, filete al chilmole con cebollas moradas encurtidas, conejo al adobo a las brasas, lechón al pibil, gallinitas al achiote con salsa de pulque, queso holandés relleno de mariscos al chilmole, camarones en adobo y pescado a la talla.

Pipianes: Estos platillos tienen tonos rojos y verdes por las semillas de chile, las hojas de lechuga y de rábano, con la que son elaborados. Entre otros se encuentran: Pipián con esencias de Atlixco, pato en pipián verde, chile relleno de frijol en salsa de pepián, pipián rojo con nuez de la India, pulacles, tlatonile de boda.

Los moles también son clasificados de acuerdo al lugar de elaboración. Autores como (Chapa [II], Lomelí [I], Rhijn [XLI], Taibo I [IX] y [XII], Quintana [VI]) entre otros.

1.3.4.Lugar de elaboración

Aguascalientes: Los guisos presentes en este estado son: costillas de cerdo en mole colorado, guajolote en mole verde, mole aguascalentense, mole Doña Petra, mole verde y tentación de mole Chapa [II].

Baja california: Los platillos característicos son el mole casero y el mole de hongos Chapa [II].

Campeche: Entre los platillos se encuentran: recado de adobo blanco o de puchero, adobo especial para pato, recado de cochinita pibil, pipián de venado pibil, chilmole, pato adobado, armadillo en adobo, mojarras adobadas(Botella [XIV]) y mole estilo Campeche Chapa [II].

Chiapas: Los únicos guisos son: el mole fronterizo (Taibo I [XII]) y el mole de frutas Chapa [II].

Chihuahua: Entre los platillos se encuentran: mole adobado, mole ranchero con queso, mole asadero, mole de pancita tatemado, pipián y venado en mole de chile colorado Chapa [II].

Coahuila: Dentro de los guisados están: salchile, mole lagunero y mole verde estilo Coahuila Chapa [II].

Colima: Tiene platillos característicos como: pepián (Caraza [XV]), iguana en pipián, enchiladas de iguana, iguana en mole, mole de iguana, pipián de iguana, iguana en mole o caldo, iguana en mole verde(Martínez [XVI]) y pipián verde colimense Chapa [II].

Distrito Federal: Hablar de la gastronomía de la Ciudad de México es casi imposible, ya que en esta inmensa urbe se mezclan no sólo las cocinas de todos los estados de la República, sino también las de muchos países... (Caraza [XVII]). Algunos ejemplos son: mole verde, pipián con papas y nopales, pipián con hierbitas, el pipián con verdolagas, el pipián con carne de conejo, pipián con bisteces, pipián con lengua de vaca, pollo cimarrón en mole de

olla(Cruz Díaz [XVIII]), picho mole (Taibo I [XII]), mole a la manera de la abuela, mole capitalino, mole de olla (Caraza [XVII], Chapa [II] y Belman [XIX]) y guacamole(Belman [XIX]).

Durango: Se encuentra: pipián rojo (Caraza [XX]) y pipián de gallina (Chapa [II]).

Guanajuato: Entre los platillos presentes en el estado son: pipián con xoconostle, pipián verde, colita de res adobada con xoconostle (Almaza [XXI]), mole francachela, mole de fresas y mole verde del insurgente Chapa [II].

Guerrero: La comida guerrerense, una de las que han mantenido con mayor fuerza su carácter original y su estrecha vinculación con el México antiguo (Caraza, [XXX]). Algunos ejemplos son: mole rosa de Taxco(Girionella [XXII]), ayomole (Aparicio [XXIII] y González [XXIV]), mole verde, el mole rojo(Aparicio [XXIII]), mole de pollo, conejo en pipián o palomas silvestres, cacaya en pipián, mole, mole de guajolote,(Chemin [XXV] y 2, González [XXIV]), tamales de mole, mole verde con espinazo de puerco, pipián de hongos, pipián de conejo, frijol en pipián(González [XXIV]), pato en mole de tierra caliente, mole rosa y mole bravo Chapa [II] .

Hidalgo: Algunos ejemplos son: mole de olla (Gironella [XXII]) y conejo en mole rojo con piñones (Caraza [XXVI]).

Jalisco: Entre los platillos se encuentran: manchamanteles, mole de guajolote estilo Jalisco Chapa [II], mole tapatío (Taibo I [XII] y Chapa [II]) y enchiladas tapatías (Belman [XIX]).

Michoacán: Ofrece entre otros guisos: guacamole, manchamantel (Caraza [XX]), mole michoacano(Taibo I [XII]), mole michoacano de guajolote, mole de camarones Chapa [II] y pipián verde (Belman [XIX]).

Morelos: Entre ellos se encuentran: mole rojo con tamales de ayocote, mole colorado con pollo y tamales de milpa, mole rojo con nopales, mole rojo, mole

verde, mole verde(Puopacla), guaxmole, mole rojo(2) (Hernández Cortés [XXVII]), enchiladas de pato(Caraza [XX]), mole estilo Morelos y mole de granja Chapa [II].

Nayarit: Tiene por ejemplo: pollo en pipián (Medina [XXIX]), mole succulento Chapa [II] y mole Nayarit (Quintana [VI]).

Nuevo León: Se tiene a la gallina en mole (Chapa [II]).

Oaxaca: En el proceso de creación de la comida oaxaqueña se dan cita componentes inesperados, resultado de accidentes históricos que en su momento cambiaron el mundo (Caraza [XXx]).

La clasificación propuesta para la gran diversidad de moles oaxaqueños es en tres grupos. En primer lugar los mas importantes que serían los siete moles oaxaqueños citados por (Velásquez [XXXI] y Trilling [XIII]), el segundo grupo incluiría todos aquellos moles que no correspondan al primer grupo, en el tercer grupo se incluyen todos los platillos en los que participa el mole como salsa.

Los más importantes:

Amarillo: Uno de los siete moles de Oaxaca; contiene chiles chilhuacles amarillos, o chiles costeños amarillos, junto con otros chiles, tomate y tomatillos. Se espesa con masa y se le da sabor con hierba santa, cilantro o pitona, según la carne que se use (Trilling, [XIII]).

- ♣ Mole amarillo (Voluntariado [LVII], Velásquez [XXXI], Gironella [XXII], Hernández Palacios[XXXII], Caraza [XX], Chapa [II] y Belman [XIX]).
- ♣ Mole amarillo Tlalmanalli (Caraza [XXx])
- ♣ Amarillo con chile costeño (Velásquez [XXXI])
- ♣ Amarillo costeño de Oaxaca (Velásquez [XXXI])
- ♣ Amarillito con carne (Velásquez [XXXI])
- ♣ Amarillito pitona (Velásquez [XXXI])
- ♣ Amarillo de venado (Velásquez [XXXI])

- ♣ Amarillo de carne de guajolote (Hernández Palacios [XXXII])
- ♣ Amarillo de pollo (Hernández Palacios [XXXII] y Caltzontzin [XXXIII])
- ♣ Amarillo de carne de res (Hernández Palacios [XXXII] y Caltzontzin [XXXIII])
- ♣ Amarillo de carne de temazate (Hernández Palacios [XXXII])
- ♣ Amarillo de tepejilote (Hernández Palacios [XXXII])
- ♣ Amarillo de Chirimole (Hernández Palacios [XXXII])
- ♣ Amarillo de conejo (Caltzontzin [XXXIII])
- ♣ Amarillo de nopales (Caltzontzin [XXXIII])
- ♣ Mole amarillo de hueso asado (Merlín [XXXIV])
- ♣ Mole amarillo (convité) (Merlín [XXXIV])

Chichilo: Mole poco común que obtiene su sabor ahumado de las tortillas y semillas quemadas que se muelen en la salsa. Por lo general se hace con carne de res y puerco, papas chayotes y ejotes, como lo que da como resultado un mole estilo guisado. Lleva un aderezo especial de chile de agua marinado, cebolla y limón (Trilling, [XIII]).

- ♣ Mole chichilo (Velásquez [XXXI], Caraza [XXX], Flores [XXXV] y Trilling, [XIII]).
- ♣ Mole chichilo de guajillo (Traslosheros [XXXVI])
- ♣ Mole de chichilo con cerdo (Traslosheros [XXXVI])
- ♣ Chichilo con chambarete (Traslosheros [XXXVI])
- ♣ Chichilo con chochoyotes (Traslosheros [XXXVI])
- ♣ Chichilo claro (Traslosheros [XXXVI])

Coloradito: Mole color rojo ladrillo, uno de los dos moles que contienen un trocito de chocolate entre sus muchos ingredientes. Esta salsa se usa para hacer enchiladas (Trilling, [XIII]).

- ♣ Mole coloradito (Tajonar [XXXVII], Voluntariado [LVII], Lomelí [I], Velásquez [XXXI], Gironella [XXII], Caraza [XXx], Henestrosa [XXXVIII], Trilling, [XIII], Chapa [II] y Belman [XIX]).

Manchamanteles: Este mole es dulce y tiene un sabor afrutado acre que le proporcionan la piña y el plátano macho, dos de sus ingredientes (Trilling [XIII]).

- ♣ Manchamanteles (Cocina mexicana [XXXIX] y Trilling [XIII]).

Negro: El rey de los moles. Obtiene su color negro porque los chiles se tuestan hasta quedar oscuros y se queman las semillas. Tiene más de 25 ingredientes y es uno de los dos moles que contienen un trocito de chocolate. Se hace para el Día de Muertos y otras festividades. Esta salsa se usa para hacer enmoladas (Trilling [XIII]).

- ♣ Mole negro (Tajonar [XXXVII], Voluntariado [LVII], Lomelí [I], Velásquez [XXXI], Quintana [VI] y [XL], Rhijn [XLI], Gironella [XXII], Dalton [XLII], Henestrosa [XXXVIII], Merlín [XXXIV], Caraza [XX], Flores [XXXV], Taibo I [XII], Chapa [II], y Belman [XIX]).

Rojo: Originalmente llamado tlemole (clemole), de este mole se tiene registro desde que los españoles llegaron a México y es uno de los más picantes y condimentados. Se usa en el pozole mixteco y en la salsa para enchiladas (Trilling [XIII]).

- ♣ Mole colorado o rojo (Lomelí [I], Hernández Palacios [XXXII] y Pérez, [XLIII]).
- ♣ Mole rojo istmeño (Trilling [XIII])

Verde: Mole de hierbas frescas que se hace con chiles y tomates verdes, hierbas y tomatillos. Por lo regular se hace con carne de puerco y frijol blanco y se espesa con masa (Trilling [XIII]).

- ♣ Mole verde (Velásquez [XXXI], Gironella [XXII], Caraza [XX], Trilling [XIII] y Quintana [VI]).
- ♣ Mole verde con guajolote (Tajonar [XXXVII])
- ♣ Mole verde de Yucunama (Trilling [XIII])
- ♣ Verde oaxaqueño con lomo de cerdo (Velásquez [XXXI])
- ♣ Verde con espinazo y codillo de cerdo (Velásquez [XXXI])

Existen otros moles en Oaxaca que no se encuentran dentro de la categoría de los siete moles, los cuales se citan a continuación:

- ♣ Mole almendrado (Caraza [XX])
- ♣ Mole de cerdo con frutas (Tajonar [XXXVII])
- ♣ Mole de frijol (Hernández Palacios [XXXII], Pérez [XLIII])
- ♣ Mole de frijol de Chimalapa (Henestrosa [XXXVIII])
- ♣ Molito de frijol colorado (Trilling [XIII])
- ♣ Mole campechano (Taibo I [XII])
- ♣ Mole huasteco (Taibo I [XII])
- ♣ Mole mixteco (Taibo I [XII])
- ♣ Mole de nopalitos (Caltzontzin [XXXIII])
- ♣ Mole de ejotes (Caltzontzin [XXXIII])
- ♣ Mole de hongos (Caltzontzin [XXXIII])
- ♣ Mole de olla (Merlín [XXXIV])
- ♣ Mole de hierbamora (Pérez [XLIII])
- ♣ Mole de garbanzo (Henestrosa [XXXVIII])
- ♣ Mole de semillas secas de calabaza (Henestrosa [XXXVIII])

- ♣ Mole de raíz o de camote de chayote (Pérez [XLIII])
- ♣ Mole de la fruta de chayote (Pérez [XLIII])
- ♣ Mole de tepejilote (Pérez [XLIII])
- ♣ Mole de tortuga o de camarón (Pérez [XLIII])
- ♣ Mole de camarón seco (Henestrosa [XXXVIII])
- ♣ Clemole Chapa [II]
- ♣ Pipián oaxaqueño (Cocina mexicana [XXXIX])
- ♣ Pipián de semilla de calabaza (Velásquez [XXXI])
- ♣ Pipián verde (Rhijn [XLI] y Chapa [II])
- ♣ Pipián rojo (Trilling [XIII])
- ♣ Guachmole (Caltzontzin [XXXIII])
- ♣ Mole de masa de quelite (Pérez [XLIII])

Mole de pasta: Todos los ingredientes para preparar mole, excepto el tomate y el tomatillo, se fríen hasta que se secan y se hace una pasta. Esta pasta concentrada se reconstituye con tomates, tomatillos y caldo (Trilling [XIII]).

- ♣ Mole de pasta (Trilling [XIII])

Tesmole: Mole diluido de la región de La Cañada.

- ♣ Tesmole de yuca con carne de cerdo (Merlín [XXXIV])
- ♣ Tesmole de pavo (Trilling [XIII])
- ♣ Tesmole de pipián de gallina (Trilling [XIII])
- ♣ Desmole de pollo (Merlín [XXXIV])
- ♣ Desmole con carne de cerdo (Merlín [XXXIV])

Los moles como salsa:

- ♣ Pato en pipián de pistache (Rhijn [XLI])
- ♣ Conejo en adobo (Voluntariado [LVII])
- ♣ Gallina en tesmole (Velásquez [XXXI])
- ♣ Liebre en adobo (Trilling [XIII])
- ♣ Espinazo con verdolagas (Caraza [XX])
- ♣ Enchiladas de chichilo (Traslosheros [XXXVI])
- ♣ Enchiladas oaxaqueños (Trilling [XIII])
- ♣ Tamales oaxaqueños (Trilling [XIII])

Puebla: Es una mina de oro en cuanto a gastronomía se refiere, ya que cuenta con una gran variedad de platillos e ingredientes. En cuanto a guisos la lista podría volverse muy larga, pero se mencionarán los más representativos para que vaya preparado. Por supuesto que hay que iniciar con el mole –uno de los más importantes platillos del estado y que ha alcanzado fama internacional–, sin olvidar sus variantes, como el pipián, el negro, el verde y otros más...(Chairez [XLIV]) .

Los moles de Puebla se clasificarán de acuerdo a la diversidad de moles en cuatro grupos. En primer lugar los más importantes, el segundo grupo serán los moles acompañados de religiosas y conventos, el tercer grupo presentarán los moles que no correspondan al primero y segundo grupo; el tercer grupo los moles como salsa.

Los más importantes:

- ♣ Mole de guajolote (Castillo [XLV], Farga [X], Gironella [XXII], y Taibo I [XII])
- ♣ Mole poblano (BANRURAL [XLVI], Lomelí [I], Quintana [VI] y [XL], Cocina mexicana [XXXIX], Gironella [XXII], Vázquez [XLVII], Caraza [XX] y Chapa [II]).

- ♣ Mole de sor Andrea (Gironella [XXII] y Chapa [II]).

Los siguientes nombres van acompañados de: religiosas, y de sus conventos.

- ♣ Mole de Santa Clara (Lomelí [I], Rhijn [XLI] y Taibo I [XII])
- ♣ Mole de Santa Mónica (Lomelí [I], Rhijn [XLI] y Taibo I [XII])
- ♣ Mole de Santa Teresa (Lomelí [I] y Taibo I [XII])
- ♣ Mole de Santa Rosa (Caraza [XV], Taibo I [XII] y Flores [XLVIII]).

Existen otros moles en Puebla que no se encuentran dentro de la categoría del mole poblano, los cuales se citan a continuación:

- ♣ Manchamanteles (Gironella [XXII] y Caraza [XX])
- ♣ Mole de cadera (Taibo I [IX], BANRURAL [XLVI] y Chapa [II]).
- ♣ Mole de olla (Caraza [XX] y Taibo I [XII]).
- ♣ Mole aguado de pollo (Castillo [XLV])
- ♣ Mole verde de acuyo con puerco (BANRURAL [XLVI])
- ♣ Mole de yerbabuena (Vázquez [XLVII])
- ♣ Mole de don Artemio(Taibo I [XII])
- ♣ El mole de don Alonso (Taibo I [XII])
- ♣ El mole de don Julio Alejandro(Taibo I [IX])
- ♣ Un mole clásico (Taibo I [XII])
- ♣ Los nueve moles (Taibo I [XII])
- ♣ Guazmole o Huazmole (Caraza [XX] y BANRURAL [XLVI])
- ♣ Guaximole (Vázquez [XLVII])
- ♣ Guaximole con carne de res (Vázquez [XLVII])
- ♣ Ayomole (Vázquez [XLVII])

- ♣ Pipián verde (Quintana [XL] y Caraza [XX],)
- ♣ Pipián de puerco (Gironella [XXII])

Los moles como salsa:

- ♣ Carne de puerco en mole verde (Vázquez [XLVII])
- ♣ Conejo en adobo (Vázquez [XLVII])
- ♣ Pollo en pipián rojo (Vázquez [XLVII])
- ♣ Pollo en pipián verde (Vázquez [XLVII])
- ♣ Pollo en mole aguado (Castillo [XLV])
- ♣ Pollo en mole verde (Vázquez [XLVII])
- ♣ Pescado en pipián rojo (Caraza [XX])
- ♣ Enchiladas (Vázquez [XLVII])
- ♣ Revoltijo Chapa [II]

Querétaro: Tiene al mole queretano Chapa [II] y mole amarillo de Querétaro (Quintana [VI]).

Quintana Roo: Entre los platillos se encuentran: chilmole de frijol, ciruelas en pipián, chilmole en Bagre (Ferrer [XLIX] y Chapa [II]), frijol blanco en pipián, Name en pipián, frijoles en pipián, pescado en pipián, panza de venado en pipián, carne seca de venado en pipián, ratón adobado (Ferrer [XLIX]), camote en pipián y sabor de rito Chapa [II].

San Luis Potosí: Presenta los siguientes guisos: enchiladas potosinas (Caraza [XX]) y adobo al orégano Chapa [II].

Sinaloa: Tiene en su gastronomía: chilorio (Caraza [XVII]), iguana en mole, mapache en adobo a las brasas (Rayas [L]) y mole estilo Sinaloa (Taibo I [XII] y Chapa [II]).

Sonora: En esta entidad se presentan los siguientes guisados: adobo sonorenses, chile ranchero, mole de frijoles y lengua de pipián Chapa [II].

Tabasco: Sólo presenta al mole tabasqueño Chapa [II].

Tamaulipas: Entre los guisos están: pollo en adobo y mole de papa Chapa [II].

Tlaxcala: En cuanto a los moles, los más conocidos son el prieto, rojo y verde o rojo de pepita, llamados pepianes o pipianes, todos provenientes de la época prehispánica, lomo de cerdo en molito de huitlacoche, mole colorado tlaxcalteca, mole de olla al epazote, mole prieto, pipián de ajonjolí Doña Lilia, pipián de semillas,(Caraza [XXVI]). Otros ejemplos: el mole estilo tlaxcalteca, mole de matuma o ladrillo (Taibo I [IX]), hongos en mole rojo, mole de panza, mole rojo con chocomite, mole negro, pipián de vena y quiotes de maguey en pipián Chapa [II].

Veracruz: La tierra pródiga del estado hizo más rico su menú gastronómico, y fue aquí en este puerto, de entrada al nuevo mundo, donde se inició la experiencia de mestizaje que dio lugar, con los años, a una de las comidas más variadas y sabrosas de nuestro país. Se citan a continuación: mole de Xico(Caraza [LI]), mole de quelite, molito de granito de maíz(Arias [LII] y Taibo I [IX]), molito de camarón seco(Ramírez, [XLIII], Hernández Palacios [XXXII] y Taibo I [IX]), frijoles adobados, pollo en adobo, mole ranchero de guajolote, mapache de adobo, enchiladas fritas, enchiladas con piñón, pemoles (Ramírez [LIII]), empipianado con flor de izote, los chayotes con pipián, mole de guajolote, mole de olla con carne de pollo, mole de pescado ahumado, adobo en carne de puerco, adobo de puerco, enchiladas de semilla de tepejilote, enchiladas de semilla de zapote mamey(Aguilera [LIV]), mole de frijol, sopa de calabaza tierna de pipián, mole con huevos, molito corriente, pescado seco en adobo, mole verde(Hernández Palacios [XXXII] y Valdés [LV]), mole Tehuipanguense, pipián, adobo de Tempesquistle, adobo de chícharo tierno, tesmole de frijol negro, tesmole de chícharo, tesmole de hongos, tesmole de vísceras de borrego, tesmole de papas, tesmole de pollo, tesmole de ardilla(Valdés [LV]), y mole de tasajo Chapa [II].

Yucatán: Algunos ejemplos son: pipián de chaya, pipián de huevo, chilmole de frijol, pipián de frijol, chilmole de espelón con codillo(Maldonado [LVI]), recado de chilmole o relleno negro, (Caraza [XXVIII] y Quintana [XL]), recado

de adobo, recado para bistec, recado de salpimentado, recado de achiote y recado de adobo colorado(Quintana [XL]).

Zacatecas : Entre los guisados están: mole zacatecano, suave mole, manchamanteles, mole de chile pasilla, mole de chilpetín, mole de olla vegetariano, mole campirano, mole de pepita y pancita en mole rojo Chapa [II].

1.3.5.Carne

Otra clasificación es de Taibo I [XII], donde clasifica al mole de acuerdo con las carnes diversas, teniendo: mole de hormigas, mole de gusanos, mole de carnero, mole sabroso de gallina, mole de barbacoa, mole de armadillo, molito de cecina, mole de chito chicharrón, mole de dos pollos, chirmole de carne de puerco, mole de menudo, mole de pancita, róballo en mole, mole de pimienta, mole de cadera, mole de cadera para muchos, mole de Nana Chepa, mole al estilo de Lalo Portilla, mole de cacahuates, mole chichilo, mole de chilposo o chilposoni, mole chipotle, guazmoles, mole pascual, pipián de pepitas de melón, mole con pepita de calabaza, molito casero de piñón, filetitos de pechuga de pollo en mole de piñón con nata de leche fresca, mole de papas, mole de almendra, otra receta, mole de frutas y mole de plátano.

1.3.6.Otras

Para concretar con las clasificaciones del mole se cita las gubernamentales.

- ♣ De acuerdo con la NOM-F-422-1982 [VII], el mole se clasifica en tres tipos, con su grado de calidad, designándose como mole y sus variedades.

TIPO I Mole en polvo granulado o comprimido

TIPO II Mole en pasta

TIPO III Mole líquido

- ♣ Con el pliego de condiciones para el uso de la marca Oficial México Calidad Suprema en Mole, PC-019-2004[VIII] se clasifica en:

TIPO I Mole en polvo granulado o comprimido. Polvo seco, granulado o comprimido de fácil suspensión.

TIPO II Mole en pasta. Pasta semisólida de suavidad homogénea.

TIPO III Mole líquido. Líquido semifluido o espeso de acuerdo a la variedad.

La revista semanal día siete No. 359 dedicó un artículo al origen y la evolución del mole, presentando a tres personajes conocedores del tema: Alicia Gironella D'Angeli, Ricardo Muñoz Zurita y Patricia Quintana; además de una clasificación de los moles de México en tipo, ingredientes y el estado.

Los moles contienen diferentes orígenes, historias y leyendas siendo enfocadas la mayoría de éstas en el Estado de Puebla.

Al llevar a cabo una recapitulación del mole es de remarcarse que los libros y las personas identifican principalmente el mole poblano y los moles oaxaqueños.

Por lo siguiente debido a la gran cantidad y diversidad de moles existentes se proseguirá a estudiar solo dos regiones de México, el mole poblano y los siete moles oaxaqueños.

Bibliografía del Capítulo 1

I.Lomelí, Arturo, El arte de cocinar con chile. Editorial Contenido, México, 1991

II.Chapa, Martha, La república de los moles. Editorial Aguilar. 1ra Edición, México, 2005

III.Morales de León, Josefina, Introducción a la comida mexicana. Cuadernos de Nutrición, Volumen 12, No. 4, 1989

IV.García Rivas, Heriberto, Cocina prehispánica mexicana: La comida de los antiguos mexicanos. Editorial Panorama, México, 1992

V.Campero, Gabriela, El mole de las clarisas capuchinas. Cuadernos de Nutrición, Volumen 20, No. 3, 1997

VI.Quintana, Patricia, Mulli, el libro de los moles. Editorial Océano, México, 2005

VII.Norma Oficial Mexicana, Productos alimenticios para uso humano -alimentos regionales- mole y sus variedades, NOM-F-422-1982, 82/07/09

VIII.Pliego de condiciones para el uso de la marca Oficial México Calidad Suprema en Mole, PC-019-2004

IX.Taibol, Paco Ignacio, Breviario del mole poblano. Editorial Terra Nova, S.A. México, 1981

X.Farga Armando, Historia de la comida en México. Editorial Litográfica México, S.A. 1980

XI.Domingo, Xavier, De la olla al mole. Editorial Cultura Hispánica, España, 1984

XII.Taibol, Paco Ignacio, El libro de todos los moles. Ediciones B. 1ra Edición, México, 2003

XIII.Trilling, Susana, sazón de mi corazón. Editorial Diana, México, 2003

XIV.Botella, Ofelia, Recetario popular de Campeche. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 14, México, 2000

XV.Caraza Campos, Laura B, “pepián”, “La comida colimense”, II Tips de Aeroméxico, No. 14, invierno 1999-2000.

XVI.Martínez Campos, Gabriel y Esperanza Salazar Zenil, Recetario Colimense la Iguana. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 25, México, 2000

XVII.Caraza Campos, Laura B, “¿Qué se come en Tamaulipas?”, II Tips de Aeroméxico, No. 30, primavera 2004

XVIII.Cruz Díaz, Elpidia Elena, Recetario nahua de Milpa Alta, DF. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 19, México, 2000

XIX.Belman Gay, Janette,“Especial Delicias”, II Cocina practica, No. 50, septiembre 2006

XX.Caraza Campos, Laura B,“La gastronomía nayarita”, II Tips de Aeroméxico, No. 28, verano 2003.

XXI.Almaza Rodríguez, Angelina, Recetario guanajuatense del xoconostle. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 5, México, 1999

XXII.Gironella DeÁngeli, Alicia, Gran Larousse de la cocina mexicana. Editorial Barcelona, México, 1993-1999

XXIII.Aparicio Prudente, Francisca, Recetario popular de Chilpancingo y Tixtla. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 24, México, 2000

XXIV.González Villalobos, Santana, Recetario indígena de Guerrero. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 36, México, 2000

XXV.Chemin Bäsler, Heidi, Recetario mape de San Luis Potosí y Querétaro. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 26, México, 2000

XXVI.Caraza Campos, Laura B, “La rica tradición gastronómica de Tlaxcala”, II Tips de Aeroméxico, No. 20, 2001.

XXVII.Hernández Cortés, Eduardo, Recetario nahua de Morelos. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 4, México, 1999

XXVIII.Caraza Campos, Laura B, “La comida morelense”, II Tips de Aeroméxico, No. 23, primavera 2002

XXIX. Medina Ávila, José Rafael, Recetario huichol de Nayarit. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 46, México, 2000

XXX. Caraza Campos, Laura B., "La ciudad de Oaxaca y sus alrededores", II Tips de Aeroméxico, No.1, Edición Especial, 1996

XXXI. Velásquez de León, Josefina, Cocina oaxaqueña. Segunda edición. Editorial Universo México, México, 1991

XXXII. Hernández, López Josefina y Roger Merlín Arango, Recetario chinanteco de Oaxaca. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 20, México. 2000

XXXIII. Caltzontzin Andrade, Teresa. Recetario chocholteca de Oaxaca. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 30, México, 2000

XXXIV. Merlín Arango, Roger y Josefina Hernández López, Recetario mazateco de Oaxaca. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 42, México, 2000

XXXV. Flores Montiel, Germán, "La sazón de Oaxaca", II Caprichos y Antojos, No. 39, julio 2003

XXXVI. Traslosheros Béjar, Raúl, "Moles de chichilo", II Escuela de cocina, Segunda edición. No.8, octubre 2006

XXXVII. Tajonar Campo, Elena, Lo mejor de la cocina oaxaqueña. Gómez Gómez Hermanos Editores, México, 1975

XXXVIII. Henestrosa Ríos de Webster, Cibeles, Recetario zapoteco del Istmo. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 33, México, 2000

XXXIX. Cocina mexicana oaxaqueña, poblana y yucateca. León España: Everest, Edición Especial para gigante, 1996

XL. Quintana, Patricia, El sabor de México. Noriega Editores, Japón, 1ra reimpresión, 1992

XLI. Rhijn, Patricia Van, La cocina del chile.. Editorial, México, 1993

XLII. Dalton, Margarita, Recetario de la costa de Oaxaca. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 16, México, 2000

XLIII.Pérez Castro, Engracia, Recetario mixe de Oaxaca. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 38, México, 2000

XLIV.Chairez, Arturo, "Gastronomía poblana", II Guía México desconocido, No. 57, marzo 2000

XLV.Castillo Aja, Horacio, "Recetario indígena de la Sierra Norte de Puebla"(Nahua y Totonaco). Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 6, México, 1999

XLVI.Banco Nacional de Crédito Rural, Comida familiar en el estado de Puebla. México,1988

XLVII.Vázquez Peralta, Rodrigo, Recetario mixteco poblano. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 2, México, 1999

XLVIII.Flores Montiel, Germán,"Moles y Pozoles", II Caprichos y Antojos, No. 58, enero 2005

XLIX.Ferrer García, José C. Recetario maya de Quintana Roo. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 3, México, 1999

L.Rayas Aldana, Josefina, Recetario exótico de Sinaloa. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 32, México, 2000

LI.Caraza Campos, Laura B., "De Veracruz, el sabor y la fama", II Tips de Aeroméxico, No. 7, primavera 1998.

LII.Arias Rodríguez, Esperanza y Alfredo Delgado Calderón, Recetario indígena del sur de Veracruz. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 11, México, 2000

LIII.Ramírez Mar, Marina, Recetario nahua del norte de Veracruz. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 1, México, 1999

LIV.Aguilera Madero, Rocio, Recetario totonaco de la Costa de Veracruz. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 44, México, 2000

LV.Valdés García, Alejandrina y Héctor Hernández Ruiz, Recetario nahua de Zongolica, Veracruz. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 31, México, 2000

LVI. Maldonado Castro, Roberto, Recetario maya del estado de Yucatán. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 17, México, 2000

LVII. Voluntariado Nacional, Comida familiar en el estado de Oaxaca. México, 1988.

CAPITULO 2

ELABORACIÓN DE LOS MOLES OAXAQUEÑOS Y EL POBLANO

PASCUALITO MUY QUERIDO
MI SANTO PASCUAL BAILÓN
YO TE OFREZCO ESTE GUISITO
Y TU PONES LA SAZÓN



Capítulo 2. Elaboración de los Moles Oaxaqueños y el Poblano

En este capítulo se analizan dos regiones Oaxaca y Puebla, por la amplia variedad que existe del mole; logrando descifrar la identidad de los ingredientes presentes e introduciendo a la preparación tradicional de los siete moles oaxaqueños y el mole poblano. Además de mostrar la proporción en peso de los ingredientes.

2.1. Moles Oaxaqueños

Existen siete moles oaxaqueños de acuerdo a Velásquez [IV] y Trilling [I], empezando por orden alfabético son: mole amarillo, chichilo, coloradito, manchamanteles, negro, rojo y verde, cada uno de ellos presenta un color, sabor y olor diferentes.

2.1.1. Mole Amarillo

Se revisaron treinta y cuatro recetas de quince autores diferentes, presentando algunas características específicas.

Los autores por su parte agregan ingredientes diferentes y le ponen su propio sazón a la ya elaborada receta.

Para el mole amarillo es Trilling [I] quien describe la elaboración:

El mole amarillo se hace también estilo vegetariano con chepil (una hierba fresca que crece silvestre en la temporada de lluvias), calabacitas, chayotes y guías (brotes tiernos de una planta de calabaza nativa de Oaxaca). Para dar un toque exótico, una señora del lugar sugiere agregar las flores de color rojo brillante del frijolón. El mole amarillo lleva uno o más de los siguientes chiles: ancho, guajillo, chilcostle, y chilhuacle amarillo o un chile amarillo de la costa llamado costeño amarillo. Espesado con masa, su condimento de hierbas cambia según la carne que se use.

También De la Vega [II] comenta acerca del mole amarillo:

El mole amarillo: se hace con miltomate, cebolla, ajo, comino, pimienta negra, clavo, chilcoxtle, chile ancho, guajillo y chile costeño. Para darle sabor y aroma, se le agrega al final hierba santa, cilantro o pitona.

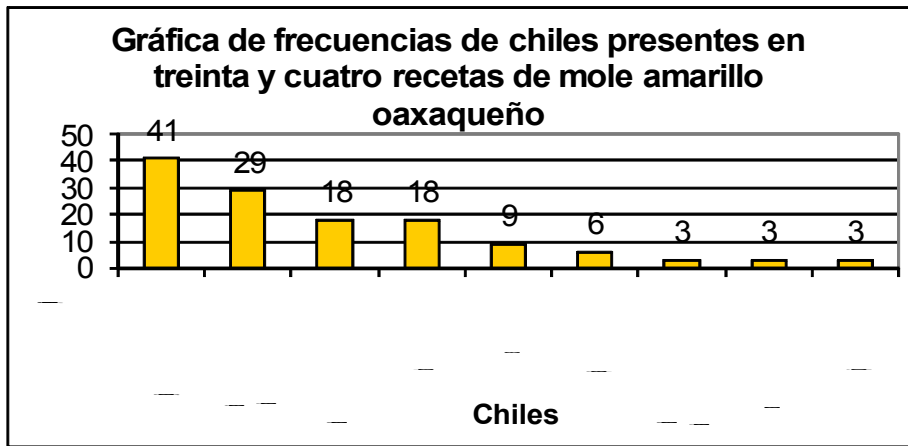
2.1.1.1.Ingredientes

Existen treinta y dos ingredientes presentes en el mole amarillo; para su análisis se presentan gráficas de frecuencias, por la amplia gama de componentes se dividieron en tres grupos: el primer grupo corresponde al chile, como ingrediente principal, el segundo grupo incluye la carne y el tercero los demás ingredientes.

2.1.1.1.1.Chiles

En la gráfica 1 se muestra la frecuencia de chiles utilizados para la elaboración del mole amarillo oaxaqueño en treinta y cuatro recetas diferentes, se observó que son nueve los chiles mas utilizados ocupando el primer lugar el chile guajillo con 41%, prosiguiendo con el chile costeño amarillo 29%, chilconostle y chile ancho 18%, chile seco 9%, chile pasilla 6% y los siguientes chiles presentan menor frecuencia al 3% estos son: chile chilhuacle amarillo, manzano y piquín.

GRÁFICA.1 FRECUENCIA DE CHILES EN MOLE AMARILLO



Haciendo un análisis de las recetas para la elaboración del mole amarillo se encontraron veinticinco de éstas utilizan un chile (mostrados en la tabla 1) diez utilizan el guajillo, el chile costeño se mencionó en seis recetas, el chilcostle en cinco, el chile seco en dos y el chile ancho y piquín se mencionaron en una sola receta.

Tabla. 1 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole amarillo en diferentes recetas.

TIPO DE CHILES									
RECETAS	Ancho	Chilcostle	Chilhuacle amarillo	Costeño amarillo	Guajillo	Manzano	Pasilla	Piquín	Seco
1		X							
2		X							
3					X				
4		X							
5					X				
6		X							
7		X							
8								X	
9					X				
10	X								
11					X				
12					X				
13					X				
14					X				
15				X					
16				X					
17				X					
18									X
19									X
20				X					
21				X					
22				X					
23					X				
24					X				
25					X				

De la tabla anterior los siguientes autores corresponden al número de receta: 1.Voluntariado, 2-6 Velásquez [IV], 7.Gironella [V], 8-14 Hernández [VI], 15y16 Caraza [VII], 17Belman [VIII], 18y19 Merlin, 20y21 Caltzontzin [X], 22 Flores [XI], 23 Kennedy [XII], 24 Quintana [XIII] y 25 Tajonar [XIV].

Se encontraron ocho recetas que utilizan dos chiles, tres de éstas se elaboran con el guajillo y el ancho siendo los mas frecuentes; se menciona en las demás recetas el chilhuacle amarillo y el costeño amarillo, el ancho y el seco, el manzano y el pasilla, el costeño y pasilla y el guajillo y el costeño.

Tabla 2. Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole amarillo en diferentes recetas (Continuación).

		RECETAS								
TIPOS DE CHILES		1	2	3	4	5	6	7	8	
	Ancho		X	X					X	X
	Chilcostle									
	Chilhuacle amarillos	X								
	Costeño amarillo	X				X	X			
	Guajillo		X				X	X	X	
	Manzano				X					
	Pasilla				X	X				
	Piquín									
	Seco			X						

De la tabla anterior los siguientes autores corresponden al número de receta: 1 y 2 Velásquez [IV], 3 Hernández [VI], 4 Chapa [XV], 5 y 6 Caltzonzin [X], 7 Flores [XI] y 8 Tausend [XVI].

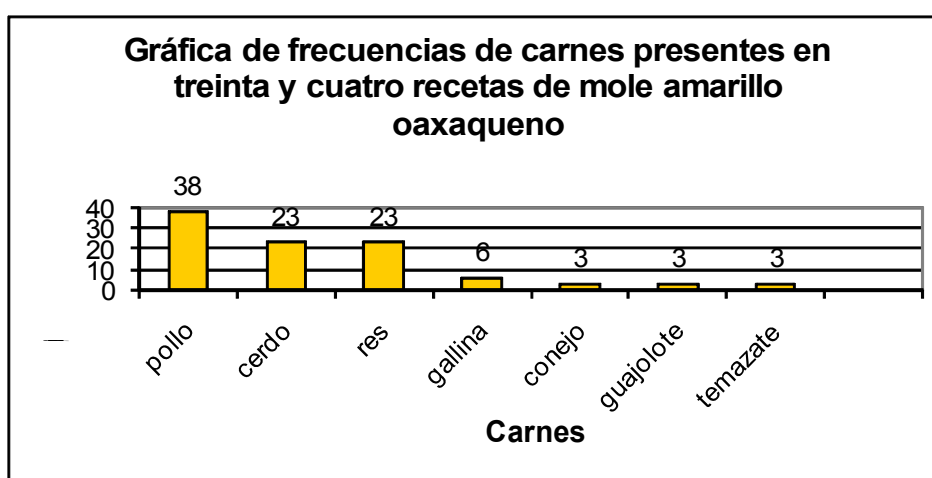
Se muestra que la única receta de tres chiles es la elaborada por Trilling [I], siendo el chilcostle, ancho y costeño amarillo.

2.1.1.1.2.Carnes

Como se puede ver en la gráfica 2 la variedad de carnes que se ocupan para la elaboración del mole amarillo oaxaqueño, la carne de pollo es la mas utilizada, ya que se encontró en las recetas 38% posteriormente la carne de cerdo y la de res en 23%, la de gallina en 6%, las carnes menos frecuentes son la de: conejo, guajolote y temazate (venado rojo).

Los autores antes mencionados no combinan la carne de diferentes especies en la elaboración del mole amarillo oaxaqueño.

GRÁFICA 2. FRECUENCIA DE CARNES EN MOLE AMARILLO

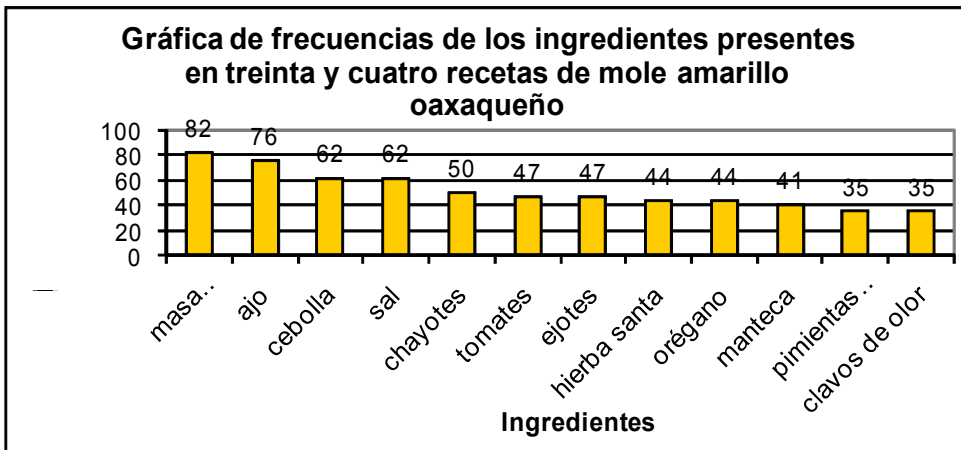


2.1.1.1.3.Otros

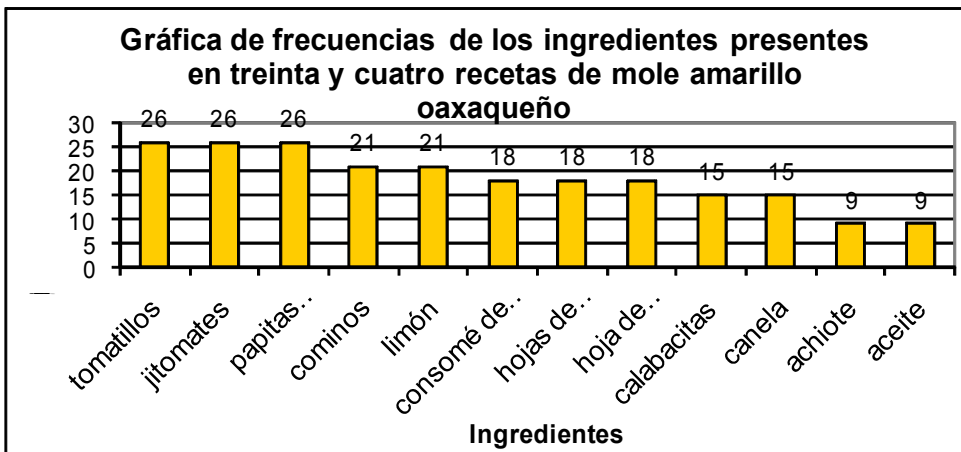
En las gráficas 3, 4 y 5 se muestra la frecuencia de los otros ingredientes presentes en treinta y cuatro recetas del mole amarillo oaxaqueño.

La masa nixtamalizada de maíz se encontró con mayor frecuencia (82%) y los ingredientes menos frecuentes son el pan, trigo y zanahoria entre otros como se muestra en la gráfica 5.

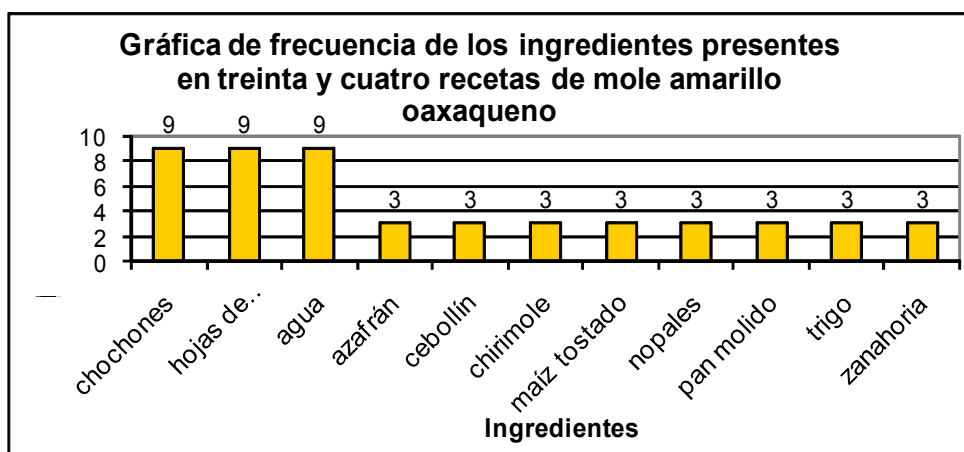
GRÁFICA 3 FRECUENCIA DE LOS INGREDIENTES EN MOLE AMARILLO



GRÁFICA 4 FRECUENCIA DE LOS INGREDIENTES EN MOLE AMARILLO (CONTINUACIÓN)



GRÁFICA 5. FRECUENCIA DE LOS INGREDIENTES EN MOLE AMARILLO (CONTINUACIÓN)



2.1.1.1.4. Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración del mole amarillo

Una vez obtenidos los ingredientes principales de todas las recetas del mole amarillo oaxaqueño, se pesaron las cantidades mencionadas en las mismas.

Posteriormente se seleccionaron autores que tuvieran proporciones y cantidades similares de ingredientes además de asemejar el número de comensales, lo cual dejó solamente cuatro recetas.

Como se observa en las tablas 3, 4, 5 y 6.

Tabla 3 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole amarillo (Quintana [XIII]).

	Receta(Quintana [XIII])	Gramos	%
INGREDIENTES	Cebolla	700	38
	Chile	350	20
	Jitomate o tomate	290	16
	Grasa	250	14
	Masa	125	7
	Hierba santa	56	3
	Ajo	38	2

Tabla 4 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole amarillo (Trilling [I],)

	Receta (Trilling [I],)	Gramos	%
INGREDIENTES	Jitomate, tomate	675	35
	Chayote	290	15
	Ejote	250	13
	Papitas	250	13
	Cebolla	233	12
	Chiles	75	4
	Ajo	18	1
	Hierba santa	16	1
	Manteca	12	1

Tabla 5 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole amarillo (Gironella [V])

	Receta (Gironella [V])	Gramos	%
INGREDIENTES	Chayote	870	36
	Jitomate ó tomate	430	18
	Cebolla	350	14
	Calabacitas	250	10
	Ejotes	250	10
	Chiles	200	8
	Aceite o manteca	48	2
	Hierba santa	24	1
	Ajo	14	1

Tabla 6 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole amarillo (Kennedy [XII])

	Receta (Kennedy [XII])	Gramos	%
INGREDIENTES	Masa	125	27
	Tomate	120	26
	Cebolla	117	25
	Chile	36	8
	Manteca	24	5
	Ajo	18	4
	Cilantro	15	3
	Comino	5	1

Para mayor claridad se agruparon los ingredientes de forma a sus características y semejanzas, algunos de forma botánica, como se menciona a continuación:

Chile	guajillo, chilcoxtle, ancho y costeño amarillo 4-20%
Especias	comino <1-1%
Espesante	masa 1-27%
Grasa	aceite y manteca 1-14%
Hierbas	cilantro y hierba santa 1-3%
Hortalizas 55-89%	
Hortaliza de bulbo	ajo y cebolla 13-40%
Hortaliza de fruto	jitomate y tomate 16-35%
Hortaliza de legumbre	ejote 10-13%
Hortaliza de pepónides	calabaza y chayote 15-46%
Hortaliza de tubérculos	papa 13%

Se realizó la comparación de cuatro recetas donde se muestra el porcentaje de cada grupo de ingredientes

Tabla 7 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole amarillo.

GRUPO DE INGREDIENTES	RECETAS (%)			
	Quintana [XIII]	Kennedy [XII]	Trilling [I],	Gironella [V]
Chile	20	8	4	8
Especias	<1	1	<1	<1
Espesante	7	27	1	NM
Grasa	14	5	1	2
Hierbas	3	3	1	1
Hortalizas	56	55	89	89

NM: no se menciona.

2.1.1.2.Preparación

Con base en el estudio de las recetas antes mencionadas se ha diseñado una receta estándar cuya preparación se muestra en este apartado.

Para la preparación del mole amarillo es necesario que algunos ingredientes lleven un tratamiento previo como se muestra a continuación.

2.1.1.2.1.Tratamiento previo de ingredientes

Chiles

- ♣ Limpiar (despepitar y desvenar)
- ♣ Asar o tostar
- ♣ Remojar en agua caliente (10-45min) hasta que estén suaves
- ♣ Escurrir
- ♣ Moler
- ♣ Colar

Carnes

- ♣ Colocar la carne en una olla
- ♣ Agregar (ajo, cebolla, agua suficiente para cubrirla y sal al gusto)
- ♣ Hervir (tapar) 25-35 min.
- ♣ Colar
- ♣ Conservar el caldo

Chayote y ejotes

- ♣ Cocer cada uno por separado(10min o más hasta que estén blandos)
- ♣ Escurrir

Masa preparada nixtamalizada de maíz

- ♣ Licuar con el caldo de la carne que quede tersa (1-4 tazas)

2.1.1.2.2 Incorporación y mezclado de ingredientes

A continuación se presenta la preparación del mole con los ingredientes listos.

- ♣ Moler (chiles, ajos, cebolla, pimienta, clavos, orégano)
- ♣ Colar
- ♣ Calentar la manteca en una olla
- ♣ Agregar el molido de chiles
- ♣ Calentar con fuego medio 8-10min
- ♣ Sin dejar de mover
- ♣ Añadir la masa (para espesar, 5-15min)
- ♣ Agregar caldo 2-2½tazas
- ♣ Agregar la hierba santa
- ♣ Cocer a fuego lento, 30 min.
- ♣ Agregar el pollo y verduras
- ♣ Revolver (10-15min)

Lo que le da su característica única a este tipo de mole son los siguientes grupos de ingredientes presentes en los resultados de frecuencias y porcentajes.

Carne	pollo, cerdo o res
Chile	costeño amarillo y guajillo
Espesante	masa
Grasa	manteca
Hierbas	cilantro y hierba santa
Hortaliza	ajo, cebolla, chayote, ejote, jitomate o miltomate o tomate o tomatillos

Algunos comentarios de los diferentes autores se presentan a continuación:

- Velásquez [IV] primero asa o tuesta los chiles y después los despepitan.
- Trilling [I], le gusta calentar la manteca en la olla hasta que humee.
- Chapa [XV] fríe la carne con achiote y salsa de azafrán después fríe la masa con el guiso y lo pone a hervir.
- Trilling [I] menciona que la salsa no debe quedar muy espesa que apenas cubra el reverso de una cuchara de madera.

Es cierto que algunas recetas muelen los ingredientes y los dejan hervir, otras los fríen y los ponen a cocer.

2.1.2.Mole chichilo

Se revisaron once recetas de seis autores diferentes, presentando algunas características específicas.

Los autores por su parte agregan ingredientes diferentes y le ponen su propio sazón a la ya elaborada receta.

Para el mole chichilo Trilling [I] comenta lo siguiente:

...El chichilo oaxaqueño, un mole raro y provocador, adquiere su inigualable sabor al quemar semillas de chile sobre una tortilla. Después de que se han quemado todas las semillas, se remojan y muelen. La mezcla de semillas de chile se incorpora a los demás ingredientes al final del ciclo de cocción, junto con hojas de aguacate tostadas. Los chiles que se emplean son el chilhuacle negro de la región de la Cañada Chica de Oaxaca y chile guajillo o mulato...

También De la Vega [II] comenta acerca del mole chichilo:

El mole chichilo: lleva chile chilhuacle negro, chile pasilla, chile mulato, miltomate, jitomate, mejorana; además se espesa con masa. Se ponen a tostar tortillas y las semillas de todos los chiles, hasta que quedan cenizas. Se sirven con chayotes y rajas de chile de agua.

2.1.2.1.Ingredientes

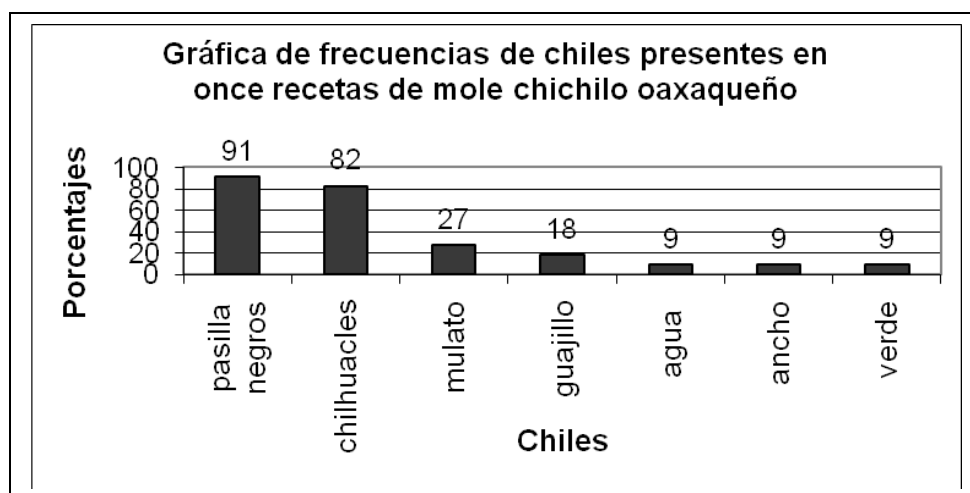
Existen veinticinco ingredientes presentes en el mole chichilo; para su análisis se presentan gráficas de frecuencias, por la amplia gama de

componentes se dividieron en tres grupos: el primer grupo corresponde al chile, como ingrediente principal, el segundo grupo incluye la carne y el tercero los demás ingredientes.

2.1.2.1.1.Chiles

La gráfica 6 se muestra la frecuencia de chiles utilizados para la elaboración del mole chichilo oaxaqueño en once recetas diferentes, se observó que son siete los chiles mas utilizados ocupando el primer lugar el chile pasilla negro con 91%, prosiguiendo con chilhuacle 82%, mulato 27%, guajillo 18% y los siguientes chiles presentan menor frecuencia al 9% estos son: de agua, ancho y verde.

GRÁFICA 6 FRECUENCIA DE CHILES EN MOLE CHICHILLO



Haciendo un análisis de las recetas para la elaboración del mole chichilo se encontraron seis de éstas utilizan dos chiles, (mostradas en la tabla 8) siendo la combinación el chilhuacle negro y el pasilla negro la mas frecuente y mencionándose en solo una receta el pasilla negro con mulato.

Tabla 8 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole amarillo en diferentes recetas.

		R E C E T A S					
T I P O S D E C H I L E S		1	2	3	4	5	6
	Agua						
	Ancho						
	Chilhuacle	X	X	X	X		X
	Guajillo						
	Mulato					X	
	Pasilla negro	X	X	X	X	X	X
	Verde						

De la tabla anterior los siguientes autores corresponden al número de receta: 1 Caraza [VII], 2 y 3 Flores [XI], 4 Velásquez [IV], 5 Traslosheros [XVII] y 6 Kennedy [XII].

Se encontraron cinco recetas que utilizan tres chiles (mostrados en la tabla 9) sin que se encontraran homogeneidad en la combinación de chiles, pero haciéndose presentes el pasilla negro y chilhuacle en casi todas de ellas (80%).

Tabla 9 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole chichilo en diferentes recetas (Continuación).

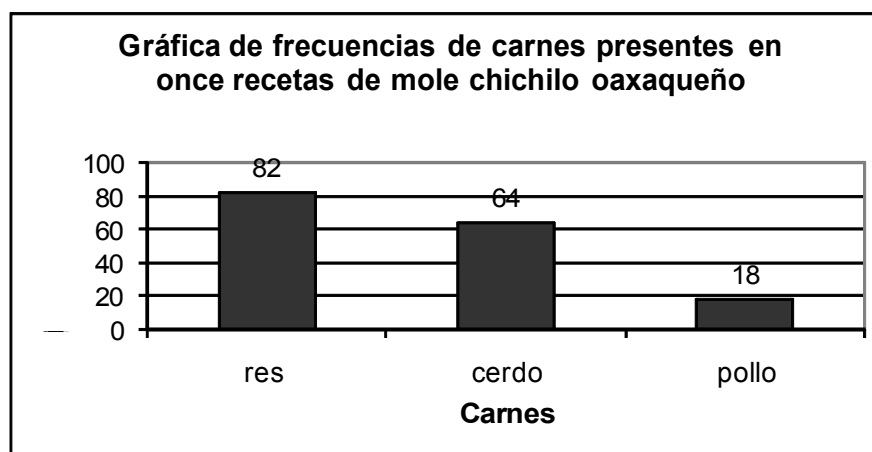
TIPOS DE CHILE	RECETA				
	1	2	3	4	5
Agua			X		
Ancho				X	
Chilhuacle	X		X	X	X
Guajillo	X	X			
Mulato		X			X
Pasilla negro		X	X	X	X
Verde	X				

De la tabla anterior los siguientes autores corresponden al número de receta: 1 Trilling [I] y 2-5 Traslosheros [XVII].

2.1.2.1.2. Carnes

Como se puede ver en la gráfica 7 la variedad de carnes que se ocupan para la elaboración del mole chichilo oaxaqueño, la carne de res es la más utilizada, ya que se encontró en las recetas 82% posteriormente la carne de cerdo 64% y la de pollo 18% siendo la menos frecuente.

GRÁFICA 7 FRECUENCIAS DE CARNES EN MOLE CHICHILO



Haciendo un análisis de las recetas para la elaboración del mole chichilo se encontraron siete de estas utilizan dos carnes (mostrados en la tabla 10) seis de estas ocupan la carne de res y cerdo siendo la mas frecuente, en una receta se menciona la carne de res y la de pollo.

Tabla 10 Tipos de carnes empleadas para la elaboración de mole chichilo en diferentes recetas.

CARNES	RECETAS						
	1	2	3	4	5	6	7
Cerdo	X	X	X	X	X		X
Pollo						X	
Res	X	X	X	X	X	X	X

De la tabla anterior los siguientes autores corresponden al número de receta: 1Caraza [VII], 2Trilling [I], 3y4 Flores [XI], 5 Velásquez [IV], Traslosheros[XVII], y 7 Kennedy [XII].

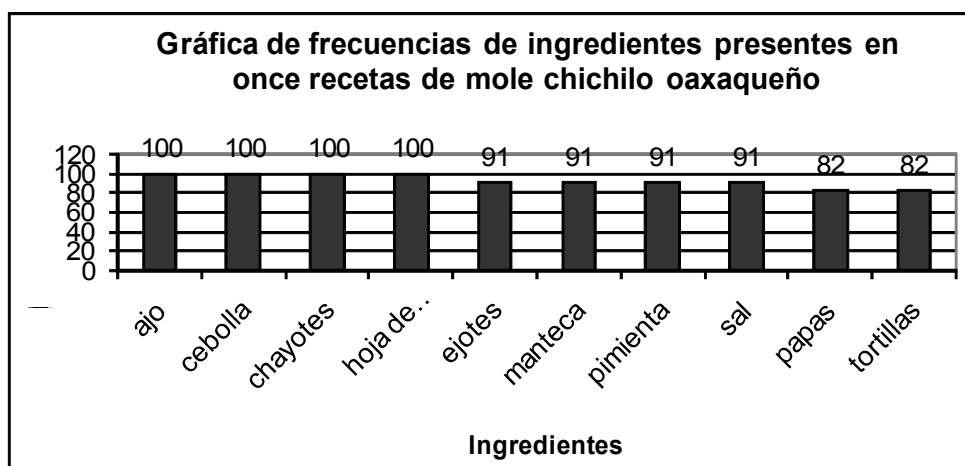
Se encontraron cuatro recetas que utilizan una carne se observó que dos de estas se elaboran con carne de res, una con cerdo y otra con pollo.

2.1.2.1.3.Otros

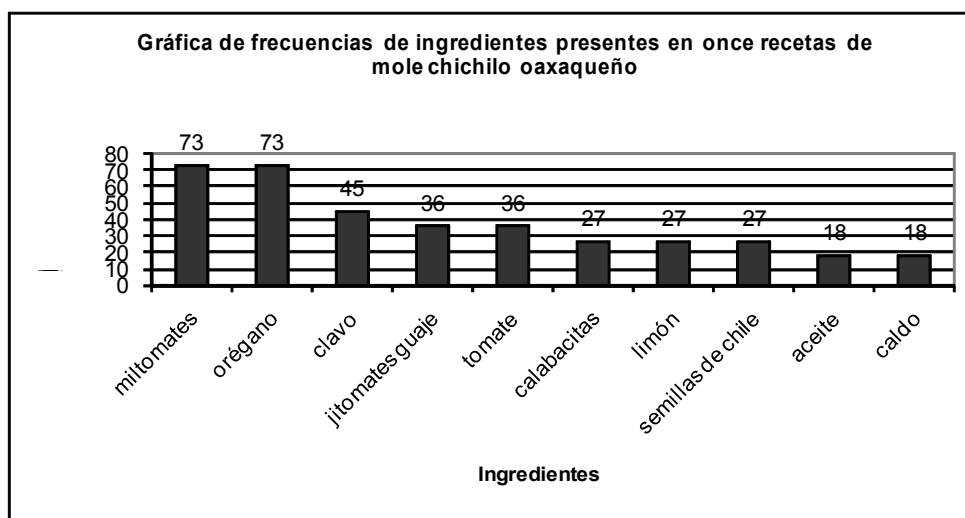
En las gráficas 8, 9 y 10 se muestra la frecuencia de los otros ingredientes presentes en treinta y cuatro recetas del mole chichilo oaxaqueño.

El ajo, cebolla, chayotes y hoja de aguacate se encontraron en todas las recetas y los ingredientes menos frecuentes son almendras, canela, entre otros como se muestra en la gráfica 10.

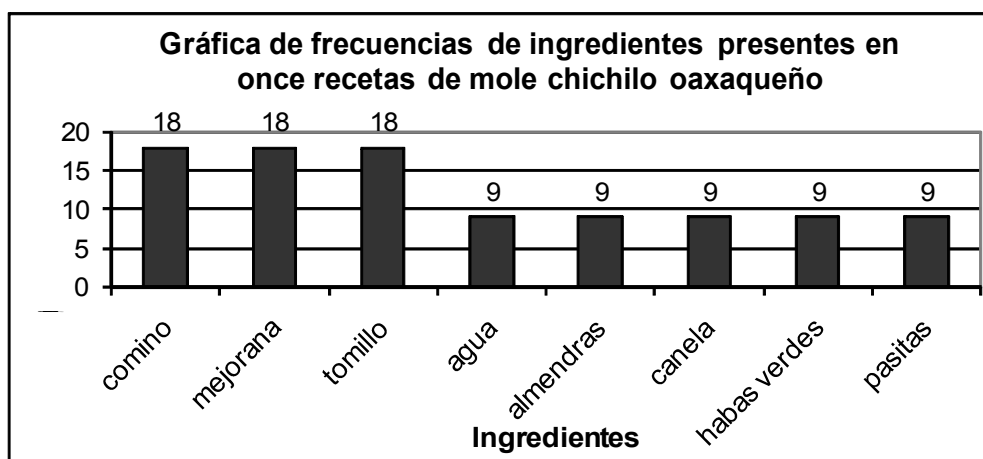
GRÁFICA 8 FRECUENCIAS DE INGREDIENTES EN MOLE CHICHILO



GRÁFICA 9 FRECUENCIAS DE INGREDIENTES EN MOLE CHICHILO (CONTINUACIÓN)



GRÁFICA 10 FRECUENCIAS DE INGREDIENTES EN MOLE CHICHILO (CONTINUACIÓN)



2.1.2.1.4. Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración mole chichilo

Una vez obtenido los ingredientes principales de todas las recetas del mole chichilo oaxaqueño, se pesaron las cantidades mencionadas en las mismas. Posteriormente se seleccionaron autores que tuvieran proporciones y cantidades similares de ingredientes además de asemejar el número de comensales, lo cual dejó solamente dos recetas.

Como se observa en las tablas 11 y 12

Tabla 11 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole chichilo (Trilling [I]).

	Receta (Trilling [I])	Gramos	%
INGREDIENTES	Tomate o tomatillo	1060	60
	Masa	250	14
	Cebolla	233	13
	Chile	66	4
	Aceite o manteca	36	2
	Hojas de aguacate	24	1
	Pasitas	24	1
	Almendra	14	1
	Tortillas	13	1

Tabla 12 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole chichilo (Kennedy [XII]).

	Receta (Kennedy [XII])	Gramos	%
INGREDIENTES	Chayote	375	26
	Jitomate o tomate	375	26
	Cebolla	233	16
	Ejote	180	13
	Masa	100	7
	Chile	59	4
	Manteca	36	2
	Tortilla	26	2
	Ajo	18	1

Para mayor claridad se agruparon los ingredientes de forma a sus características y semejanzas, algunos de forma botánica como se menciona a continuación.

Chile	agua, ancho, chilhuacles, guajillo, mulato, pasilla negro y verde 4%
Espesante	masa y tortilla 9-15%
Fruto seco	almendra y pasitas 2%
Grasa	aceite y manteca 2%
Hierba	hojas de aguacate <1- 1%
Hortaliza	73-82%
Hortaliza de bulbo	ajo y cebolla 13-17%
Hortaliza de fruto	tomate 26-60%
Hortaliza de legumbre verde	ejote 13%
Hortaliza de pepónides	chayote 26%

Se realizo la comparación de dos recetas donde se muestra el porcentaje de cada grupo de ingredientes.

Tabla 13 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole chichilo.

GRUPO DE INGREDIENTES	RECETAS (%)		
		Kennedy [XII]	Trilling [I]
	Chile	4	4
	Espesante	9	15
	Fruto seco	NM	2
	Grasa	2	2
	Hierba	<1	1
	Hortaliza	82	73

NM: No se menciona

2.1.2.2.Preparación

Con base en el estudio de las recetas antes mencionadas se ha diseñado una receta estándar cuya preparación se muestra en este apartado.

Para la preparación del mole chichilo es necesario que algunos ingredientes lleven un tratamiento previo como se muestra a continuación.

2.1.2.2.1.Tratamiento previo de ingredientes

Chiles

- ♣ Limpiar (despepitar y desvenar)
- ♣ Asar o tostar
- ♣ Remojar en agua caliente (15-20min) estén suaves
- ♣ Escurrir

Carnes

- ♣ Colocar la carne de res en una olla
- ♣ Agregar (ajo, cebolla, agua suficiente para cubrirla y sal al gusto)
- ♣ Hervir (tapar) 35 min.
- ♣ Cocer a fuego lento (1½ horas)
- ♣ Añadir la carne de cerdo

- ♣ Cocer (1 hora más o hasta que las carnes estén suaves)

- ♣ Colar

- ♣ Conservar el caldo

Chayote, ejotes, papas

- ♣ Cocer (en el caldo de las carnes), cada uno por separado(10min o más hasta que estén blandos)

- ♣ Escurrir

Semillas de chiles y tortillas

- ♣ Tostar (sin humo, ennegrecidas)

- ♣ Remojar con agua fría (5-15min)

- ♣ Escurrir

Tomate, jitomate

- ♣ Asar (ligeramente quemados y pastosos)

Ajo y cebolla

- ♣ Asar (en cuarterones hasta quedar suaves)

- ♣ Pelar el ajo

Hoja de aguacate

- ♣ Asar o tostar (hasta quitar su aroma)

Masa

- ♣ Licuar con caldo que quede tersa (1-4 tazas)

2.1.2.2. Incorporación y mezclado de ingredientes

A continuación se presenta la preparación del mole con los ingredientes listos.

- ♣ Moler gradualmente y mezclar (chiles, jitomates, tomates, ajos, cebolla, especias, semillas de chile y tortillas).

Calentar la manteca en una olla

- ♣ Agregar los ingredientes
- ♣ Cocer y mover (raspar el fondo de la olla, 15-20min)
- ♣ Añadir la masa (para espesar, 5min)
- ♣ Agregar las carnes, las verduras y el caldo
- ♣ Cocer a fuego lento, 30 min.
- ♣ Agregar las hojas de aguacate
- ♣ Sazonar y revolver (10-15min)

Lo que le da su característica única a este tipo de mole son los siguientes grupos de ingredientes presentes en los resultados de frecuencias y porcentajes.

Carne	res y cerdo
Chile	chilhuacle y pasilla
Espesante	masa y tortillas
Grasa	manteca
Hierba	hoja de aguacate
Hortaliza	ajo, cebolla, chayote, ejote, jitomate, miltomates, papas y tomates.

Algunos comentarios de los diferentes autores se presentan a continuación:

- Kennedy [XII] recomienda tostar los chiles por los lados
- Traslosheros [XVII] realiza la despepitación y desvena los chiles, también recomienda tostar los chiles pero sin quemarlos a las tortillas las deja sin humo.
- Trilling [I] tuesta las tortillas por ambos lados hasta dorar.

- Flores [XI] menciona que agrega las hojas de aguacate en trocitos.

La salsa no debe quedar muy espesa que apenas cubra el reverso de una cuchara de madera.

2.1.3.Mole coloradito

Se revisaron doce recetas de doce autores diferentes, presentando algunas características específicas.

Los autores por su parte agregan ingredientes diferentes y le ponen su propio sazón a la ya elaborada receta.

Para el mole coloradito Trilling [I] menciona lo siguiente:

El mole coloradito oaxaqueño... se remojan los chiles anchos y guajillos mientras fríe los diversos ingredientes necesarios para el mole color rojo ladrillo. Aunque no es tan intenso como el mole negro, si es igual de sabroso.

También De la Vega [II] comenta acerca del mole coloradito:

El coloradito: tiene color ladrillo y un sencillo sabor. Sus ingredientes son chile ancho, chile pasilla, jitomate, ajo, sal, ajonjolí, almendras, canela, orégano y azúcar.

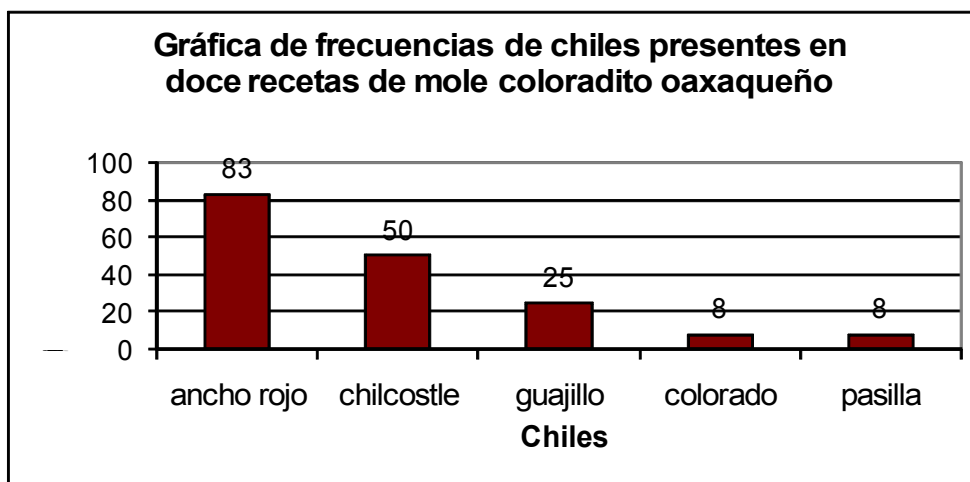
2.1.3.1. Ingredientes

Existen veintinueve ingredientes presentes en el mole coloradito; para su análisis se presentan gráficas de frecuencias, por la amplia gama de componentes se dividieron en tres grupos: el primer grupo corresponde al chile, como ingrediente principal, el segundo grupo incluye la carne y el tercero los demás ingredientes.

2.1.3.1.1. Chiles

En la gráfica 11 se muestra la frecuencia de chiles secos utilizados para la elaboración del mole coloradito oaxaqueño en doce recetas diferentes, se observó que son cinco los chiles más utilizados ocupando el primer lugar el chile ancho rojo con 83%, prosiguiendo con el chilcostle 50%, el guajillo 25%, y los siguientes chiles presentan menor frecuencia al 8% estos son: el colorado y el pasilla.

GRÁFICA 11 FRECUENCIAS DE LOS CHILES EN MOLE COLORADITO



Haciendo un análisis de las recetas para la elaboración del mole coloradito se encontraron nueve de estas utilizan dos chiles (mostrados en la tabla 14) siendo el más frecuente el chile ancho y chilcostle mencionado en seis recetas, el ancho y guajillo se mencionó en dos recetas, el ancho y pasilla se mencionó en una.

Tabla 14 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole coloradito en diferentes recetas.

TIPOS DE CHILES	RECETAS								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Ancho rojo	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Chilcostle	X		X	X	X	X		X	
Colorado									
Guajillo							X		X
Pasilla		X							

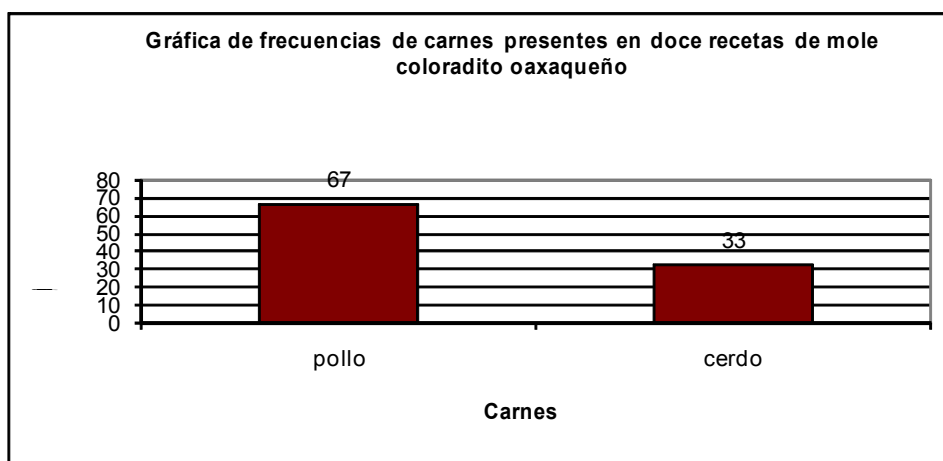
De la tabla anterior los siguientes autores corresponden al número de receta: 1Lomelí [XVIII], 2Chapa [XV], 3Voluntariado [III], 4Velásquez [IV], 5Gironella [V], 6Belman [VIII], 7Trilling [I], 8Caraza [VII] y 9Quintana [XIII].

Se encontraron tres recetas que se elaboran con un chile, Henestrosa [XIX] menciona que es el chile ancho, Tajonar [XIV] menciona que es el colorado y Kennedy [XII] que es guajillo.

2.1.3.1.2.Carnes

Como se puede ver en la gráfica 12 la variedad de carnes que se ocupan para la elaboración del mole coloradito oaxaqueño, la carne de pollo es la mas utilizada, ya que se encontró en las recetas 67% posteriormente la carne de cerdo es la menos frecuente 33%.

GRÁFICA 12 FRECUENCIAS DE CARNES EN MOLE COLORADITO



Haciendo un análisis de las recetas para la elaboración del mole coloradito se encontraron once de éstas utilizan una sola carne, siendo la mas frecuente el pollo con ocho recetas, los autores que corresponden a dichas recetas son: Henestrosa [XIX], Voluntariado [III], Velásquez [IV], Gironella [V], Belman [VIII], Trilling [I], Caraza [VII] y Kennedy [XII]; se menciona en las demás recetas la carne de cerdo correspondiente a Chapa [XV], Tajonar [XIV] y Quintana [XIII].

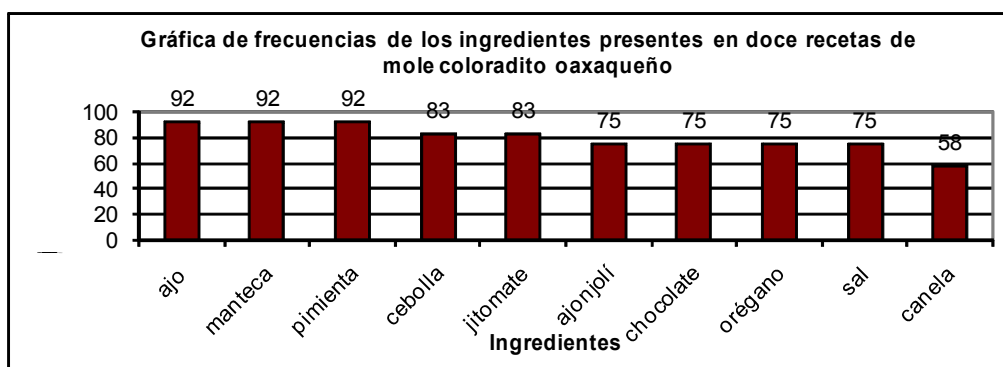
Se muestra que la única receta elaborada con dos carnes es la de Lomelí [XVIII]

2.1.3.1.3.Otros

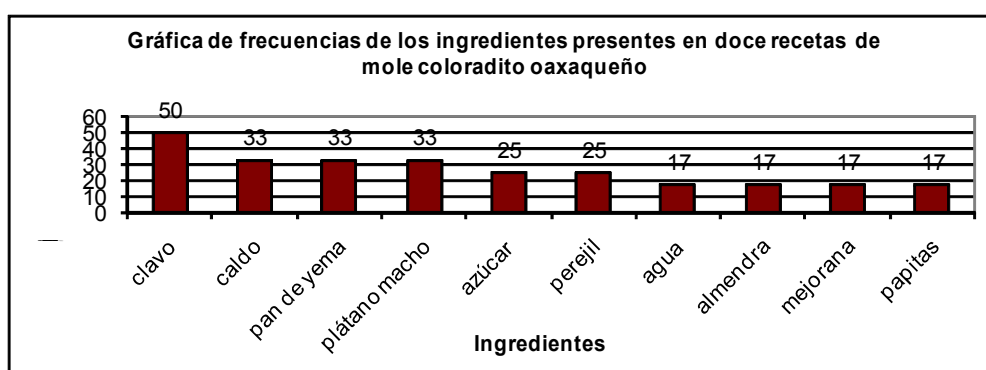
En las gráficas 13, 14 y 15 se muestra la frecuencia de los otros ingredientes presentes en doce recetas del mole coloradito oaxaqueño.

El ajo, la manteca y la pimienta se encontraron con mayor frecuencia 92% y los ingredientes menos frecuentes son aceite, cacahuete y tomate entre otros como se muestra en la gráfica 15.

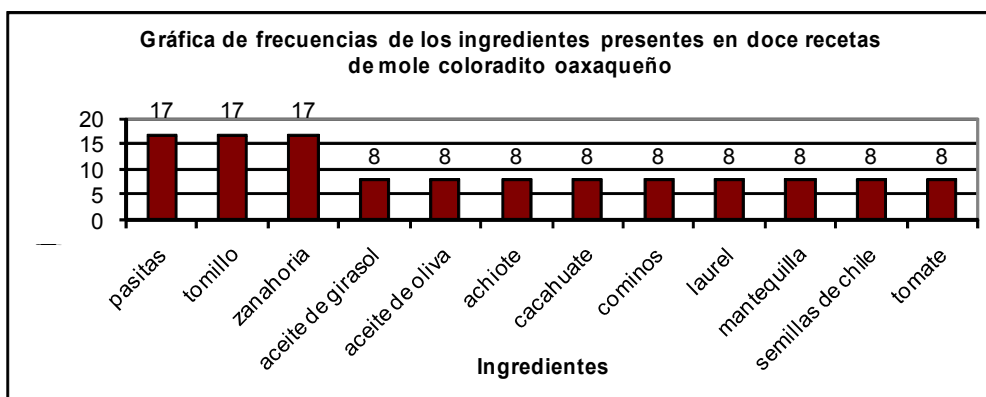
GRÁFICA 13 FRECUENCIAS DE LOS INGREDIENTES EN MOLE COLORADITO



GRÁFICA 14 FRECUENCIAS DE LOS INGREDIENTES EN MOLE COLORADITO (CONTINUACIÓN)



GRÁFICA 15 FRECUENCIAS DE LOS INGREDIENTES EN MOLE COLORADITO (CONTINUACIÓN)



2.1.3.1.4. Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración mole coloradito

Una vez obtenidos los ingredientes principales de todas las recetas del mole coloradito oaxaqueño, se pesaron las cantidades mencionadas en las mismas.

Posteriormente se seleccionaron autores que tuvieran proporciones y cantidades similares de ingredientes además de asemejar el número de comensales, lo cual dejó solamente cuatro recetas.

Como se observa en las tablas 15,16,17 y 18.

Tabla 15 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole coloradito (Quintana [XIII])

	Receta (Quintana [XIII])	Gramos	%
INGREDIENTES	Cebolla	700	27
	Manteca	500	20
	Jitomate o tomate	400	16
	Plátano	247	10
	Almendra y cacahuete	166	6
	Chocolate	160	6
	Chile	153	6
	Ajonjolí	83	3
	Pasas	83	3
	Ajo	58	2

Tabla 16 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole coloradito (Kennedy [XII])

	Receta (Kennedy [XII])	Gramos	%
INGREDIENTES	Tomate	250	26
	Plátano	247	26
	Cebolla	233	25
	Manteca	48	5
	Pan	45	5
	Chile	36	4
	Ajonjolí	30	3
	Chocolate	30	3
	Ajo	14	1
	Canela	7	1

Tabla 17 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole coloradito (Gironella [V])

	Receta (Gironella [V])	Gramos	%
INGREDIENTES	Jitomate o tomate	500	42
	Chile	268	23
	Cebolla	233	20
	Chocolate	90	8
	Manteca	40	3
	Ajo	35	3
	Ajonjolí	10	1
	Azúcar	6	1

Tabla 18 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole coloradito (Trilling [!])

	Receta (Trilling [!])	Gramos	%
INGREDIENTES	Tomate	500	32
	Chile	375	24
	Cebolla	233	15
	Chocolate	175	11
	Plátano	124	8
	Ajonjolí	60	4
	Aceite o manteca	60	4
	Ajo	18	1

Para mayor claridad se agruparon los ingredientes de forma a sus características y semejanzas, algunos de forma botánica, como se menciona a continuación.

Chile	ancho rojo, chilcostle, colorado, guajillo y pasilla 4-24%
Chocolate	3-11%
Edulcorante	azúcar <1-1%
Especia	ajonjolí y canela 1-4%
Espesante	pan 5%
Fruto	plátano macho 8-26%
Fruto seco	almendra, cacahuete y pasas <1- 9%
Grasa	manteca 3-20%
Hortaliza	45-65%
Hortaliza de bulbo	ajo y cebolla 16-29%
Hortaliza de fruto	jitomate o tomate 16-42%

Se realizó la comparación de cuatro recetas donde se muestra el porcentaje de cada grupo de ingredientes.

Tabla 19 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole coloradito.

		RECETAS (%)			
GRUPO DE INGREDIENTES		Quintana [XIII]	Kennedy [XII]	Trilling [I]	Gironella [V]
	Chile	6	4	24	23
	Chocolate	6	3	11	8
	Edulcorante	<1	NM	NM	1
	Especia	3	4	4	1
	Espesante	NM	5	<1	NM
	Fruta	10	26	8	NM
	Fruto seco	9	NM	<1	NM
	Grasa	20	5	4	3
	Hortaliza	45	52	48	65

NM: no se menciona

2.1.3.2. Preparación

Con base en el estudio de las recetas antes mencionadas se ha diseñado una receta estándar cuya preparación se muestra en este apartado.

Para la preparación del mole coloradito es necesario que algunos ingredientes lleven un tratamiento previo como se muestra a continuación.

2.1.3.2.1. Tratamiento previo de ingredientes

Chiles

- ♣ Limpiar (despepitar y desvenar)
- ♣ Asar o tostar (por los dos lados hasta que la piel empiece a ampollar y despidan su aroma)
- ♣ Remojar en agua caliente (15-20min) estén suaves
- ♣ Colar
- ♣ Desechar las cascarillas

Carnes

- ♣ Colocar la carne de pollo en una olla
- ♣ Agregar (ajo, cebolla, agua suficiente para cubrirlo y sal al gusto)
- ♣ Cocer a fuego lento (tapar)
- ♣ Cocinar 45min (o hasta que la carne esté suave)
- ♣ Colar
- ♣ Reservar el caldo

Ajonjolí

- ♣ Asar hasta que se doren (algunos segundos)

A continuación se presenta la preparación del mole con los ingredientes listos

2.1.3.2. Incorporación y mezclado de ingredientes

- ♣ Moler gradualmente y mezclar (chile, jitomate, cebolla, ajo, ajonjolí, canela, orégano, clavo, sal y pimienta).
- ♣ Freír con manteca (lo molido)
- ♣ Cocer (que suelte la grasita) 1 hora
- ♣ Agregar el chocolate y mover (para derretir)
- ♣ Cocer con fuego medio raspando el fondo de la cazuela hasta que espese 10-30min.
- ♣ Agregar el caldo y las piezas de pollo 15min.

Lo que le da su característica única a este tipo de mole son los siguientes grupos de ingredientes presentes en los resultados de frecuencias y porcentajes.

Carne	pollo
Chile	ancho
Chocolate	
Especia	ajonjolí, canela y pimienta
Grasa	manteca

Hierba orégano
Hortaliza ajo, cebolla y jitomate

Algunos comentarios de los diferentes autores se presentan a continuación:

- Quintana [XIII] fríe los chiles sin quemarlos o adquirirán un sabor amargo, también asa el jitomate, ajo y cebolla a un dorado oscuro volteándolos para que queden parejos.
- Kennedy [XII] acitrona el ajo, cebolla y rajas de canela con un dorado ligero, escurre y muele.

2.1.4.Mole manchamanteles

Se revisaron cuatro recetas de cuatro autores diferentes presentando algunas características específicas.

Los autores por su parte agregan ingredientes diferentes y le ponen su propio sazón a la ya elaborada receta.

Para el mole manchamanteles Trilling [I] dice lo siguiente:

...Manchamanteles oaxaqueño. Aunque la receta proviene de Michoacán, los oaxaqueños lo consideran uno de sus siete moles, para el que usan chiles anchos secos, guajillos y los chilcostles de la región en una mezcla que se espesa con ajonjolí y se cocina a fuego lento con trozos de piña fresca, plátano macho maduro y manzanitas.

También De la Vega [II] comenta acerca del mole manchamanteles:

El manchamanteles: de elaboración sencilla, pero con un fuerte sabor a chile ancho. Sus ingredientes son jitomate, ajo, cebolla, tomillo, orégano, sal, pimienta, clavo, almendras y chile ancho. Lo que hace especial este mole es que se acompaña con plátano macho y piña, frutas que rebanadas se fríen en mantequilla justo antes de servir.

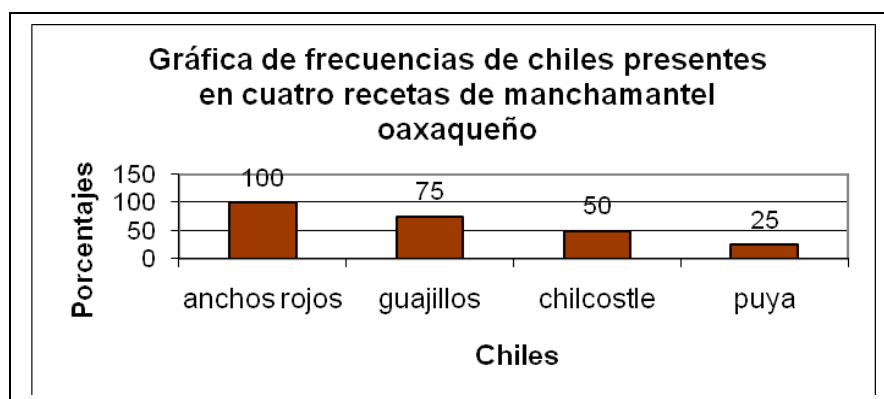
2.1.4.1.Ingredientes

Existen veinticuatro ingredientes presentes en el mole manchamantel; para su análisis se presentan gráficas de frecuencias, por la amplia gama de componentes se dividieron en tres grupos: el primer grupo corresponde al chile, como ingrediente principal, el segundo grupo incluye la carne y el tercero los demás ingredientes.

2.1.4.1.1.Chiles

En la gráfica 16 se muestra la frecuencia de chiles utilizados para la elaboración del mole manchamantel oaxaqueño en cuatro recetas diferentes, se observó que son cuatro los chiles mas utilizados ocupando el primer lugar el chile ancho rojo presente en todas las recetas, prosiguiendo con el chile guajillo 75%, el chilcostle 50% y el puya presentando menor frecuencia al 25%.

Gráfica 16 Frecuencias de chiles en Mole Manchamantel



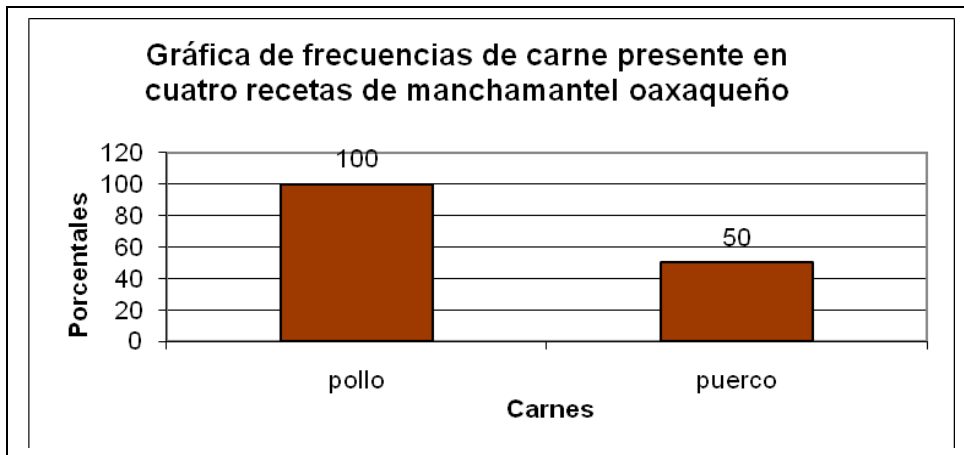
En una revisión de cuatro diferentes recetas del mole, se observó dos de estas correspondientes a los siguientes autores: Trilling [I] y Cocina [XX]; se elaboran con tres chiles siendo los mas frecuentes el chile ancho rojo, el guajillo y el chilcostle; se mencionó en la receta de Quintana [XIII] el chile ancho rojo, guajillo y puya.

En la receta de Kennedy [XII] ocupa solo un chile el ancho rojo.

2.1.4.1.2.Carnes

Como se puede ver en la gráfica 17 la variedad de carnes que se ocupan para la elaboración del mole manchamantel oaxaqueño, es la carne de pollo la más utilizada, ya que se encontró en todas las recetas, posteriormente la carne de puerco en la mitad de ellas.

GRÁFICA 17 FRECUENCIAS DE CARNES EN EL MOLE MANCHAMANTEL



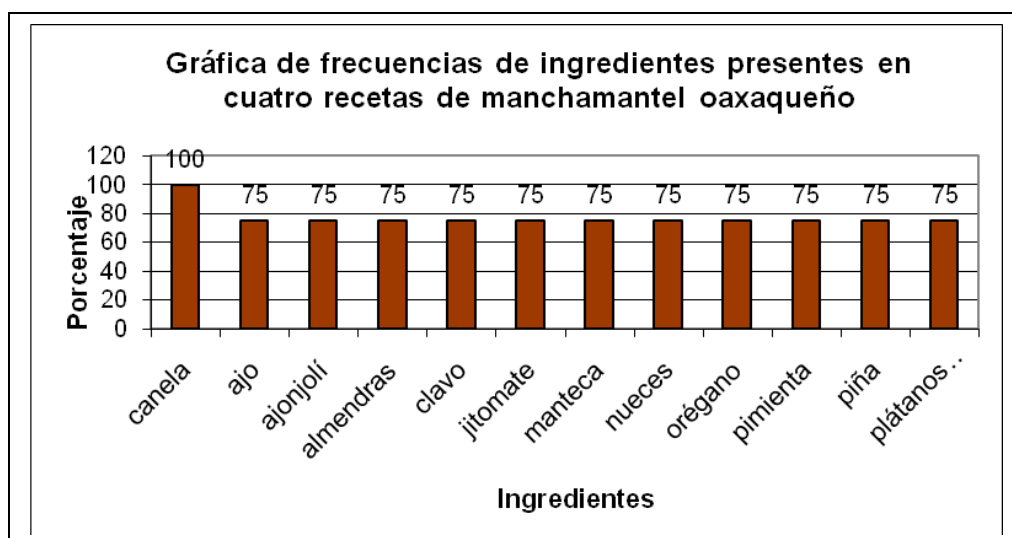
En la revisión se muestra que en dos recetas correspondientes a Trilling [I] y Cocina [XX] solo utiliza una carne: el pollo; se menciona que dos recetas correspondientes a Kennedy [XII] y Quintana [XIII] ocupan dos tipos de carne para la elaboración del mole.

2.1.4.1.3.Otros

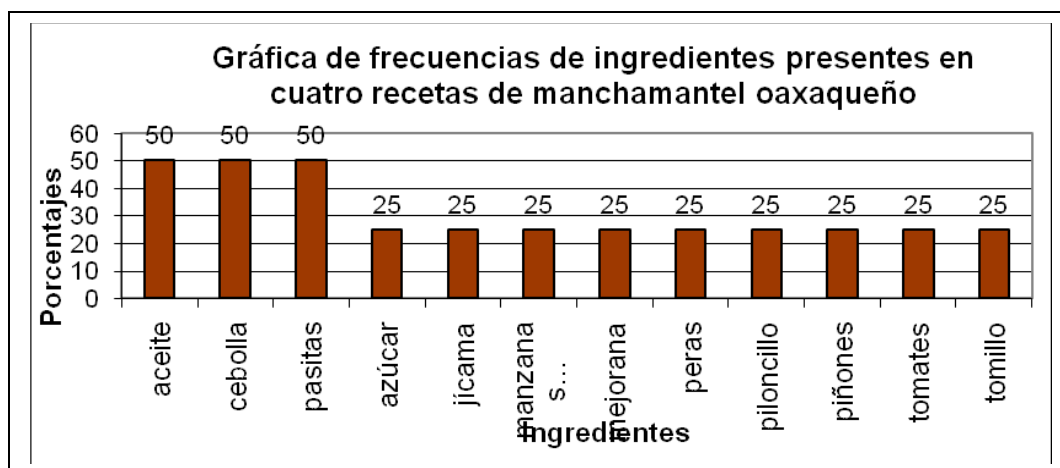
En las gráficas 18 y 19 se muestra la frecuencia de los otros ingredientes presentes en cuatro recetas del mole manchamantel oaxaqueño.

La canela se encontró en todas las recetas y los ingredientes menos frecuentes son: la jícama, mejorana y tomillo entre otros como se muestra en la gráfica 19.

GRÁFICA 18 FRECUENCIAS DE INGREDIENTES EN MOLE MANCHAMANTEL



GRÁFICA 19 FRECUENCIAS DE INGREDIENTES EN MOLE MANCHAMANTEL (CONTINUACIÓN)



2.1.4.1.4. Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración Mole Manchamantel

Una vez obtenido los ingredientes principales de todas las recetas del mole manchamantel oaxaqueño, se pesaron las cantidades mencionadas en las mismas.

La receta del libro *Cocina mexicana oaxaqueña, poblana y yucateca* para el mole manchamantel no contaba con información suficiente, referente a las cantidades de los ingredientes por lo que fue desechado.

Como se observa en las tablas 20, 21 y 22

Tabla 20 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole manchamantel (Kennedy [XII])

	Receta (Kennedy [XII])	Gramos	%
INGREDIENTES	Plátano macho	340	28
	Jitomate o tomate	340	28
	Jícama	340	28
	Chile	75	6
	Aceite	63	5
	Almendra	38	3
	Ajonjolí	7	1
	Canela	7	1

Tabla 21 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole manchamantel (Quintana [XIII])

	Receta (Quintana [XIII])	Gramos	%
INGREDIENTES	Cebolla	1500	39
	Jitomate	1250	33
	Chile	550	14
	Piñones y nuez	205	5
	Manteca	125	3
	Piloncillo	125	3

Tabla 22 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole manchamantel (Trilling [I])

	Receta (Trilling [I])	Gramos	%
INGREDIENTES	Tomates	500	24
	Piña	500	24
	Plátano	494	24
	Cebolla	233	11
	Chile	215	10
	Almendra y nuez	60	3
	Manteca	48	2
	Pasita	19	1

Para mayor claridad se agruparon los ingredientes de forma a sus características y semejanzas, algunos de forma botánica.

Como se menciona a continuación.

Chile	ancho rojo, chilcostle, guajillo y puya 6-14%
Edulcorante	piloncillo 3%
Especias	ajonjolí y canela <1- 2%
Fruto	jícama, piña y plátano 48-56%
Fruto seco	almendra, nuez, pasitas y piñones 3-5%
Grasa	aceite y manteca 2-5%
Hortaliza	28-72%
Hortaliza de bulbo	cebolla 14-39%
Hortaliza de fruto	tomate 24-33%

Se realiza la comparación de tres recetas donde se muestra el porcentaje de cada grupo de ingredientes.

Tabla 23 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole manchamantel.

GRUPO DE INGREDIENTES	RECETAS (%)			
		Kennedy [XII]	Trilling [I]	Quintana [XIII]
Chile	6	10	14	
Edulcorante	NM	NM	3	
Especias	2	<1	<1	
Fruta	56	48	NM	
Fruto seco	3	4	5	
Grasa	5	2	3	
Hortaliza	28	35	72	

NM: no se menciona

2.1.4.2.Preparación

Con base en el estudio de las recetas antes mencionadas se ha diseñado una receta estándar cuya preparación se muestra en este apartado.

Para la preparación del mole manchamantel es necesario que algunos ingredientes lleven un tratamiento previo como se muestra a continuación.

2.1.4.2.1.Tratamiento previo de ingredientes

Chiles

- ♣ Limpiar (desvenar)
- ♣ Asar (por los dos lados hasta que la piel empiece a ampollar y despidan su aroma)
- ♣ Remojar en agua caliente (20-25min) estén suaves
- ♣ Moler con el jitomate y el caldo
- ♣ Colar (para retirar la piel)

Carnes

- ♣ Colocar la carne de pollo en una olla
- ♣ Agregar (ajo, cebolla, agua suficiente para cubrirlo y sal al gusto)

- ♣ Cocer a fuego lento (tapar)
- ♣ Cocinar 35-45min (o hasta que la carne esté suave)
- ♣ Colar
- ♣ Reservar el caldo

Ajonjolí

- ♣ Asar hasta que se doren (algunos segundos)

Ajonjolí, almendra, canela, clavo, nueces, pasitas, pimienta y orégano

- ♣ Freír
- ♣ Escurrir
- ♣ Moler con 2 tazas de caldo 3min.

2.1.4.2. Incorporación y mezclado de ingredientes

A continuación se presenta la preparación del mole con los ingredientes listos

En una cazuela calentar manteca hasta que humee.

- ♣ Verter la mezcla de chile molido sin dejar de mover 20min
- ♣ Agregar la mezcla de especias y semillas
- ♣ Revuelva para incorporar todo
- ♣ Adicionar 3-4 tazas de caldo, dejar que suelte el hervor
- ♣ Agregar la carne
- ♣ Adicionar la fruta
- ♣ Cocer 20 min
- ♣ Sazonar
- ♣ Cocer con fuego medio raspando el fondo de la cazuela (para espesar) 1-1½horas.
- ♣ Revolviendo de vez en cuando

Lo que le da su característica única a este tipo de mole son los siguientes grupos de ingredientes presentes en los resultados de frecuencias y porcentajes.

Carne	pollo
Chile	anchos
Especias	ajonjolí y canela
Fruto	piña y plátano macho
Fruto seco	almendra, nuez y pasitas
Grasa	aceite y manteca
Hierba	orégano
Hortaliza	cebolla, jitomate y tomate

Algunos comentarios de los diferentes autores se presentan a continuación:

- Trilling [I] fríe los condimentos hasta que se doren y espidan su aroma, también debe quedar el mole espeso
- Quintana [XIII] retira la salsa hasta que este chinito el mole y se vea el fondo de la cazuela al moverlo.
- Cocina menciona que se tiene que dejar hervir hasta que suelte grasita por encima del mole y se retira del fuego.

2.1.5.Mole negro

Se revisaron veintinueve recetas de diecinueve autores diferentes presentando algunas características específicas.

Los autores por su parte agregan ingredientes diferentes y le ponen su propio sazón a la ya elaborada receta.

Para el estado de Oaxaca cito a Trilling [I], comenta acerca del mole negro.

...El mole negro oaxaqueño, el rey de los moles. Esta ardiente salsa negra es una fascinante combinación de chiles secos de la región. Requiere chilhuacle negro, un chile ancho negro que se encuentra solo en Oaxaca, además de otros chiles; cinco en total. Los chiles se tuestan hasta que se quedan negros y se remojan se asan las cebollas y ajos. Los tomates y tomatillos se fríen despacio hasta que se secan. De las nueces y semillas, algunas se tuestan otras se fríen. Las semillas de ajonjolí requieren el mayor cuidado, con mucho amor y atención. Las especias, pimientas, clavos y trozos de canela se tuestan también para extraer su sabor. Las hierbas de olor-ramilletes de tomillo, mejorana y orégano- a menudo se fríen junto con plátanos machos, pan y pasitas.

También De la Vega [II] comenta acerca del mole negro:

El mole negro: es el más complejo de todos lleva seis tipos de chiles (chilguacle negro, mulato, pasilla, ancho, guajillo y chipocle) y sus semillas, plátano macho, jengibre, cebolla, jitomate, miltomate, clavo, pimienta negra y gorda; semillas (almendras, nueces, ajonjolí y cacahuates, pan, tortillas, mejorana, hoja de aguacate, orégano, tomillo, comino, canela, chocolate, azúcar y sal.

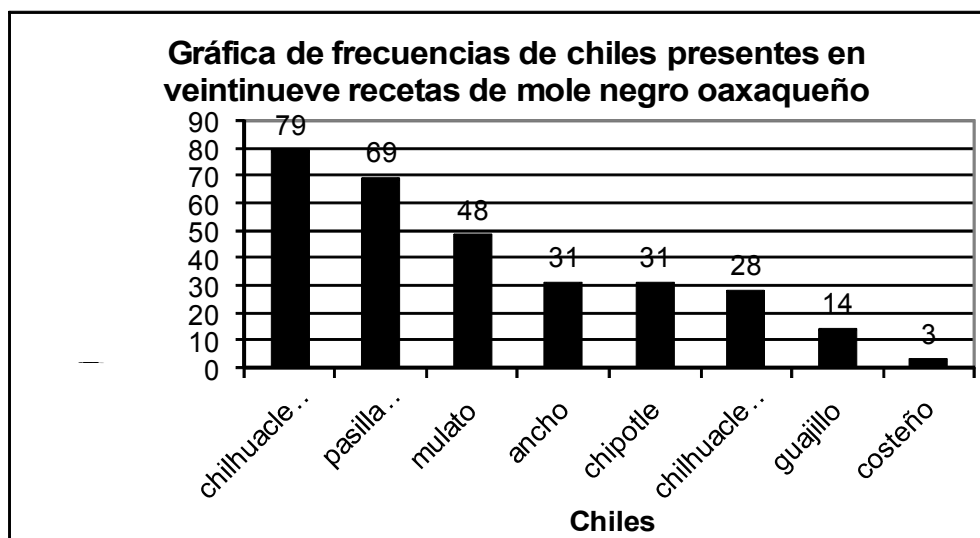
2.1.5.1. Ingredientes

Existen treinta y siete ingredientes presentes en el mole negro; para su análisis se presentan gráficas de frecuencias, por la amplia gama de componentes se dividieron en tres grupos: el primer grupo corresponde al chile, como ingrediente principal, el segundo grupo incluye la carne y el tercero los demás ingredientes.

2.1.5.1.1. Chiles

En la gráfica 20 se muestra la frecuencia de chiles utilizados para la elaboración del mole negro oaxaqueño en veintinueve recetas diferentes, se observó que son ocho los chiles mas utilizados ocupando el primer lugar el chile chilhuacle negro 79%, prosiguiendo con el chile pasilla mexicano 69%, mulato 48%, ancho y chipotle 31%, chilhuacle colorado 28%, guajillo 14% y el siguiente chile presenta la menor frecuencia al 3% costeño.

GRÁFICA 20 FRECUENCIAS DE CHILES EN MOLE NEGRO



Haciendo un análisis de las recetas para la elaboración del mole negro se encontraron once de éstas utilizan cuatro chiles (mostrados en la tabla 24) cuatro de éstas ocupan el chilhuacle negro, chipotle, pasilla y mulato siendo el mas frecuente; se mencionaron en tres recetas chilhuacle negro, chilhuacle colorado, pasilla y mulato; en dos recetas chilhuacle negro, chilhuacle colorado, pasilla y ancho; en una receta chilhuacle negro, chilhuacle colorado, guajillo y

mulato, en otra receta pasilla, chipotle, ancho y mulato, en otra receta ancho, chipotle, mulato y pasilla.

Tabla 24 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole negro en diferentes recetas

RECRETAS		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
TIPOS DE CHILES	Ancho		X					X				X
	Chilhuacle colorado	X	X		X			X		X	X	
	Chilhuacle negro	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
	Chipotle			X		X	X		X			X
	Costeño											
	Guajillo									X		
	Mulato	X		X	X	X	X		X	X	X	X
	Pasilla mexicano	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X

De la tabla anterior los siguientes autores corresponden al número de receta: 1 Quintana [XIII], 2 y 3 Gironella [V], 4 Caraza [VII], 5 y 6 Flores [XI], 7,8, y 9 Taibo I [XXIII], 10 Belma y 11 Quintana [XIII].

Se encontraron diez recetas que utilizan tres chiles (mostrados en la tabla 25) se observó que tres de éstas se elaboran con tres chiles siendo la mas frecuente el chihuacle negro, pasilla y mulato; se menciona en dos recetas chilhuacle negro, pasilla y chipotle; chilhuacle negro, pasilla y ancho en dos recetas; ancho, guajillo y costeño en una receta ; pasilla, ancho y mulato en una receta; chilhuacle negro, pasilla y chilhuacle colorado se mencionaron en una receta.

Tabla 25 Tipos de chiles empleados para la elaboración del mole negro en diferentes recetas (Continuación).

TIPO S DE CHILES	Recetas										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Ancho		X	X				X	X			
Chihuacle colorado									X		
Chihuacle negro	X	X	X	X	X	X			X	X	
Chipotle	X			X							
Costeño							X				
Guajillo							X				
Mulato					X	X		X		X	
Pasilla mexicano	X	X	X	X	X	X		X	X	X	

De la tabla anterior los siguientes autores corresponden al número de receta: 1 Voluntariado [III], 2 Lomelí [XVIII] , 3 Velásquez [IV], 4 Quintana [XIII], 5 Rhijn [XXI], 6 Gironella [V], 7 Dalron, 8 Henestrosa [XIX], 9 Taibo I [XXIII] y 10 Kennedy [XII].

Se encontraron tres recetas con cinco chiles que corresponden a Velásquez [IV] dos recetas y una de Trilling [I]; chihuacle negro, pasilla mexicano, chipotle, ancho y chihuacle colorado; chihuacle negro, pasilla, chipotle, guajillo y mulato; chihuacle negro, pasilla, chipotle, ancho y guajillo.

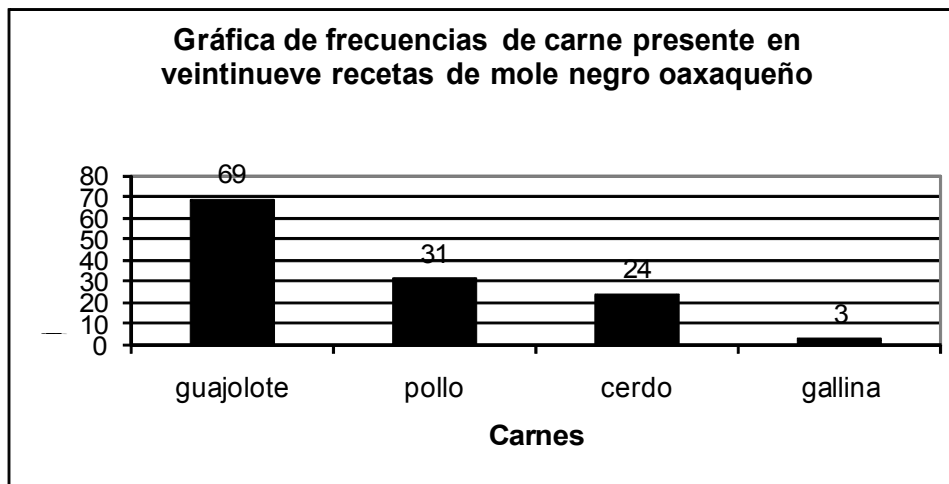
Con dos chiles se encontraron tres recetas diferentes que corresponden a Chapa [XV] y Molina [XXIV], siendo la mas frecuente chihuacle negro y mulato, chihuacle negro y pasilla mencionada en una receta de Quintana [XIII].

Con un chile se encontraron dos recetas diferentes que corresponden a Tajonar [XIV] y Merlín [IX], siendo el chihuacle negro o el chile ancho.

2.1.5.1.2. Carnes

Como se puede ver en la gráfica 21 la variedad de carnes que se ocupan para la elaboración del mole negro oaxaqueño, la carne de guajolote es la mas utilizada, ya que se encontró en las recetas 69% posteriormente la carne de pollo 31%, la carne de cerdo 24% y la de gallina al 3%.

GRÁFICA 21 FRECUENCIAS DE CARNES EN MOLE NEGRO



Haciendo un análisis de las recetas para la elaboración del mole negro se encontraron veintidós recetas con una carne (mostradas en la tabla 26), se observó trece de estas se elaboran con guajolote, se mencionó en siete recetas el pollo, el cerdo y la gallina en una.

Tabla 26 Tipo de carnes empleadas para la elaboración de mole negro en diferentes recetas.

TIPO DE CARNES				
Recetas	Cerdo	Gallina	Guajolote	Pollo
1			X	
2			X	
3		X		
4			X	
5				X
6				X
7			X	
8			X	
9				X
10				X
11			X	
12			X	
13			X	
14			X	
15			X	
16			X	
17			X	
18			X	
19				X
20	X			
21				X
22				X

De la tabla anterior los siguientes autores corresponden al número de receta: 1.Lomelí [XVIII] , 2,3 y 4 Velásquez [IV], 5 y 6 Quintana [XIII], 7 Rhijn [XXI], 8 Gironella [V], 9 Dalton [XXII], 10 Henestrosa [XIX], 11Merlín [IX], 12Caraza [VII], 13 y 14 Flores [XI], 15,16 y 17 Taibo I [XXIII], 18 Belma, 19 Trilling [I], 20 y 21 Quintana [XIII] y 22 Kennedy [XII].

Seis recetas que correspondientes a Tajonar [XIV], Voluntariado [III], Taibo I [XXIII], Chapa [XV] y Molina [XXIV], se elaboran con dos carnes siendo las mas frecuentes el guajolote y el cerdo; el guajolote y el pollo se mencionó en una receta de Gironella [V].

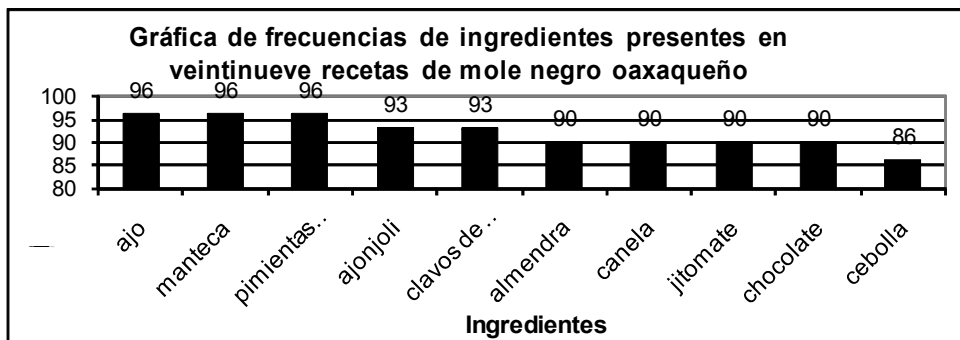
Se muestra en una receta de Gironella [V] la elaboración con tres carnes: guajolote, cerdo y pollo.

2.1.5.1.3.Otros

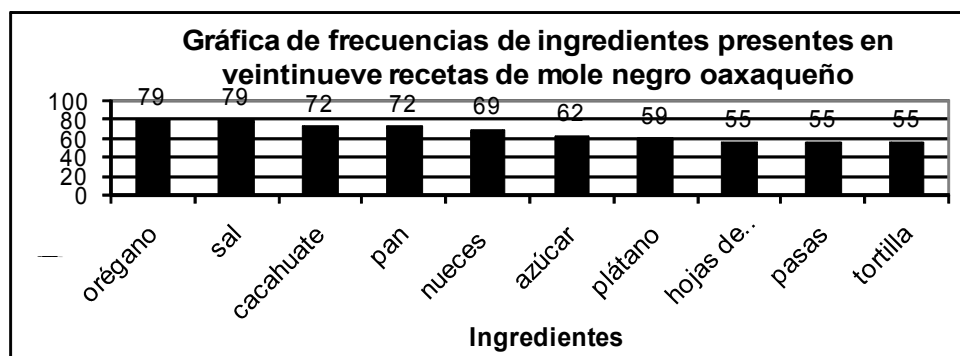
En las gráficas 22, 23, 24 y 25 se muestra la frecuencia de los otros ingredientes presentes en veintinueve recetas del mole negro oaxaqueño.

El ajo, manteca y pimienta se encontraron con mayor frecuencia 96% y los ingredientes menos frecuentes son el cilantro y la calabaza entre otros como se muestra en la gráfica 25.

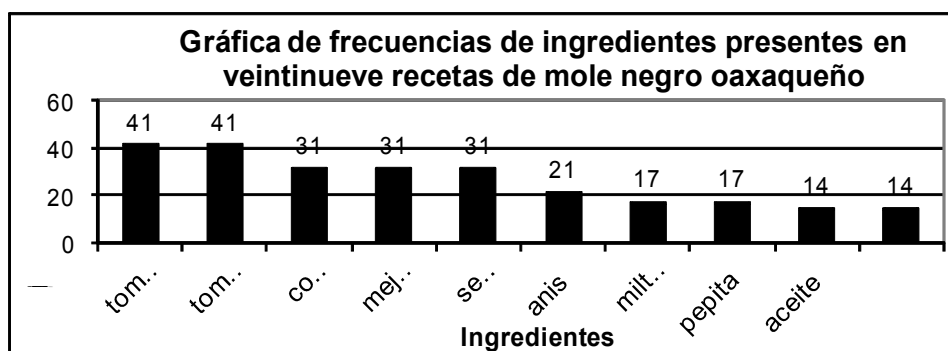
GRÁFICA 22 FRECUENCIAS DE INGREDIENTES EN MOLE NEGRO



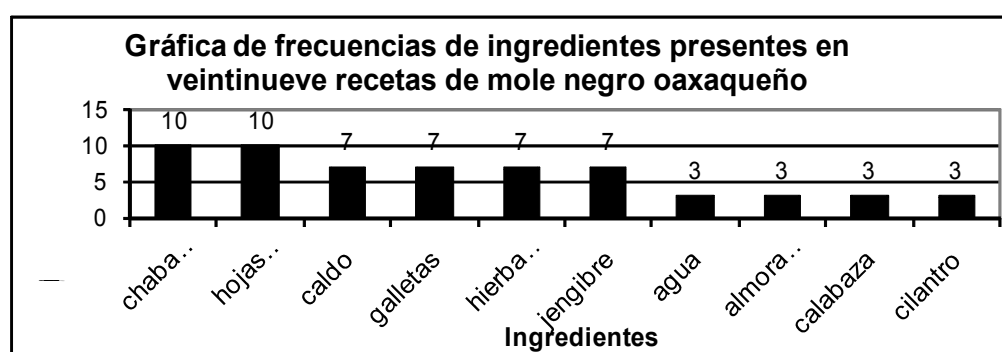
GRÁFICA 23 FRECUENCIAS DE INGREDIENTES EN MOLE NEGRO (CONTINUACIÓN)



GRÁFICA 24 FRECUENCIAS DE INGREDIENTES EN MOLE NEGRO (CONTINUACIÓN)



GRÁFICA 25 FRECUENCIAS DE INGREDIENTES EN MOLE NEGRO (CONTINUACIÓN)



2.1.5.1.4. Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración Mole Negro

Una vez obtenido los ingredientes principales de todas las recetas del mole negro oaxaqueño, se pesaron las cantidades mencionadas en las mismas.

Posteriormente se seleccionaron autores que tuvieran proporciones y cantidades similares de ingredientes además de asemejar el número de comensales, lo cual dejó solamente nueve recetas.

Como se observa en las tablas 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34 y 35.

Tabla 27 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Quintana [XIII] 1).

	Receta (Quintana [XIII] 1)	Gramos	%
INGREDIENTES	Manteca	1000	20
	Jitomate o tomate	1000	20
	Chile	953	19
	Almendra	500	10
	Ciruela pasa	384	8
	Chocolate	350	7
	Pan, tortilla	275	5
	Plátano macho	247	5
	Ajonjolí	180	4
	Ajo	53	1
	Semilla de chile	50	1

Tabla 28 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Quintana [XIII] 2).

	Receta (Quintana [XIII] 2)	Gramos	%
INGREDIENTES	Chile	1400	30
	Jitomate o tomate	950	19
	Cebolla	583	12
	Pan, tortilla	500	10
	Chocolate	350	7
	Manteca	312	6
	Azúcar	250	5
	Ciruela pasa	128	3
	Ajo	123	2
	Ajonjolí	120	2
	Jengibre	60	1

Tabla 29 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Quintana [XIII] 3).

	Receta (Quintana [XIII] 3)	Gramos	%
INGREDIENTES	Cebolla	350	21
	Manteca	312	19
	Plátano macho	247	15
	Almendra y cacahuete	180	11
	Tomate	160	10
	Ajonjolí	120	7
	Chile	110	7
	Chocolate	90	5
	Pan y tortilla	67	4
	Ajo	15	1

Tabla 30 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Quintana [XIII] 4).

	Receta (Quintana [XIII] 4)	Gramos	%
INGREDIENTES	Jitomate o tomate	2160	33
	Chile	1035	16
	Almendra, cacahuete, nuez	700	11
	Manteca	624	10
	Cebolla	583	9
	Chocolate	300	5
	Ajonjolí	250	4
	Plátano macho	247	4
	Pepita	200	3
	Hoja de aguacate	160	2
	Tortilla	78	1
	Ajo	42	1

Tabla 31 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Kennedy [XII]).

	Receta (Kennedy [XII])	Gramos	%
INGREDIENTES	Jitomate o tomate	250	18
	Plátano macho	247	18
	Chile	245	18
	Cebolla	233	17
	Manteca	117	8
	Almendra y cacahuete	73	5
	Chocolate	60	4
	Pan y tortilla	59	4
	Ajonjolí	30	2
	Pasas	19	1
	Ajo	18	1
	Tomillo	10	1

Tabla 32 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Trilling [I]).

	Receta (Trilling [I])	Gramos	%
INGREDIENTES	Tomate o tomatillo	350	25
	Plátano macho	247	18
	Cebolla	233	17
	Chile	194	14
	Chocolate	125	9
	Ajonjolí	60	4
	Aceite o manteca	60	4
	Almendra y cacahuete	40	3
	Ajo	18	1
	Pan	15	1
	Pasita	10	1
	Hoja de aguacate	8	1

Tabla 33 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Gironella [V] 1).

	Receta (Gironella [V] 1)	Gramos	%
INGREDIENTES	Jitomate o tomate	1625	48
	Chile	750	22
	Cebolla	466	14
	Chocolate	180	5
	Almendra, cacahuete y nuez	150	4
	Ajo	70	2
	Ajonjolí	50	1
	Pepita	50	1

Tabla 34 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Gironella [V] 2).

	Receta (Gironella [V] 2)	Gramos	%
INGREDIENTES	Chile	1250	25
	Jitomate o tomate	1250	25
	Plátano macho	741	15
	Cebolla	466	9
	Chocolate	450	9
	Almendra, cacahuete y nuez	300	6
	Galleta	250	5
	Ciruela pasa	200	4
	Ajonjolí	100	2
	Ajo	35	1

Tabla 35 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Gironella [V] 3).

	Receta (Gironella [V] 3)	Gramos	%
INGREDIENTES	Chile	1265	23
	Manteca	1000	18
	Almendra, cacahuete y nuez	875	16
	Cebolla	500	9
	Pasitas	500	9
	Plátano macho	494	9
	Semilla de chile	250	5
	Jitomate o tomate	220	4
	Ajo	105	2
	Ajonjolí	120	2
	Cacao	63	1
	Pan	45	1

Para mayor claridad se agruparon los ingredientes de forma a sus características y semejanzas, algunos de forma botánica, como se menciona a continuación.

Chile	ancho, chilhuacle colorado, chilhuacle negro, chipotle, costeño, guajillo, mulato y pasilla mexicano 7-30%
Chocolate	cacao 1-9%
Edulcorante	azúcar <1-5%
Especia	ajonjolí y tomillo 1-7%
Espesante	galleta, pan y tortilla <1-10%
Fruto	plátano macho, jengibre 1-18%
Fruto seco	almendra, cacahuete, ciruela pasa y nuez 3-25%
Grasa	manteca 4-20%
Hierba	hoja de aguacate <1 -2%
Hortaliza	15-64%
Hortaliza de bulbo	ajo y cebolla 1-22%
Hortaliza de fruto	tomate 4-48%

Se realizó la comparación de nueve recetas donde se muestra el porcentaje de cada grupo de ingredientes.

Tabla 36 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole negro.

		RECETAS (%)								
GRUPO DE INGREDIENTES		Quintana [XIII]	Quintana [XIII]	Quintana [XIII]	Quintana [XIII]	Kennedy [XII]	Trilling [I]	Gironella [V]	Gironella [V]	Gironella [V]
	Chile	20	30	7	19	18	14	23	25	28
	Chocolate	7	7	5	5	4	9	5	9	1
	Edulcorante	<1	5	NM	NM	NM	NM	NM	NM	NM
	Especia	4	2	7	4	3	4	1	2	2
	Espesante	5	10	4	1	4	1	<1	5	1
	Fruto	5	1	15	4	18	18	9	15	NM
	Fruto seco	18	3	11	11	6	4	4	10	25
	Grasa	20	6	19	10	8	4	18	NM	18
	Hierba	NM	<1	<1	2	<1	1	<1	NM	<1
	Hortaliza	21	33	32	42	36	43	64	35	15

NM: no se menciona

2.1.5.2.Preparación

Con base en el estudio de las recetas antes mencionadas se ha diseñado una receta estándar cuya preparación se muestra en este apartado.

Para la preparación del mole negro es necesario que algunos ingredientes lleven un tratamiento previo como se muestra a continuación.

2.1.5.2.1.Tratamiento previo de ingredientes

Chiles

- ♣ Limpiar (despepitar y desvenar)
- ♣ Asar o tostar
- ♣ Remojar en agua caliente (15-20min) estén suaves
- ♣ Escurrir
- ♣ Moler
- ♣ Colar

Carnes

- ♣ Colocar la carne de guajolote en una olla
- ♣ Agregar (ajo, cebolla, agua suficiente para cubrirla y sal al gusto)
- ♣ Cocer a fuego lento (1½ horas)
- ♣ Colar

Tortillas, semillas de chile

- ♣ Tostar
- ♣ Moler
- ♣ Colar

Ajonjolí y hojas de aguacate

- ♣ Tostar por separado
- ♣ Moler por separado

Ajo, cebolla, pimienta, jitomate

- ♣ Asar
- ♣ Moler
- ♣ Colar

Almendras, canela, cacahuete, plátano, nueces, pasas y pan.

- ♣ Plátano cortarlo
- ♣ Freír por separado
- ♣ Escurrir
- ♣ Moler

2.1.5.2.2. Incorporación y mezclado de ingredientes

A continuación se presenta la preparación del mole con los ingredientes listos.

En una olla se agregan los ingredientes anteriores

- ♣ Cocinar con fuego suave (que salga la grasa) 45min
- ♣ Mover
- ♣ Agregar la carne
- ♣ Agregar el chocolate
- ♣ Mover
- ♣ Agregar azúcar
- ♣ Agregar el caldo
- ♣ Sazonar
- ♣ Agregar la hoja de aguacate
- ♣ Cocinar a fuego lento 2 a 3 horas
- ♣ Mover

Lo que le da su característica única a este tipo de mole son los siguientes grupos de ingredientes presentes en los resultados de frecuencias y porcentajes.

Carne	guajolote
Chile	ancho, chilhuacle negro, chipotle, mulato y pasilla
Chocolate	
Especia	ajonjolí, clavo, pimienta y tomillo
Espesante	pan y tortilla
Fruto	plátano macho
Fruto seco	almendra, cacahuete y nuez
Grasa	manteca
Hierba	hoja de aguacate y orégano
Hortaliza	ajo, cebolla, jitomate y tomate

Algunos comentarios de los diferentes autores se presentan a continuación:

- Gironella [V] y Flores [XI] recomiendan engrasarse las manos antes de abrir los chiles con unas tijeras para no enchilarse las manos.
- Quintana [XIII] tuesta las semillas y las venas de los chiles salpicándolos con agua.
- Trilling [I] aconseja freír las pasitas hasta que se inflen

El mole debe tener un espesor cremoso.

Se han realizado algunos trabajos de investigación relacionados con la industrialización del mole negro entre ellos podemos citar a:

1. Cruz [XXVIII] desarrolló “Una tecnología para la elaboración del mole negro líquido”, en la primera etapa se recibe la materia prima, seguida del almacenamiento. Segunda etapa: Acondicionamiento de la materia prima. Tercera etapa: Freído por inmersión. El alimento se ingresa cuando ésta entre 175°C y 200°C, requirió del empleo de un termopar con el fin de determinar las temperaturas exactas y el tiempo necesario para cada una de ellas para lograr la estandarización del proceso. Cuarta etapa: Molido y mezclado de los ingredientes con el agua y eliminación de la materia no deseable. Quinta etapa: Cocción del mole, además de la formulación del mole líquido.

Materia prima	Peso (g)	Porcentaje (%)	Temperatura (°C)	Tiempo (seg)	Observaciones
Ajo	15	0.1843	138.42	12	
Ajonjolí	100	1.2292	138.42	12	
Agua	5500	67.6090			
Azúcar	25	0.3073	138.42	12	
Cacahuates	250	3.0731	162.70	30	
Canela	20	0.2458	138.42	12	
Cebolla	90	1.1063	138.42	12	
Clavo	5	0.0614	138.42	12	
Chile ancho	230	2.8272	141.65	15	Consistencia maleable, color y sabor agradable
Chile pasilla	230	2.8272	141.65	15	Consistencia maleable, color y sabor agradable
Chile mulato	300	3.6877	141.65	15	Consistencia maleable, color y sabor agradable
Chocolate	100	1.2292	162.70	30	
Jitomate	350	4.3023			
Laurel	5	0.0614	138.42	12	
Manteca	710	8.7277			
Mejorana	5	0.0614			
Orégano	15	0.1843	138.42	12	
Plátano macho	150	1.8438	155	22	Producto cocido, sabor y color agradable
Pimienta negra	5	0.0614	138.42	12	
Sal	25	0.3073	138.42	12	
Tomillo	5	0.0614	138.42	12	
Total		100			

2. “Diseño y evaluación del proceso térmico para mole negro enlatado” Meza [XXIX] encontró que el punto de más lento calentamiento para el centro de la lata, el punto frío, para este producto se localizó a 1.5 pulgadas de la lata. En una lata de 211x300, con un tiempo de proceso de 58 minutos, manteniendo la temperatura del autoclave a 250°C

2.1.6.Mole rojo

Se revisaron cuatro recetas de cuatro autores diferentes presentando algunas características específicas.

Los autores por su parte agregan ingredientes diferentes y le ponen su propio sazón a la ya elaborada receta.

Para el conocimiento del mole rojo es Trilling [I] introduce que el:

...Mole rojo o colorado, una salsa que tiene como base chile ancho y chilhuacle rojo...

También De la Vega [II] comenta acerca del mole rojo:

El mole rojo: es más picante y con sabor más definido. Sus ingredientes son chocolate, chile guajillo, chile ancho, cebolla, jitomate, ajo, orégano, canela, nueces, cacahuete y ajonjolí.

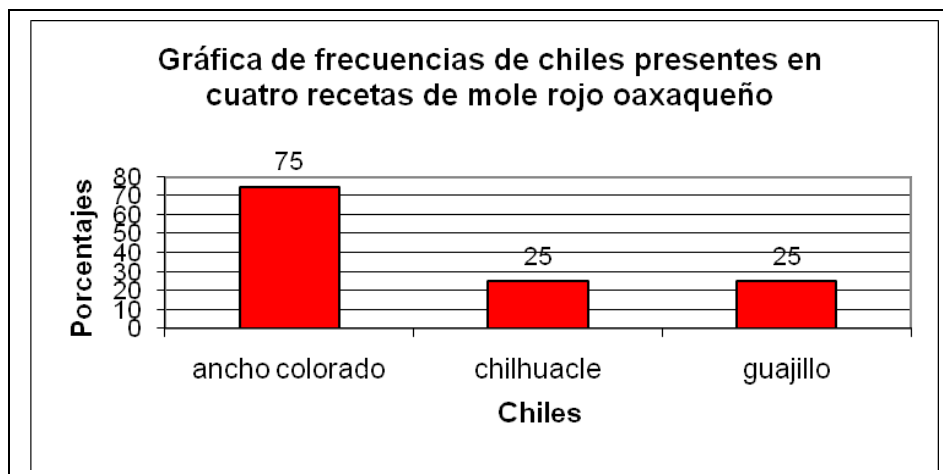
2.1.6.1.Ingredientes

Existen veinticinco ingredientes presentes en el mole rojo; para su análisis se presentan gráficas de frecuencias, por la amplia gama de componentes se dividen en tres grupos: el primer grupo corresponde al chile, como ingrediente principal, el segundo grupo corresponde a la carne y el tercero los demás ingredientes.

2.1.6.1.1.Chiles

En la gráfica 26 se muestra la frecuencia de chiles utilizados para la elaboración del mole rojo oaxaqueño en cuatro recetas diferentes, se observó que son tres los chiles mas utilizados ocupando el primer lugar el chile ancho colorado con 75%, prosiguiendo con los chiles chilhuacle y guajillo con 25%.

GRÁFICA 26 FRECUENCIAS DE CHILES EN MOLE ROJO

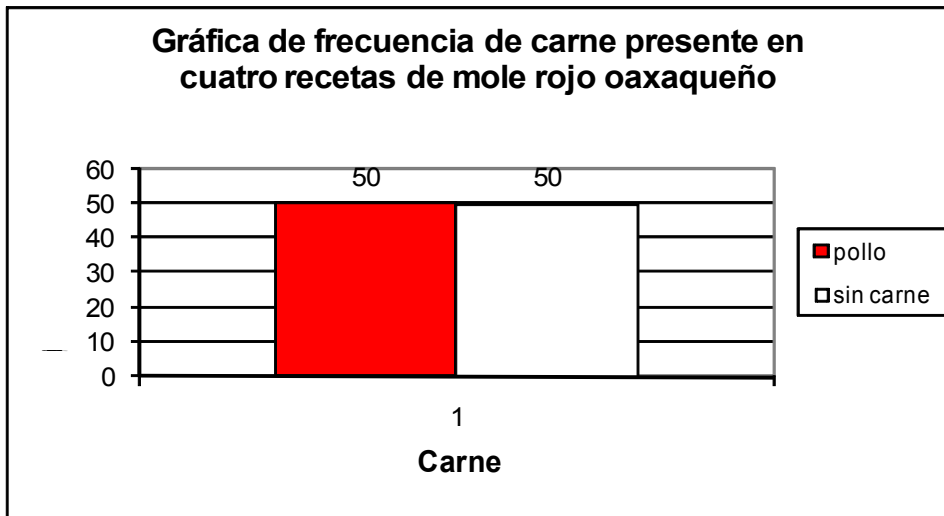


En una revisión de cuatro diferentes recetas del mole, se observó tres de estas Hernández [VI], y Pérez [XXV] elaboran con un solo chile siendo el mas frecuente el chile ancho colorado, se menciona en la receta de Trilling [I] al guajillo. El autor Lomelí [XVIII] utiliza dos chiles: el ancho colorado y el chihuacle.

2.1.6.1.2.Carnes

Como se puede ver en la gráfica 27 solo se ocupa la carne de pollo. En una revisión se observó que son las recetas de Lomelí [XVIII] y Trilling [I], los autores Hernández [VI] y Pérez [XXV] no le ponen carne al mole rojo oaxaqueño.

GRÁFICA 27 FRECUENCIA DE CARNE EN MOLE ROJO

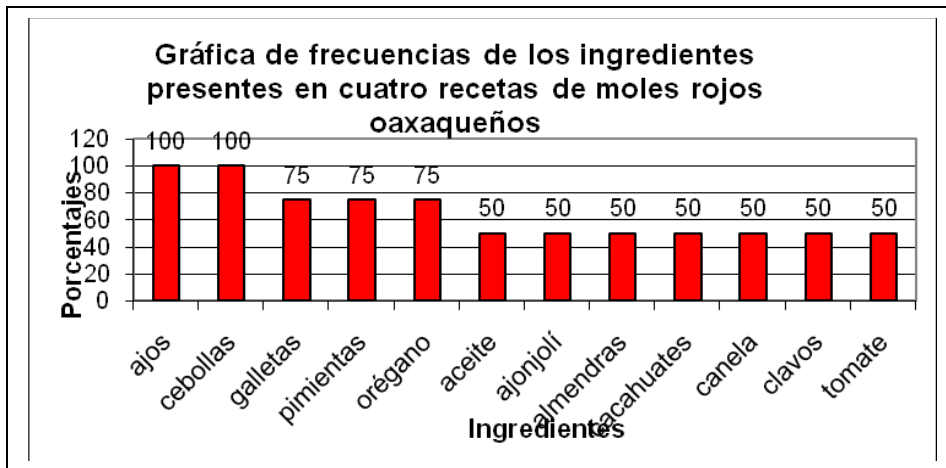


2.1.6.1.3.Otros

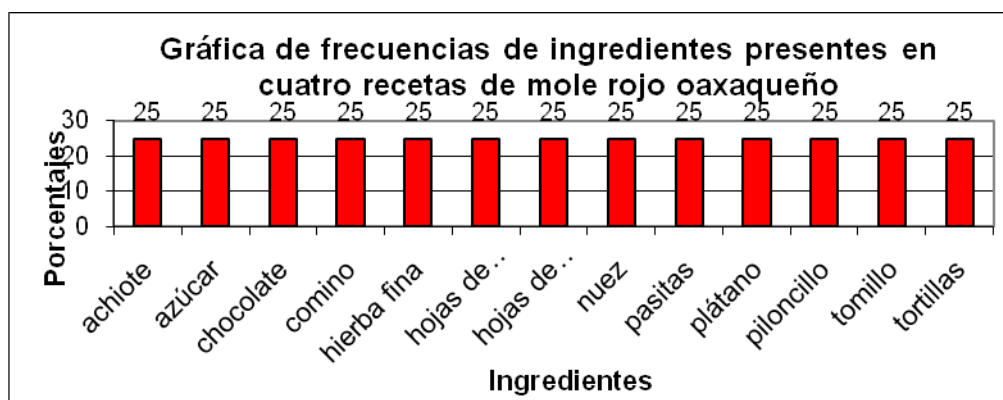
En las gráficas 28 y 29 se muestra la frecuencia de los otros ingredientes presentes en cuatro recetas del mole rojo oaxaqueño.

El ajo y la cebolla se encontraron en todas las recetas y los ingredientes menos frecuentes son: el comino, plátano macho y tortillas entre otros como se muestra en la gráfica 29.

GRÁFICA 28 FRECUENCIAS DE LOS INGREDIENTES EN MOLE ROJO



GRÁFICA 29 FRECUENCIAS DE LOS INGREDIENTES EN MOLE ROJO (CONTINUACIÓN)



2.1.6.1.4. Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración Mole rojo

Una vez obtenido los ingredientes principales de todas las recetas del mole rojo oaxaqueño, se pesaron las cantidades mencionadas en las mismas,

Las recetas de los autores Hernández [VI] y Lomelí [XVIII] para el mole rojo no contaba con información suficiente, referente a las cantidades de los ingredientes por lo que fue desechado.

Como se observa en las tablas 37 y 38.

Tabla 37 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del Mole Rojo (Pérez [XXV])

	Receta (Pérez [XXV])	Gramos	%
INGREDIENTES	Galleta	1200	31
	Aceite	8000	20
	Azúcar	7000	18
	Chile	5000	13
	Cebolla	2000	5
	Tomate	2000	5
	Almendra y cacahuete	1250	3
	Chocolate	900	2
	Ajo	350	1

Tabla 38 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del Mole Rojo (Trilling [!])

	Receta (Trilling [!])	Gramos	%
INGREDIENTES	Tomate	500	56
	Cebolla	117	13
	Galleta	100	11
	Piloncillo	63	7
	Chile	45	5
	Ajo	18	2
	Tomillo	14	2
	Aceite	12	1
	Achiote	10	1
	Sal	10	1

Para mayor claridad se agruparon los ingredientes de forma a sus características y semejanzas, algunos de forma botánica, como se menciona a continuación.

Chile	ancho colorado, chilhuacle y guajillo 4-5%
Chocolate	2%
Edulcorante	azúcar y piloncillo 6-7%
Espesante	galleta y tamales 11-12%
Fruto seco	almendra y cacahuete 3%
Grasa	aceite 1-7%
Hierba	tomillo <1-2%
Hortaliza	2-71%
Hortaliza de bulbo	ajo y cebolla 7-15%
Hortaliza de fruto	tomate 0-56%

Se realizó la comparación de dos recetas donde se muestra el porcentaje de cada grupo de ingredientes.

Tabla 39 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole rojo.

GRUPO DE INGREDIENTES	RECETAS (%)		
		Trilling [I]	Pérez [XXV]
	Chile	5	4
	Chocolate	NM	2
	Edulcorante	7	6
	Espesante	11	12
	Fruto seco	NM	3
	Grasa	1	7
	Hierba	2	<1
	Hortaliza	71	2

NM: no se menciona

2.1.6.2.Preparación

Con base en el estudio de las recetas antes mencionadas se ha diseñado una receta estándar cuya preparación se muestra en este apartado.

Para la preparación del mole rojo es necesario que algunos ingredientes lleven un tratamiento previo como se muestra a continuación:

2.1.6.2.1.Tratamiento previo de ingredientes

Chiles

- ♣ Limpiar (despepitar y desvenar)
- ♣ Asar o tostar
- ♣ Remojar en agua caliente (10-15min) estén suaves
- ♣ Escurrir
- ♣ Freír

Carne

- ♣ Colocar la carne de pollo en una olla
- ♣ Agregar (ajo, cebolla, agua suficiente para cubrirla y sal al gusto)

♣ Hervir (tapar) 35 min.

♣ Colar

♣ Conservar el caldo

Ajo, cebolla y tomate

♣ Asar

♣ Pelar el ajo

A continuación se presenta la preparación del mole con los ingredientes listos.

2.1.6.2.2. Incorporación y mezclado de ingredientes

♣ Moler gradualmente y mezclar (chiles, tomates, ajos, cebolla, especias, semillas).

♣ Freír lo anterior

Colocar en una olla aceite hasta que humee

♣ Los ingredientes con caldo

♣ Sazonar 20min

♣ Espesar

Lo que le da su característica única a este tipo de mole son los siguientes grupos de ingredientes presentes en los resultados de frecuencias y porcentajes:

Carne	con pollo o sin pollo
Chile	ancho colorado
Edulcorantes	azúcar y piloncillo
Especias	ajonjolí, canela, clavo y pimienta
Espesantes	galleta y tamales
Frutos secos	almendras y cacahuates
Grasa	aceite
Hierbas	orégano y tomillo
Hortalizas	ajo, cebolla y tomate

Algunos comentarios de los diferentes autores se presentan a continuación:

- Lomeli [XVIII] muele el chile con todas las especias y frutos secos.

- Trilling [I] debe quedar bastante espeso para cubrir la parte posterior de una cuchara

2.1.7.Mole verde

Se revisaron dieciséis recetas de ocho autores diferentes presentando algunas características específicas.

Los autores por su parte agregan ingredientes diferentes y le ponen su propio sazón a la ya elaborada receta.

Para el mole verde Trilling [I] comenta lo siguiente:

Mole de hierbas frescas que se hace con chiles y tomates verdes, hierbas y tomatillos. Por lo regular se hace con carne de puerco y frijol blanco y se espesa con masa.

También De la Vega [II] comenta acerca del mole verde:

El mole verde: es muy ligero y presenta un sabor muy herbal. Sus ingredientes son miltomate, chile verde, cebolla, ajo, comino, pimienta negra y clavo. Se espesa con masa de maíz. Se le da aroma y sabor con hierba santa, epazote y perejil. Se sirve con chayotes, ejotes y alubias.

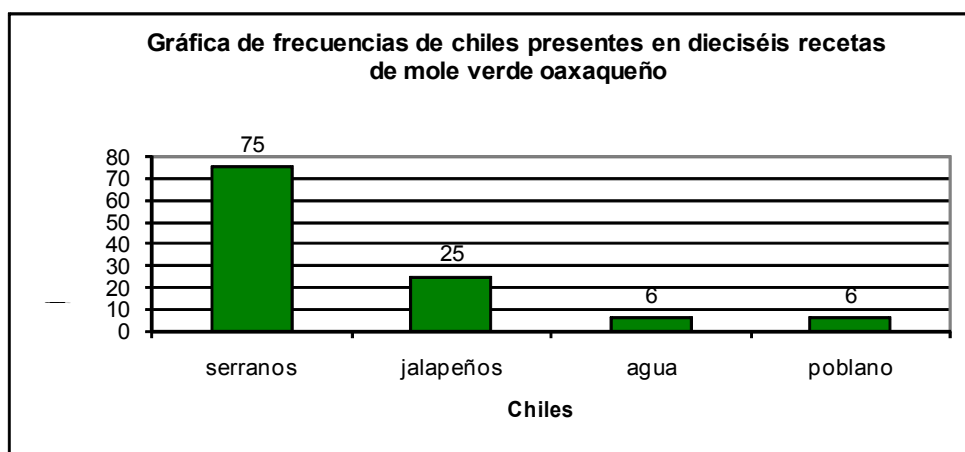
2.1.7.1. Ingredientes del mole verde

Existen veinticinco ingredientes presentes en el mole verde; para su análisis se presentan gráficas de frecuencias, por la amplia gama de componentes se dividen en tres grupos: el primer grupo corresponde al chile, como ingrediente principal, el segundo grupo incluye la carne y el tercero los demás ingredientes.

2.1.7.1.1. Chiles

En la gráfica 30 se muestra la frecuencia de chiles utilizados para la elaboración del mole verde oaxaqueño en dieciséis recetas diferentes, se observó que son cuatro los chiles mas utilizados ocupando el primer lugar el chile serrano con 75%, prosiguiendo con el chile jalapeño 25%, agua y poblano con 6%.

GRÁFICA 30 FRECUENCIAS DE CHILES EN MOLE VERDE



En la tabla 40 se muestra una revisión de catorce recetas diferentes, con un solo chile siendo el mas frecuente el chile serrano con diez recetas, el chile jalapeño se mencionó en tres recetas y el poblano en una receta.

Tabla 40 Tipo de chiles empleados para la elaboración de mole verde en diferentes recetas.

TIPO DE CHILES				
RECETAS	Agua	Jalapeño	Poblano	Serrano verde
1				X
2			X	
3				X
4				X
5				X
6				X
7				X
8				X
9				X
10				X
11		X		
12		X		
13		X		
14				X

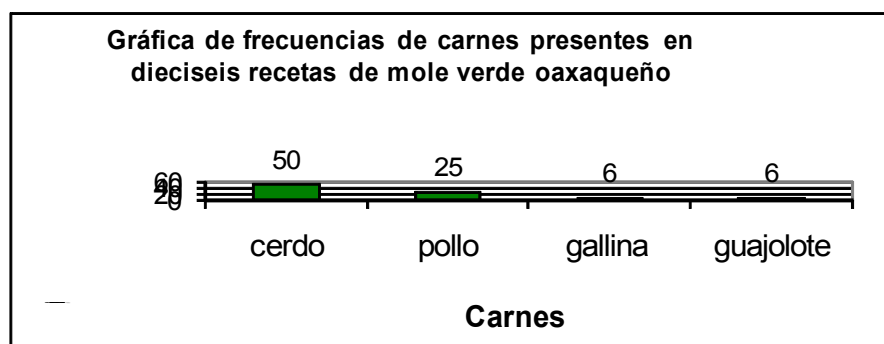
De la tabla anterior los siguientes autores corresponden al número de receta: Gironella [V], 1, 2, 3 y 4 Tajonar [XIV], 5, 6, 7 y 8 Velásquez [IV], 9 y 10 Voluntariado [III], 11 y 12 Trilling [I], 13 Caraza [VII] y 14 Quintana [XIII].

En una revisión mostró que dos recetas utilizan dos chiles para la elaboración del mole verde, Quintana [XIII] coloca el chile serrano y jalapeño y Kennedy [XII] ocupa el chile serrano y agua.

2.1.7.1.2.Carne

Como se puede ver en la gráfica 31 la variedad de carnes que se ocupan para la elaboración mole verde oaxaqueño, es la carne de cerdo siendo la mas utilizada, ya que se encontró 50% en las recetas, posteriormente la carne de pollo 25%, las carnes menos frecuentes son la de gallina y el guajolote con 6%.

GRÁFICA 31 FRECUENCIAS DE CARNES EN MOLE VERDE



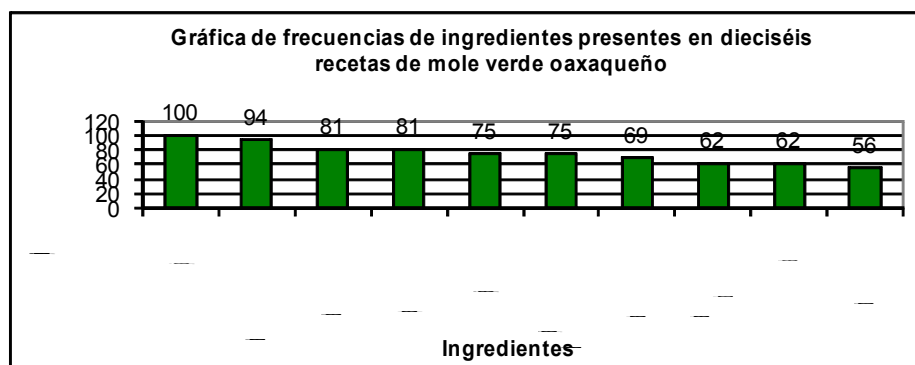
Los autores antes mencionados no combinan la carne de diferentes especies en la elaboración del mole verde oaxaqueño.

2.1.7.1.3.Otros

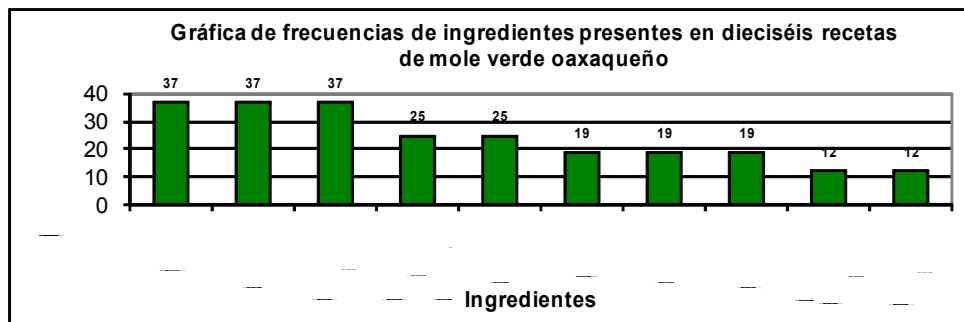
En las gráficas 32, 33 y 34 se muestra la frecuencia de los otros ingredientes presentes en dieciséis recetas del mole verde oaxaqueño.

El ajo se encontró en todas las recetas, y los ingredientes menos frecuentes son el comino, pan y ajonjolí entre otros como se muestra en la gráfica 34.

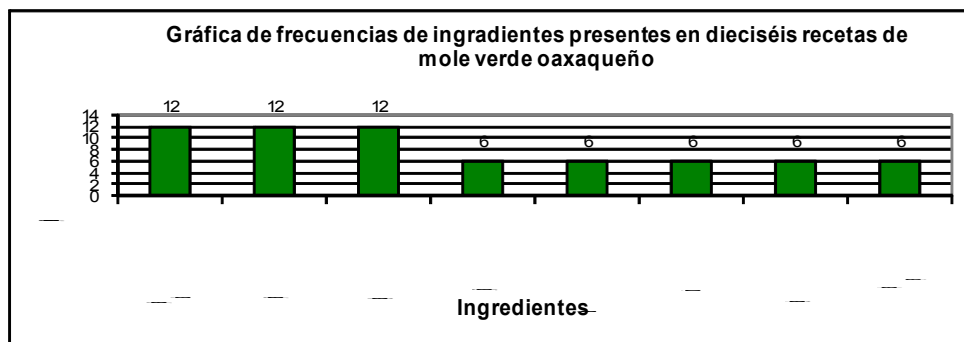
GRÁFICA 32 FRECUENCIAS DE LOS INGREDIENTES EN MOLE VERDE



GRÁFICA 33 FRECUENCIAS DE LOS INGREDIENTES EN MOLE VERDE(CONTINUACIÓN)



GRÁFICA 34 FRECUENCIAS DE LOS INGREDIENTES EN MOLE VERDE(CONTINUACIÓN)



2.1.7.1.4. Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración del mole verde

Una vez obtenido los ingredientes principales de todas las recetas del mole verde oaxaqueño, se pesaron las cantidades mencionadas en las mismas.

Posteriormente se seleccionaron autores que tuvieran proporciones y cantidades similares de ingredientes además de asemejar el número de comensales, lo cual dejó solamente seis recetas.

Como se observa en las tablas 41, 42, 43, 44, 45 y 46.

Tabla41 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole verde (Quintana [XIII] 1).

	Receta (Quintana [XIII] 1)	Gramos	%
INGREDIENTES	Tomate	2000	67
	Cebolla	700	24
	Aceite	125	4
	Masa	125	4

Tabla41 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole verde (Quintana [XIII] 2).

	Receta (Quintana [XIII] 2)	Gramos	%
INGREDIENTES	Tomate	1500	63
	Cebolla	525	22
	Alubias	101	3
	Masa	84	3
	Aceite	78	3
	Hoja santa	24	1
	Ajo	18	1
	Cilantro	15	1
	Epazote	15	1

Tabla 42 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole verde (Kennedy [XII]).

	Receta (Kennedy [XII])	Gramos	%
INGREDIENTES	Tomate	250	40
	Masa	125	20
	Cebolla	117	19
	Hoja santa	64	10
	Manteca	24	4
	Ajo	15	2
	Epazote	10	2
	Orégano	6	1
	Comino	5	1

Tabla 43a Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole verde (Trilling [I] 1).

	Receta (Trilling [I] 1)	Gramos	%
INGREDIENTES	Cebolla	233	25
	Tomatillos	225	24
	Chile	150	16
	Ajonjolí	120	13
	Pepita	100	11
	Hierba santa	16	2
	Epazote	15	2
	Lechuga	15	2
	Aceite	12	1
	Cilantro	12	1
	Perejil	12	1
	Hoja de rábano	12	1
	Ajo	11	1

Tabla 43b Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole verde (Trilling [I] 2).

	Receta (Trilling [I] 2)	Gramos	%
INGREDIENTES	Tomate o tomatillo	1000	48
	Cebolla	350	17
	Chile	225	11
	Masa	225	11
	Frijol	188	9
	Ajo	37	2
	Hierba santa	16	1
	Aceite	12	1

Tabla 44 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole verde (Gironella [V]).

	Receta (Gironella [V])	Gramos	%
INGREDIENTES	Tomate	1500	63
	Hierba santa	525	22
	Epazote	101	3
	Chile	84	3
	Perejil	78	3
	Ajo	24	1

Para mayor claridad se agruparon los ingredientes de forma a sus características y semejanzas, algunos de forma botánica, como se menciona a continuación.

Chile	agua, jalapeño, poblano y serrano <1-27%
Especias	ajonjolí, comino y cilantro 1-13%
Espesante	masa 3-20%
Grasa	aceite y manteca 1-4%
Hierbas	epazote, hoja santa, lechuga, orégano, perejil y rábano 1-24%

Hortaliza 50-91%
 Hortaliza de bulbo ajo y cebolla 3-26%
 Hortaliza de fruto tomate 24-68%
 Legumbre frijol 3-9%

Se realizo la comparación de seis recetas donde se muestra el porcentaje de cada grupo de ingredientes.

Tabla 47 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole verde.

GRUPO DE INGREDIENTES	Recetas (%)						
		Quintana [XIII]	Kennedy [XII]	Quintana [XIII]	Trilling [I]	Trilling [I]	Gironella [V]
	Chile	<1	<1	<1	27	11	4
	Espicias	NM	1	NM	13	NM	<1
	Espesante	4	20	3	NM	11	NM
	Grasa	4	4	3	1	1	NM
	Hierbas	NM	13	3	9	1	24
	Hortaliza	91	61	86	50	67	71
Legumbre	NM	NM	3	NM	9	NM	

NM: no se menciona

2.1.7.2.Preparación

Con base en el estudio de las recetas antes mencionadas se ha diseñado una receta estándar cuya preparación se muestra en este apartado.

Para la preparación del mole verde es necesario que algunos ingredientes lleven un tratamiento previo como se muestra a continuación:

2.1.7.2.1.Tratamiento previo de ingredientes

Chiles

- ♣ Lavar

Carnes

- ♣ Colocar la carne en una olla
- ♣ Agregar (ajo, cebolla, agua suficiente para cubrirlo y sal al gusto)
- ♣ Cocer a fuego lento (tapar)
- ♣ Cocinar 45min (o hasta que la carne esté suave)
- ♣ Colar
- ♣ Reservar el caldo

Chochoyones

- ♣ Colocar la masa en un refractario
- ♣ Agregar agua (amasar)
- ♣ Agregar manteca, sal, epazote y cilantro
- ♣ Incorporar perfectamente (con las manos)
- ♣ Formar una bola grande
- ♣ Dejar reposarla 10min.

Para cada chochoyón

- ♣ Pellizcar un poco de masa
- ♣ Formar una bolita

- ♣ Con el nudillo del dedo índice presione la bolita.

Cilantro, epazote, hojas de hierba santa y perejil

- ♣ Moler con caldo

Ajo, caldo, cebolla, chile, miltomates

- ♣ Moler (obtener un puré terso) hasta hacer salsa.

Masa

- ♣ Moler con una o dos tazas de caldo (hasta quedar un puré suave)

2.1.7.2.2. Incorporación y mezclado de ingredientes

A continuación se presenta la preparación del mole con los ingredientes listos.

Calentar la manteca en una cazuela a fuego lento

- ♣ Agregar la salsa molida
- ♣ Remover (hasta que se reduzcan y se sazoneen) 10-15 min.
- ♣ Agregar la masa
- ♣ Cocer a fuego medio (hasta que la salsa empiece a espesar) 10-35 min.
- ♣ Agregar los chochoyones y la carne
- ♣ Sazonar (hasta que los chochoyones estén cocidos) 10 min.
- ♣ Agregar las hierbas molidas antes de servir (sin que pierdan su color)

Lo que le da su característica única a este tipo de mole son los siguientes grupos de ingredientes presentes en los resultados de frecuencias y porcentajes.

Carne	puerco y pollo
Chile	serrano
Espicias	comino
Espesante	masa
Grasa	aceite, manteca
Hierbas	cilantro, epazote y hoja santa
Hortalizas	ajo, cebolla, tomate o tomatillo
Legumbres	alubias, frijol

Algunos comentarios de los diferentes autores se presentan lo siguiente:

- Gironella [V] después de limpiar los chiles los tuesta y les quita el pellejo para desvenarlos y freírlos
- Velásquez [IV] despepita los chiles los asan y los remojan en agua para después molerlos, cocer frijoles blancos y los agrega ya escurridos a la carne y la masa en el caldo. Para espesar la salsa se le agrega pan molido remojado.
- Quintana [XIII] lava los chiles y las verduras con un cepillo o una esponja, los desinfecta por 15 min, deja escurrir y después orear. A la masa no la deja pegajosa al amasarla si no que quede tersa. Antes de verter la salsa a la cazuela dora rebanadas de cebolla.
- Tajonar [XIV] asa los tomates o los deja hervir con los chiles.
- Trilling [I] tuesta el ajonjolí con pepitas hasta que se inflen.
- Voluntariado [III] ya espesado el mole le agrega los frijoles con hierbas molidas.

2.2.Mole Poblano

Se revisaron treinta y ocho recetas de dieciocho autores diferentes, presentando algunas características específicas por ejemplo: el convento de Santa Rosa, las religiosas de Santa Mónica, las religiosas de Santa Teresa, las religiosas de Santa Clara o bien de Sor Andrea.

Los autores por su parte agregan ingredientes diferentes y le ponen su propio sazón a la ya elaborada receta.

Para la entidad de Puebla es García [XXVI] quien describe la elaboración:

El <<mole poblano>> representa ahora la cumbre de los moles, y se elabora con la carne de guajolote, en una espesa salsa que es la combinación perfecta de chiles ancho, mulato, pasilla y chipotle tostados; chocolate, canela, clavo, pimientas gruesa y delgada, y una tortilla tostada y molida, todo condimento a fuego lento con manteca, ajo, sal, tomate, ajonjolí, almendra, y pizcas de anís, comino, cilantro y ajonjolí, que se espolvorean sobre la vianda al momento de comerla... los antiguos indígenas comían su mole, y el poblano es sólo una versión más moderna y rica (barroca, dicen algunos), del sencillo mole indio.

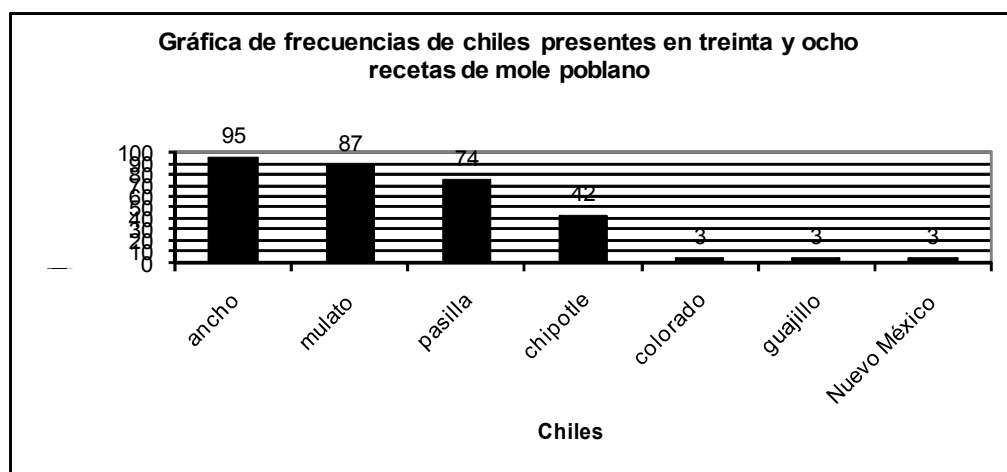
2.2.1.Ingredientes

Existen treinta y seis ingredientes presentes en el mole poblano; para su análisis se presentan gráficas de frecuencias, por la amplia gama de componentes se dividieron en tres grupos: el primer grupo corresponde al chile, como ingrediente principal, el segundo grupo incluye la carne y el tercero los demás ingredientes.

2.2.1.1.Chiles

En la gráfica 35 se muestra la frecuencia de chiles utilizados para la elaboración del mole poblano en treinta y ocho recetas diferentes, se observó que son siete los chiles mas utilizados ocupando el primer lugar el chile ancho con 95%, prosiguiendo con el chile mulato 87%, pasilla 74%, chipotle 42%, los siguientes chiles con menor frecuencia al 3% estos son: chile colorado, guajillo y Nuevo México.

GRÁFICA 35 FRECUENCIA DE CHILES EN MOLE POBLANO



Haciendo un análisis de las recetas para la elaboración del mole poblano se encontraron dieciséis recetas con tres chiles (mostradas en la tabla 48), se observó doce de estas se elaboran con mulato, ancho y pasilla, se mencionó en dos recetas al mulato, ancho y chipotle; en una al mulato, ancho y guajillo y en otra al ancho, pasilla y Nuevo México.

Tabla 48 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole poblano en diferentes recetas.

TIPOS DE CHILES							
RECETAS	Ancho	Chipotle	Colorado	Guajillo	Mulato	Nuevo México	Pasilla
1	X	X			X		
2	X			X	X		
3	X				X		X
4	X				X		X
5	X				X		X
6	X				X		X
7	X	X			X		
8	X				X		X
9	X				X		X
10	X				X		X
11	X				X		X
12	X				X		X
13	X				X		X
14	X				X		X
15	X					X	X
16	X				X		X

De la tabla anterior los siguientes autores corresponden al número de receta: 1 Farga [XXVII], 2 Vázquez [XXXVII], 3, 4 y 5 Caraza [VII], 6 Lomelí [XVIII] , 7 Gironella [V], 8, 9, 10 y 11 Taibo I [XXIII], 12 Flores [XI], 13 Molina [XXIV], 14 Oceáno [XXX], 15 Cocina [XX] y 16 Kennedy [XII].

Se encontraron catorce diferentes recetas del mole (mostradas en la tabla 49), con cuatro chiles, todas ellas con chile ancho, chipotle, mulato y pasilla.

Tabla 49 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole poblano en diferentes recetas (Continuación).

TIPOS DE CHILES							
RECETAS	Ancho	Chipotle	Colorado	Guajillo	Mulato	Nuevo México	Pasilla
1	X	X			X		X
2	X	X			X		X
3	X	X			X		X
4	X	X			X		X
5	X	X			X		X
6	X	X			X		X
7	X	X			X		X
8	X	X			X		X
9	X	X			X		X
10	X	X			X		X
11	X	X			X		X
12	X	X			X		X
13	X	X			X		X
14	X	X			X		X

De la tabla anterior los siguientes autores corresponden al número de receta: 1y 2 Quintana [XIII],3 Rhijn [XXI], 4 y5 Chapa [XV], 6 y 7 Lomelí [XVIII] , 8,9 y 10 Gironella [V], 11y 12 Taibo I [XXIII], 13 Díaz [XXXI] y 14 Clave [XXXII].

Se encontraron seis recetas del mole, se elaboran con dos chiles (mostradas en la tabla 50) siendo los más frecuentes el chile mulato y ancho con cuatro recetas; los siguientes se mencionan en una receta cada uno: el ancho con colorado y ancho con pasilla.

Tabla 50 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole poblano en diferentes recetas (Continuación).

		RECETAS					
TIPOS DE CHILES		1	2	3	4	5	6
	Ancho	X	X	X	X	X	X
	Chipotle						
	Colorado	X					
	Guajillo						
	Mulato		X	X	X	X	
	Nuevo México						
	Pasilla						X

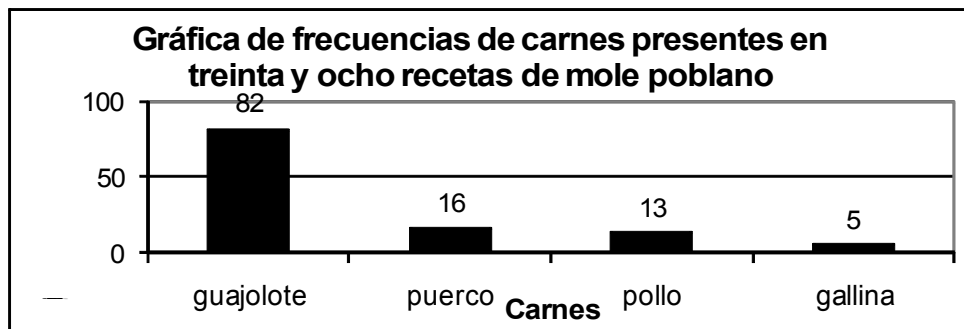
De la tabla anterior los siguientes autores corresponden al número de receta: 1 Cocina [XX], 2 BANRURAL [XXXIII], 3 Rhijn [XXI], 4 Lomelí [XVIII] , 5 Gironella [V] y 6 Taibo I [XXIII].

Se encontraron dos diferentes recetas del mole, con un chile; Taibo I [XXIII] utiliza el pasilla y Castillo [XXXIV] el ancho.

2.2.1.2.Carnes

Como se puede ver en la gráfica 36 la variedad de carnes que se ocupan para la elaboración del mole poblano, es la carne de guajolote la mas utilizada, ya que se encontró en las recetas 82%, posteriormente la carne de puerco 16%, la de pollo 13%, la carne menos frecuente es la de gallina 5%.

GRÁFICA 36 FRECUENCIAS DE CARNES EN MOLE POBLANO



En la tabla 51 se muestran las recetas con solo una carne, en total treinta y dos diferentes recetas del mole, se observó veintiséis de éstas se elaboran con guajolote, se menciona la carne de pollo en cinco recetas y la gallina en una.

Tabla 51 Tipos de carnes empleadas para la elaboración de Mole Poblano

TIPOS DE CARNE				
RECETAS	Gallina	Guajolote	Pollo	Puerco
1			X	
2		X		
3			X	
4		X		
5			X	
6		X		
7	X			
8		X		
9		X		
10		X		
11		X		
12		X		
13		X		
14		X		
15		X		
16		X		
17		X		
18		X		
19		X		
20		X		
21		X		
22		X		
23		X		
24		X		
25		X		
26		X		
27			X	
28		X		
28		X		
30		X		
31			X	
32		X		

De la tabla anterior los siguientes autores corresponden al número de receta: 1 Quintana [XIII], 2 Cocina [XX], 3 BANRURAL [XXXIII], 4 Farga [XXVII], 5 Vázquez [XXXVII], 6 Castillo [XXXIV], 7 y 8 Rhijn [XXI], 9,10,11,12 y 13 Caraza [VII], 14 y 15 Lomelí [XVIII] , 16,17,18 y 19 Girionella, 20,21,22,23y 24 Taibo I [XXIII], 25 Flores [XI], 26 Díaz [XXXI], 27 Quintana [XIII], 28 Molina [XXIV], 29 Clave [XXXII], 30 Oceáno [XXX], 31 Cocina [XX] y 32 Kennedy [XII].

Con dos carnes se encontraron seis recetas del mole (mostradas en la tabla 52), cinco de estas se elaboran con el guajolote y puerco, se mencionan las carnes de gallina y puerco en una receta.

Tabla 52 Tipos de carnes empleadas para la elaboración de mole poblano en diferentes recetas (Continuación).

TIPO DE CARNES	RECETAS						
	1	2	3	4	5	6	
Gallina	X						
Guajolote		X	X	X	X	X	
Pollo							
Puerco	X	X	X	X	X	X	

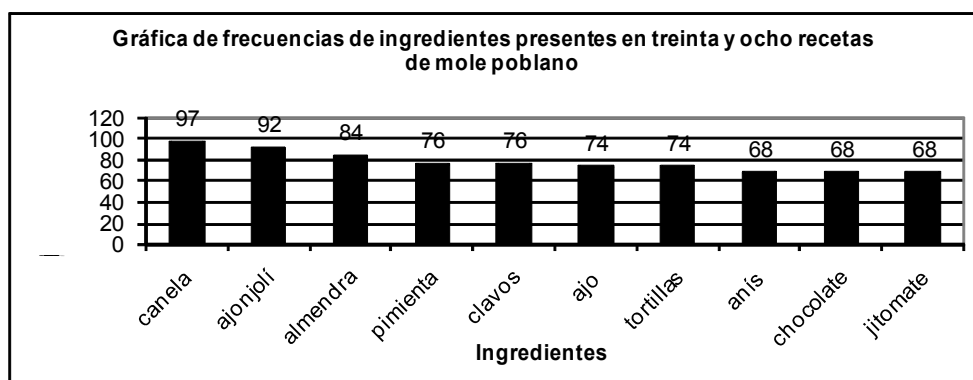
De la tabla anterior los siguientes autores corresponden al número de receta: 1 y 2 Lomelí [XVIII] , 3 Gironella [V], 4,5 y 6 Taibo I [XXIII].

2.2.1.3.Otros

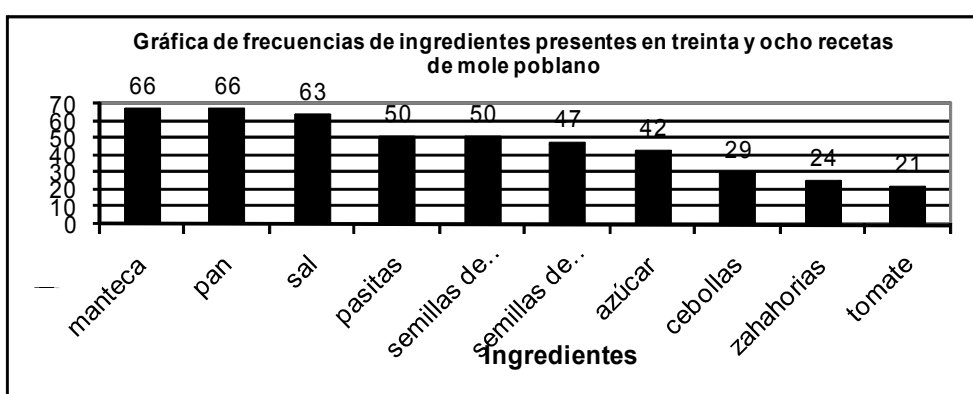
En las gráficas 37, 38, 39 y 40 se muestra la frecuencia de los otros ingredientes presentes en treinta y ocho recetas del mole poblano.

La canela se encontró con mayor frecuencia 97%, los ingredientes menos frecuentes son: comino, galletas y nueces entre otros como se muestra en la gráfica 40.

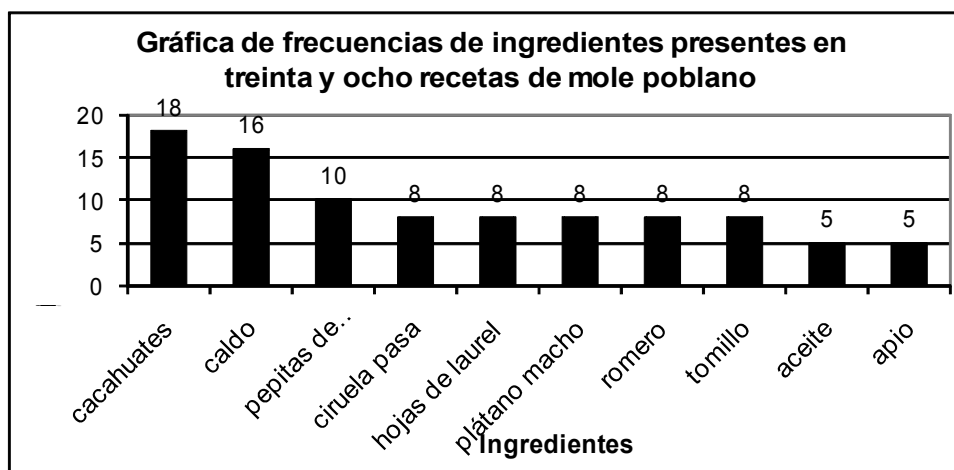
GRÁFICA 37 FRECUENCIAS DE INGREDIENTES EN MOLE POBLANO



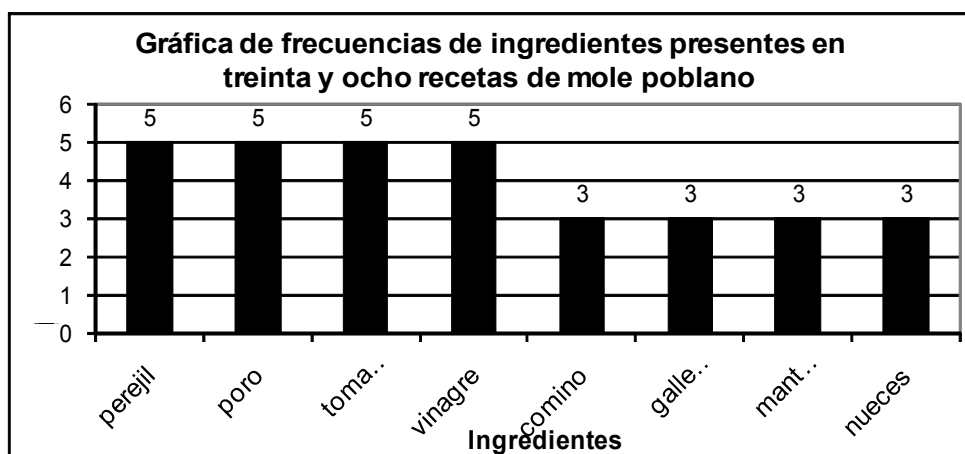
GRÁFICA 38 FRECUENCIAS DE INGREDIENTES EN MOLE POBLANO (CONTINUACIÓN)



GRÁFICA 39 FRECUENCIAS DE INGREDIENTES EN MOLE POBLANO (CONTINUACIÓN)



GRÁFICA 40 FRECUENCIAS DE INGREDIENTES EN MOLE POBLANO (CONTINUACIÓN)



2.2.1.4. Proporción en peso de los ingredientes utilizados en la elaboración Mole Poblano

Una vez obtenido los ingredientes principales de todas las recetas del mole poblano, se pesaron las cantidades mencionadas en las mismas.

Posteriormente se seleccionaron autores que tuvieran proporciones y cantidades similares de ingredientes además de asemejar el número de comensales, lo cual dejó solamente siete recetas.

Como se observa en la tabla 53, 54, 55, 56, 57, 58 y 59.

Tabla 53 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano (Quintana [XIII] 1).

	Receta (Quintana [XIII] 1)	Gramos	%
INGREDIENTES	Plátano macho	371	15
	Chile	333	14
	Manteca	312	13
	Pasa	306	12
	Almendra y cacahuete	303	12
	Chocolate	240	10
	Tomates o tomatillo	133	5
	Azúcar	125	5
	Cebolla	117	5
	Ajo	56	2
	Tortilla y pan	41	2
	Canela	14	1

Tabla 54 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano (Quintana [XIII] 2).

	Receta (Quintana [XIII] 2)	Gramos	%
INGREDIENTES	Cebolla	1398	29
	Tortilla y pan	800	17
	Chile	575	12
	Chocolate	540	11
	Manteca	390	8
	Plátano macho	371	8
	Ciruela pasa	313	6
	Almendra y cacahuete	215	4
	Ajonjolí	60	1
	Ajo	41	1
	Pan y tortillas	41	1

Tabla 55 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano (Kennedy [XII]) .

	Receta (Kennedy [XII])	Gramos	%
INGREDIENTES	Chile	265	32
	Manteca	190	23
	Pepita	60	7
	Chocolate	45	5
	Pan y tortillas	43	5
	Ajonjolí	33	4
	Almendra	30	4
	Pasita	13	1
	Canela	7	1
	Ajo	5	1

Tabla 56 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano (Gironella [V] 1) .

	Receta (Gironella [V] 1)	Gramos	%
INGREDIENTES	Jitomate o tomate	660	22
	Chile	532	18
	Cebolla	466	16
	Chocolate	350	12
	Manteca	312	10
	Almendra y cacahuete	156	5
	Zanahoria	154	5
	Pan	116	4
	Ajonjolí	92	3
	Ajo	27	1
	Pasita	25	1
	Romero	18	1

Tabla 57 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano (Gironella [V] 2) .

	Receta (Gironella [V] 2)	Gramos	%
INGREDIENTES	Chile	1290	40
	Almendra	500	15
	Pasa	500	15
	Chocolate	450	14
	Jitomate o tomate	330	10
	Pan y tortilla	58	2
	Canela	50	1
	Ajo	35	1
	Ajonjolí	18	1

Tabla 58 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano (Gironella [V] 3).

	Receta (Gironella [V] 3)	Gramos	%
INGREDIENTES	Chile	1218	57
	Jitomate o tomate	500	23
	Semilla de chile	125	6
	Almendra	100	5
	Ajonjolí	60	3
	Canela	50	2
	Ajo	35	2
	Clavo	25	1
	Pimienta	25	1

Tabla 59 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano (Gironella [V] 4).

	Receta (Gironella [V] 4)	Gramos	%
INGREDIENTES	Cebolla	233	40
	Chile	150	26
	Jitomate o tomate	110	19
	Almendra	50	8
	Pan	15	3
	Ajonjolí	10	2
	Canela	7	1
	Ajo	6	1

Para mayor claridad se agruparon los ingredientes de forma a sus características y semejanzas, algunos de forma botánica, como se menciona a continuación:

Chile	ancho, chipotle, colorado, guajillo, mulato, Nuevo México y pasilla 12-63%
Chocolate	5-14%
Edulcorante	azúcar 5%
Especia	ajonjolí, canela, clavo y pimienta 1-14%
Espesante	tortilla y pan 2-18%
Fruta	plátano macho 8-15%
Fruto seco	almendra, cacahuete y ciruela pasa 5-30%
Grasa	manteca 8-23%
Hierba	romero 1%
Hortalizas	1-60%
Hortaliza de bulbo	ajo y cebolla 1-30%

Hortaliza de fruto tomate y tomatillos 5-23%
Hortaliza de raíz zanahoria 5%

Se realizó la comparación de siete recetas donde se muestra el porcentaje de cada grupo de ingredientes, como se observa en la tabla 60

Tabla 60 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano.

RECETAS (%)		Quintana [XIII]	Quintana [XIII]	Kennedy [XII]	Gironella [V]	Gironella [V]	Gironella [V]	Gironella [V]
GRUPO DE INGREDIENTES	Chile	14	12	39	18	40	26	63
	Chocolate	10	11	5	12	14	NM	NM
	Edulcorante	5	NM	NM	NM	NM	NM	NM
	Especia	14	1	5	3	2	3	7
	Espesante	2	18	5	4	2	3	NM
	Fruto	15	8	NM	NM	NM	NM	NM
	Fruto seco	24	10	5	6	30	8	5
	Grasa	13	8	23	10	NM	NM	NM
	Hierbas	NM	NM	NM	1	NM	NM	NM
	Hortaliza	7	30	1	44	11	60	25

NM: no se menciona

2.2.2.Preparación

Con base en el estudio de las recetas antes mencionadas se ha diseñado una receta estándar cuya preparación se muestra en este apartado.

Para la preparación del mole poblano es necesario que algunos ingredientes lleven un tratamiento previo como se muestra a continuación:

2.2.2.1.Tratamiento previo de ingredientes

Chiles

- ♣ Limpiar (despepitar y desvenar)
- ♣ Asar, tostar o freír
- ♣ Si se fríen se ponen a escurrir
- ♣ Remojar en agua caliente (15-30min) hasta que estén suaves
- ♣ Escurrir

Carnes

- ♣ Colocar la carne de guajolote en una olla
- ♣ Agregar (ajo, cebolla, agua suficiente para cubrirla y sal al gusto)
- ♣ Cocer a fuego lento (1½ horas)
- ♣ Colar

Ajonjolí, tortillas y semillas de chiles

- ♣ Tostar

Jitomate

- ♣ Asar
- ♣ Moler

2.2.2.2.Incorporación y mezclado de ingredientes

A continuación se presenta la preparación del mole con los ingredientes listos.

♣ Freír (ajonjolí, almendras, pasas, cilantro, anís, canela, pimienta, jitomate, pan, clavo, ajo, chiles, semillas de chile y tortillas).

♣ Moler con caldo

♣ Colar

En una cazuela con manteca

♣ Incorporar la salsa

♣ Cocer a fuego lento, 5-10 min.

♣ Mover con pala de madera el fondo de la cazuela para que no se quemem

♣ Añadir chocolate en pedazos pequeños

♣ Agregar caldo

♣ Sazonar con sal y azúcar

♣ Cocinar a fuego medio 20-40min

♣ Agregar las piezas de guajolote

♣ Cocinar 20min

Lo que le da su característica única a este tipo de mole son los siguientes grupos de ingredientes presentes en los resultados de frecuencias y porcentajes.

Carne	guajolote
Chile	ancho, mulato y pasilla
Chocolate	
Especia	ajonjolí, anís, canela, cilantro, clavo y pimienta
Espesante	tortilla y pan
Fruto seco	almendra, cacahuete y ciruela pasa o pasitas
Grasa	manteca
Hortaliza	ajo, cebolla y tomate

Algunos comentarios de los diferentes autores se presentan a continuación:

- Quintana [XIII] deja remojar los chiles con sal una hora y media, también escurre los ingredientes después de freírlos en toallas de papel, además fríe rebanadas de cebolla hasta dorar, para después incorporar la salsa a la cazuela incluso tapa al mole ligeramente con papel aluminio hasta quedar espeso y grasoso.
- Caraza [VII] recomienda dejar que den un hervor los chiles con el agua para suavizar, también sazona el mole con azúcar y sal.
- Chapa [XV], Gironella [V] y Quintana [XIII] sugieren utilizar una cuchara de madera.
- Chapa [XV] y Gironella [V] proponen remojar los chiles toda la noche, dorar ligeramente las piezas de guajolote, dejarlo escurrir y untar con sal para después envolverlo con papel aluminio y colocarlo en el horno por 50 min.
- Castillo [XXXIV] indica moler el chile con el chocolate y las pasas.
- Rhijn [XXI] aconseja quitar el exceso de grasa formada en el mole y desengrasar el caldo de guajolote.
- Lomelí [XVIII] fríe los ingredientes en la manteca hasta que éste forme una bola apartada de la manteca.
- Taibo I [XXIII] y Lomelí [XVIII] ya sazonado el mole le ponen encima polvo de bizcocho para espesar.

A nivel industrial el mole es elaborado prácticamente con los ingredientes antes mencionados.

Solo que estos son sometidos a un proceso de calidad en el cual son revisados rigurosamente para verificar que cumplan con los requisitos necesarios también son almacenados de acuerdo a estándares de calidad y antes de llevar a cabo la elaboración los chiles se sanitizan a través de la introducción en una cámara de etileno con el fin de eliminar microorganismos.

Se han realizado algunos trabajos de investigación relacionados con la industrialización del mole poblano entre ellos podemos citar a:

1. Alamillo [XXXV] publicó en la “Utilización de la proteína de soya texturizada en mole tipo poblano” el contenido proteico es de 50g/100g de producto guardándolo enlatado, el cual no presentó problemas microbiológicos ni modificaciones en su sabor original después de siete meses de enlatado; bajo condiciones de almacenamiento a temperatura ambiente.
2. “Desarrollo de una pasta de mole poblano para exportación a Estados Unidos”, Rosales [XXXVI] obtuvo características fisicoquímicas y microbiológicas satisfactorias. Además de presentar la fórmula de la pasta, y concluyó que al consumidor le gusta, de manera general, el mole poblano dulce y un tanto picoso.

Tabla 61. Porcentaje y peso del Mole Poblano según Rosales [XXXVI]

Ingrediente	Gramos	Porcentajes
Chiles	650	40.3
Especias	123	7.62
Chocolate	150	9.3
Azúcar	50	3.09
Ajonjolí	50	3.09
Almendras	150	9.3
Cacahuate	120	7.43
Pasas	120	7.43
Aceite	200ml	12.40

Bibliografía del Capítulo 2

- I.Trilling, Susana, Sazón de mi corazón. Editorial Diana, México, 2003
- II.De la Vega Arnaud, Iliana, “Siete son los sabores”, II Reforma, buena mesa, 27 de octubre del 2006
- III.Voluntariado Nacional, Comida familiar en el estado de Oaxaca. México, 1988
- IV.Velásquez de León, Josefina, Cocina oaxaqueña. Segunda edición. Editorial Universo México, México, 1991
- V.Gironella DeÁngeli, Alicia, Gran Larousse de la cocina mexicana. Editorial Barcelona, México, 1993-1999
- VI.Hernández, López Josefina y Roger Merlín Arango, Recetario chinanteco de Oaxaca. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 20, México. 2000
- VII.Caraza Campos, Laura B., “La ciudad de Oaxaca y sus alrededores”, II Tips de Aeroméxico, No.1, Edición Especial, 1996
- VIII.Belman Gay, Janette,“Especial Delicias”, II Cocina practica, No. 50, septiembre 2006
- IX.Merlín Arango, Roger y Josefina Hernández López, Recetario mazateco de Oaxaca. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 42, México, 2000
- X.Caltzontzin Andrade, Teresa. Recetario chocholteca de Oaxaca. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 30, México, 2000
- XI.Flores Montiel, Germán,“La sazón de Oaxaca”, II Caprichos y Antojos, No. 39, julio 2003
- XII.Kennedy, Diana, El arte de la cocina mexicana. Editorial Diana, México, 1994
- XIII.Quintana, Patricia, El sabor de México. Noriega Editores, Japón, 1ra reimpresión, 1992

XIV.Tajonar Campo, Elena, Lo mejor de la cocina oaxaqueña. Gómez Gómez Hermanos Editores, México, 1975

XV.Chapa, Martha, La república de los moles. Editorial Aguilar. 1ra Edición, México, 2005,

XVI.Tausend, Marilyn, "Sazones de México: recetas y reflexiones sobre la comida mexicana". Editorial Revimundo, México, 2001

XVII.Traslosheros Béjar, Raúl, "Moles de chichilo", II Escuela de cocina, Segunda edición. No.8, octubre 2006

XVIII.Lomelí, Arturo, El arte de cocinar con chile. Editorial Contenido, México, 1991

XIX. Henestrosa Ríos de Webster, Cibeles, Recetario zapoteco del Istmo. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 33, México, 2000

XX.Cocina mexicana oaxaqueña, poblana y yucateca. León España: Everest, Edición Especial para gigante, 1996

XXI.Rhijn, Patricia Van, La cocina del chile.. Editorial, México, 1993

XXII.Dalton, Margarita, Recetario de la costa de Oaxaca. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 16, México, 2000

XXIII.Taibo I, Paco Ignacio, El libro de todos los moles. Ediciones B. 1ra Edición, México, 2003

XXIV.Molina, Sara, 300 recetas de la sabrosa cocina mexicana. Octava reimpresión, Estado de México, 1985

XXV.Pérez Castro, Engracia, Recetario mixe de Oaxaca. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 38, México, 2000

XXVI.García Rivas, Heriberto, Cocina prehispánica mexicana: La comida de los antiguos mexicanos. Editorial Panorama, México, 1992

XXVII.Farga, Font José. Lo más exquisito de la sabrosa cocina poblana. Editorial México Unidos, México, 1992

XXVIII.Cruz Toledo, Adriana, Desarrollo de una tecnología para la elaboración de mole negro, Escuela Nacional de Ciencias Biológicas, IPN. México, 2003

XXIX.Meza Pacheco, Rosario, Diseño y evaluación del proceso térmico para mole negro enlatado, Escuela Nacional de Ciencias Biológicas, IPN. México, 2002

XXX.La gran cocina mexicana océano. Editorial Océano, Barcelona, 1992

XXXI.Díaz, Mariana, "Fiestas patrias... a celebrar con tradición", Il A tu lado, revista de procter and gamble, No. 4, septiembre 2006

XXXII.Clave, Montse, Cocina mexicana. Editorial Ediciones del Serbal, Barcelona 1995

XXXIII.Banco Nacional de Crédito Rural, Comida familiar en el estado de Puebla. México,1988

XXXIV.Castillo Aja, Horacio, "Recetario indígena de la Sierra Norte de Puebla"(Nahua y Totonaco). Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 6, México, 1999

XXXV.Alamillo Falcón, Irma, Utilización de la proteína de soya texturizada en mole tipo poblano enlatado, Universidad Iberoamericana, México, 1983

XXXVI.Rosales Aragón, Shirley, Desarrollo de una pasta de mole poblano para exportación a Estados Unidos, UI. México, 1998

XXXVII.Vázquez Peralta, Rodrigo, *Recetario mixteco poblano*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 2, México, 1999

CAPITULO 3

NORMATIVIDAD RELACIONADA CON EL MOLE

SI DEPRISA HACE EL MOLE,

¿QUÉ DEJAS PA' HACER DESPACIO?

.....

A LA MEJOR GUISANDERA

SE LE VA EL TOMATE ENTERO

.....

SI PRETENDES MOLE,

CUIDA LA OLLA



Capítulo 3. Normatividad relacionada con el mole

En este capítulo se incorpora la normatividad aplicable al mole, dando parámetros de calidad para el consumo humano.

3.1. Norma NMX-F-422-1982 [I] “Productos alimenticios para uso humano–alimentos regionales- mole y sus variedades

Esta norma determina las especificaciones que debe reunir el mole y sus variedades destinadas al consumo humano: fisicoquímicas, microbiológicas, materia extraña, sensoriales, uso de aditivos, además cita la definición, clasificación del mole y los métodos de muestreo cuando éste se requiera. También se mencionan especificaciones de marcado, etiquetado, envase, embalaje y almacenamiento.

El pliego de condiciones PC-019-2004 retoma algunas de las especificaciones de la norma NMX-F-422-1982 mejorando los parámetros de calidad en el producto terminado, entre los cuales se encuentran los que a continuación se detallan:

3.2. Pliego de Condiciones para el uso de la –marca Oficial México Calidad Suprema en Mole PC-019-2004 [II]

En este documento se realiza una descripción de las especificaciones que debe cumplir el mole poblano para conseguir el sello de México Calidad Suprema, que lo identifique como un producto de calidad superior, este sello es propiedad del gobierno federal.

Este pliego incluye tres tipos de mole que se mencionan a continuación:

- Tipo I. Mole en polvo granulado o comprimido. Polvo seco, granulado o comprimido de fácil suspensión.
- Tipo II. Mole en pasta. Pasta semisólida de suavidad homogénea.
- Tipo III. Mole líquido. Líquido semifluído o espeso de acuerdo a la variedad.

Los productos dentro de esta clasificación tienen un solo grado de calidad.

Los productores que pretendan obtener el distintivo de Calidad Suprema deben cumplir con las siguientes especificaciones:

- Buenas Practicas de Manufactura
- Requisitos de calidad de la materia prima
- Requisitos de calidad del producto terminado:

Las especificaciones tanto microbiológicas como fisicoquímicas, sensoriales que debe cumplir el producto terminado en cualquiera de sus presentaciones se detallan a continuación en las siguientes tablas:

Tabla.1. Especificaciones microbiológicas de los diferentes tipos de mole.

Microorganismo	Tipo I Máximo permitido	Tipo II Máximo Permitido	Tipo III Máximo Permitido
Cuenta de mesofílicos aerobios (cuenta estándar)	500,000 UFC/g.	500,000 UFC/g.	
Coliformes totales	500 UFC/g.	500 UFC/g.	
Hongos	500 UFC/g.	500 UFC/g.	
Levaduras	500 UFC/g.	500 UFC/g.	
Salmonella (en 25g.)	Negativo	Negativo	
Staphylococcus aureus (en 0.1g)	Negativo	Negativo	
Escherichia Coli (en 0.1g)	Negativo	Negativo	
Cuenta de termofílicos anaerobios		Negativo	100UFC/g.
Cuenta de termofílicos aerobios		Negativo	

Tabla.2. Especificaciones fisicoquímicas para los diferentes tipos de mole.

Especificaciones	Tipo I Min-Máx.	Tipo II Min-Máx.	Tipo III Min-Máx.
Humedad %	- 8	- 8	- 85
Cenizas %	- 11	- 11	- 3
Proteínas %	8 -	5 -	1.2 -
Fibra cruda %	- 15	- 8	- 3.5
Extracto etéreo %	10 -	- 4.5	2 -
PH		6.5	4.5 5.5

Tabla 3. Especificaciones de materia extraña.

Especificación	Límite máximo permitido
Fragmentos de insecto	50
Insectos enteros	0
Pelos de roedor o algún animal	0
Otros adulterantes	0

Proseguimos con las especificaciones sensoriales:

El producto debe cumplir con las especificaciones dependiendo del tipo de producto del que se trate como se detalla a continuación:

- Consistencia.

Tipo I. Polvo seco, granulado, comprimido de fácil suspensión

Tipo II. Pasta semisólida de suavidad homogénea.

Tipo III. Líquido semifluido o espeso de acuerdo a la variedad

- Color. Característico de acuerdo a la variedad de la que se trate.
- Olor. Característico de la variedad de la que se trate, sin presentar signo de rancidez u otro olor extraño.
- Sabor. Característico de la variedad de la que se trate y no representar ningún sabor extraño.

- Métodos de prueba
- Marcado, Etiquetado, Envasado y Embalaje
- Almacenamiento
- Transporte
- Métodos de Muestreo
- Evaluación de conformidad

Con esto se cierra la normatividad que existe del mole.

3.3.Denominación de origen

La denominación de origen se refiere al nombre de una región geográfica del país que sirva para designar un producto originario de la misma y cuya calidad

o característica se deban exclusivamente al medio geográfico, comprendido en éste los factores naturales y los humanos.

Este marco garantiza, mediante un enfoque más uniforme , unas condiciones de competencia leal entre los productores de los productos que se benefician de estas indicaciones y hace que dicho productos gocen de una mayor credibilidad a los ojos de los consumidores.

3.3.1 El origen de la denominación

Respecto al origen de las denominaciones de origen, el jurista Dr Astudilla comenta:

"Con el desarrollo del comercio a partir del Siglo XI, una serie de productos de diversa naturaleza fueron adquiriendo notoriedad por ser distinguidos con nombres geográficos. Ejemplos de ellos son el mármol de Carrara, Cedros del Líbano, Cognac y Queso Parmesano. No obstante, históricamente han sido regiones vinícolas las que más han individualizado su producción a través de los nombres de las regiones de elaboración.

Con la organización corporativa que tiene lugar en Europa a partir de dicho siglo, hacen aparición las marcas "colectivas" o de "corporación", adoptadas por asociaciones profesionales de artesanos para distinguir sus productos, las cuales aún existen y son un privilegio de control de la comercialización de productos emanados de talleres de maestros artesanos miembros de una corporación determinada.

Dichos artesanos frecuentemente adoptaron los nombres geográficos de los lugares de fabricación de sus productos para distinguirlos. Estos nombres geográficos utilizados como marcas, eran común-mente propiedad del conjunto de artesanos o fabricantes de un producto de una misma localidad o región, lo que trajo como consecuencia que estas marcas colectivas se asociaran en un principio, no sólo al origen geográfico de un producto, sino también a una determinada calidad, consecuencia de la intervención del hombre.

Esta no diferenciación entre marcas colectivas y denominaciones de origen, se mantuvo en Europa hasta comienzo del Siglo XX, cuando en Francia se dicta en 1905 una Ley para la represión de los fraudes en la venta de mercancías y de falsificaciones de géneros alimenticios y de productos agrícolas, previéndose en la misma que las marcas deberán indicar las apelaciones regionales. Esta Ley fue complementada en 1912, cuando se dictó una Ley relativa a la protección de las

denominaciones de origen, constituyendo ésta el primer instrumento legal específico sobre la materia. Posteriormente, en 1935 se dictó un Decreto-Ley creando la denominación de origen "controlada" para los vinos franceses."(III)

En cuanto a nivel internacional, existe en general una tendencia a la unificación de criterios en aspectos conceptuales, presentándose una cierta constante en cuanto a los elementos que conforman las diversas definiciones. Dicha unificación constituye una ventaja en cuanto a la comprensión de esta materia.

3.3.2 Convenios internacionales

Existen dos importantes principios prevalecientes en la protección de los derechos de la propiedad intelectual.

Uno de estos principios es el bien llamado principio de la independencia de los derechos de la propiedad intelectual, referente a que la protección en el país de origen no es requerida como una condición para la protección en otros países.

Este principio ha sido expresamente reconocido en la Convención de París para la Protección de la Propiedad Industrial, relacionado con las patentes y marcas de fábrica en sus artículos 4 y 6. De igual modo en la base de un acuerdo especial relacionado con las indicaciones geográficas (indicaciones de procedencia y denominaciones geográficas), llamado el Acuerdo de Madrid, para la represión de las indicaciones de procedencias falsas y engañosas de los productos.

El primer adelanto de la protección otorgada por la Convención de París a las indicaciones de procedencia radica en la extensión del área territorial cubierta por la Unión de París, cuando el primero de septiembre de 1991 unió a 102 estados miembros.

El otro principio es aquel que señala que se requiere protección en el país de origen como una condición para la protección en los otros países. Este principio (principio de dependencia), es la base de un acuerdo especial que ampara algunas clases de indicaciones geográficas (denominaciones de origen e indicaciones de procedencia), llamado el Acuerdo de Lisboa, para la protección

de las denominaciones de origen y su registro internacional. En concordancia, las denominaciones de origen pueden disfrutar de una protección internacional si no está protegida como si fuese su país de origen. (IV)

Para que una Denominación de Origen tenga derecho a la Protección Internacional, debe de satisfacer dos requisitos:

- 1) Que goce del reconocimiento y la Protección del Estado que solicita en su interior, previamente a la solicitud.
- 2) Que esté inscrita en el Registro Internacional de Denominaciones de Origen con sede en la ciudad de Ginebra, Suiza.

El Registro Internacional de la Organización Mundial de la Propiedad Industrial no posee competencia para examinar la solicitud con respecto al fondo de la misma; éste sólo puede realizar un examen en la forma. Bajo el artículo 5 del Acuerdo de Lisboa, el Registro Internacional notifica sin demoras a las oficinas de los estados parte del Acuerdo de Lisboa y publica dicha información en su periódico Les Appellations D'origine- Las Denominaciones de Origen (regla N° 5 de las regulaciones). Hasta septiembre de 1991, 727 denominaciones de origen habían sido registradas bajo el Acuerdo de Lisboa.

El Estado Mexicano, se adhirió al Tratado de Lisboa, el mismo día de su entrada en vigor, mismo que fue ratificado por la Cámara de Senadores y publicad en el Diario Oficial el 11 de julio de 1964.

3.3.3 Productos con Denominación de Origen

En la actualidad México tiene registrados hoy en día 11 productos con denominación de origen:

1. El Ámbar de Chiapas
2. La Bacanora
3. El Café de Chiapas
4. El Café de Veracruz
5. El Charanda
6. El Mango Ataulfo del Soconusco de Chiapas
7. El Mezcal

8. El Olinalá
9. El Soto
10. La Talavera
11. El Tequila

Actualmente se encuentra en proceso la denominación de origen del mole poblano, la cual está siendo llevada a cabo por la Cámara Nacional de la Industria de Restaurantes y Alimentos Condimentados (Canirac). Esta denominación es de suma importancia para la industria restaurantera, ya que una vez que se obtenga este distintivo se espera el incremento de turistas en la entidad.

Este proyecto cuenta con el apoyo de la Secretaría de Desarrollo Rural y el sustento de los productos que sirven como materia prima para su elaboración.

Los trámites para llevar a cabo una denominación de origen se encuentran en el anexo.

Bibliografía del Capítulo 3

- I. Norma Oficial Mexicana, Productos alimenticios para uso humano -alimentos regionales- mole y sus variedades, NOM-F-422-1982, 82/07/09
- II. Pliego de condiciones para el uso de la marca Oficial México Calidad Suprema en Mole, PC-019-2004
- III. Astudio Gómez, Francisco, Los Derechos Marcarios y las denominaciones de origen., recogido dentro de la obra La propiedad en el Umbral del Siglo XXI. Servicio Autónomo de la Propiedad Intelectual, Caracas, 1998, pp.162
- IV. Baumer, Ludwing, The International Protection of Geographical Indications. Industrial Property Division. Symposium on the International Protection of Geographical Indication, organized by The World Intellectual Property (WIPO)

CONCLUSIONES

ADIOS SALSAS Y TAMALES,
ADIOS AL MOLE DE OLORES,
ADIOS CHILES Y CHARALES
YO ME COMO HASTA LAS FLORES.
Y CON ESTA ME DESPIDO
NO ME SIRVAN DE COMER
QUE SOLO VIENE EL OLVIDO
CON EL TOMAR Y BEBER.



Conclusiones

El mole es sin duda uno de los platillos más representativos de la cocina mexicana, resultado de un lento proceso culinario iniciado desde la época prehispánica como una salsa y perfeccionada durante la Colonia como un guiso.

Se han propuesto diferentes clasificaciones del mole basándose en criterios como su textura, color, sabor, ingredientes y forma de preparación así como la región o el lugar de procedencia.

De los aproximadamente trescientos tipos de mole que se elaboran a nivel nacional, los más reconocidos tanto nacional como internacionalmente son el mole poblano y los siete moles oaxaqueños.

Un ingrediente fundamental en cualquier receta para la elaboración del mole es el chile, del cual se utilizan desde uno hasta cinco diferentes variedades por receta. El chile representa en promedio un 14% en peso de los ingredientes utilizados.

Además del chile en sus diferentes variedades, en las recetas para preparar mole aparecen como ingredientes destacados tanto por su frecuencia como por la cantidad en que participan: el ajo, la cebolla y el tomate en sus diferentes variedades (jitomate, miltomate y tomatillo). Los demás ingredientes tienen una menor participación en la elaboración del mole y su presencia está muy relacionada con el tipo de mole y la región donde se elabora. Para dar un ejemplo de esto, en la preparación del mole amarillo, chichilo y verde se utiliza la masa como ingrediente espesante. En la producción del mole coloradito y el mole rojo de Oaxaca se emplean prácticamente los mismos frutos secos (almendra y cacahuate). El mole manchamanteles es el único que contiene frutas frescas en su elaboración, así como piloncillo, mientras que los moles coloradito, negro y poblano emplean chocolate. El mole negro de Oaxaca y el mole poblano son muy parecidos, ya que se requieren prácticamente los mismos ingredientes, utilizan el mismo tipo de grasa, espesante, fruto y carne. El mole verde es el único en el que los ingredientes se requieren frescos.

Un ingrediente importante en el mole como guisado son las carnes de: guajolote, pollo, gallina, res, cerdo, conejo y temazate.

Con base en el estudio de los moles oaxaqueños y el poblano se han establecido diferentes etapas para su preparación. Entre las cuales se deben considerar: la limpieza de la materia prima y un tratamiento previo de algunos ingredientes. El tiempo de elaboración dependerá del tipo de mole y el número de comensales.

Respecto a la normatividad del mole, el pliego de condiciones PC-019-2004 retoma algunas de las especificaciones de la norma NMX-F-422-1982, mejorando los parámetros de calidad para el producto terminado, entre los cuales se encuentran: las especificaciones microbiológicas, fisicoquímicas, materias extrañas y sensoriales; que serán avaladas por un laboratorio certificado.

Alguna sugerencia adicional a las normas del mole, sería estudiar la posibilidad de incorporar especificaciones sensoriales relacionadas con la pungencia o grado de picor de estos platillos en forma de tabla, para degustarlos placenteramente.

La información reunida en este trabajo podría ser de gran utilidad para el desarrollo de anteproyectos de normas de denominación de origen para la gran diversidad de moles mexicanos, protegiendo su identidad.

Bibliografía

ÉRES EL AJONJOLÍ

DE TODOS LOS MOLES

.....

SI NO LE PUSISTE CHILE,

NO PRETENDAS QUE TE SEPA



Bibliografía

Enciclopedia

1. Microsoft® Encarta® 2006. © 1993-2005 Microsoft Corporation.

Libros

2. Aguilera Madero, Rocio, *Recetario totonaco de la Costa de Veracruz*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 44, México, 2000, pp. 97, 122, 126-127-128, 131-133, 142, 150-152, 155, 158.
3. Almaza Rodríguez, Angelina, *Recetario guanajuatense del xoconostle*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 5, México, 1999, pp. 47-49.
4. Aparicio Prudente, Francisca, *Recetario popular de Chilpancingo y Tixtla*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 24, México, 2000, pp. 48, 72-73.
5. Arias Rodríguez, Esperanza y Alfredo Delgado Calderón, *Recetario indígena del sur de Veracruz*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 11, México, 2000, pp. 158-159.
6. Arguiñano Karlos, *Verduras hortalizas y legumbres*. Colección General Editoreal Debate SA y Asergace SA, España, 2001, pp. 14
7. Arguiñano Karlos, *Escuela de cocina y de la buena mesa*. Editoreal Debate SA y Asegarce. SA España, Vol. 1 Segunda edición, Marzo 1999, pp. 130-134.
8. Astudio Gómez, Francisco, Los Derechos Marcarios y las denominaciones de origen., recogido dentro de la obra *La propiedad en el Umbral del Siglo XXI*. Servicio Autónomo de la Propiedad Intelectual, Caracaws, 1998, pp.162
9. Banco Nacional de Crédito Rural, *Comida familiar en el estado de Puebla*. México, 1988, pp. 76, 87, 89, 92, 95.
10. Bender, Arnold E. *Diccionario de nutrición y tecnología de los alimentos*. Editoreal Acribia, Zaragoza, España, 1994. pp. 85, 116.
11. Botella, Ofelia, *Recetario popular de Campeche*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 14, México, 2000, pp. 77, 82-83, 103, 113, 115-116, 145.
12. Caltzontzin Andrade, Teresa. *Recetario chocholteca de Oaxaca*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 30, México, 2000, pp. 159, 169, 173, 187, 154, 179-181, 184.
13. Castillo Aja, Horacio, *“Recetario indígena de la Sierra Norte de Puebla”(Nahua y Totonaco)*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 6, México, 1999, pp. 50, 67, 75, 79, 83.
14. Chapa, Martha, *La república de los moles*. Editorial Aguilar. 1ra Edición, México, 2005, pp. 35-37, 39, 50-52, 54, 85-90, 93-94, 97, 101, 105-110, 113-115, 119, 123-125, 129,

- 133-135, 139-142, 145-148, 151-152, 155-156, 159, 162-163, 167-171, 175-179, 183, 187-191, 195, 199, 203-206, 209, 213-214, 217-223, 227, 231-240.
15. Chemin Bäsler, Heidi, *Recetario mape de San Luis Potosí y Querétaro*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 26, México, 2000, pp. 142-143.
 16. Clave, Montse, *Cocina mexicana*. Editorial Ediciones del Serbal, Barcelona 1995, pp. 26-29, 96.
 17. *Cocina mexicana: recetas clásicas y contemporáneas*. Editorial Trillas, México, 1995, pp. 76.
 18. *Cocina mexicana oaxaqueña, poblana y yucateca*. León España: Everest, Edición Especial para gigante, 1996, pp. 58, 61-62.
 19. Cruz Díaz, Elpidia Elena, *Recetario nahua de Milpa Alta, DF*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 19, México, 2000, pp. 72-81, 95.
 20. Dalton, Margarita, *Recetario de la costa de Oaxaca*. *Cocina Indígena y Popular*. Editorial CONACULTA, No. 16, México, 2000, pp. 25, 85.
 21. Domingo, Xavier, *De la olla al mole*. Editorial Cultura Hispánica, España, 1984, pp. 157, 163
 22. Farga Armando, *Historia de la comida en México*. Editorial Litográfica México, S.A. 1980, pp.93
 23. Farga, Font José. *Lo más exquisito de la sabrosa cocina poblana*. Editorial México Unidos, México, 1992, pp. 137.
 24. Ferrer García, José C. *Recetario maya de Quintana Roo*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 3, México, 1999, pp. 49, 53, 64,70, 73, 80, 84-85, 93, 102.
 25. García Rivas, Heriberto, *Cocina prehispánica mexicana: La comida de los antiguos mexicanos*. Editorial Panorama, México, 1992, pp. 94-98.
 26. Gironella DeÁngeli, Alicia, *Gran Larousse de la cocina mexicana*. Editorial Barcelona, México, 1993-1999, pp. 690-701, 717, 720-722, 724-725.
 27. González Villalobos, Santana, *Recetario indígena de Guerrero*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 36, México, 2000, pp. 24, 29-30, 54, 59, 62, 72, 90, 96, 105-106, 112.
 28. Henestrosa Ríos de Webster, Cibeles, *Recetario zapoteco del Istmo*. *Cocina Indígena y Popular*. Editorial CONACULTA, No. 33, México, 2000, pp. 44, 70, 80-86.
 29. Hernández Cortés, Eduardo, *Recetario nahua de Morelos*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 4, México, 1999, pp. 37, 41, 44, 59-60, 89, 91, 127-128.
 30. Hernández, López Josefina y Roger Merlín Arango, *Recetario chinanteco de Oaxaca*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 20, México. 2000, pp. 32-34, 39-45.

31. Hernández Palacios, Esther, *Recetario veracruzano de cuaresma y navidad*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 12, México, 2000, pp. 35, 48, 53, 56, 60.
32. Kennedy, Diana, *El arte de la cocina mexicana*. Editorial Diana, México, 1994, pp. 235-237, 242-247, 314-316.
33. _____, *La cocina esencial de México*. Editorial Plaza Janes Grijalbo, México, 2004, pp. 400- 404,408-409.
34. *La gran cocina mexicana océano*. Editorial Océano, Barcelona, 1992, pp. 66,68.
35. Lomelí, Arturo, *El arte de cocinar con chile*. Editorial Contenido, México, 1991, pp.96-97, 120-127, 243, 245-254.
36. Maldonado Castro, Roberto, *Recetario maya del estado de Yucatán*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 17, México, 2000, pp. 49, 52, 58, 61, 68.
37. Martínez Campos, Gabriel y Esperanza Salazar Zenil, *Recetario Colimense la Iguana*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 25, México, 2000, pp. 27, 43, 51, 58-59, 61-62.
38. Medina Ávila, José Rafael, *Recetario huichol de Nayarit*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 46, México, 2000, pp. 66.
39. Merlín Arango, Roger y Josefina Hernández López, *Recetario mazateco de Oaxaca*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 42, México, 2000, pp. 61, 63, 74-76, 85, 90.
40. Molina, Sara, *300 recetas de la sabrosa cocina mexicana*. Octava reimpression, Estado de México, 1985, pp. 97, 100, 189, 218, 221.
41. Pérez Castro, Engracia, *Recetario mixe de Oaxaca*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 38, México, 2000, pp. 97-98,
42. Quintana, Patricia, *El sabor de México*. Noriega Editores, Japón, 1ra reimpression, 1992, pp. 122, 250, 252-253, 264, 266-268.
43. _____, *Las fiestas de la vida en la cocina mexicana*. Editorial Limusac, México, 19 Edición, 1999, pp. 222-223, 226-229, 232-235.
44. _____, *Mulli, el libro de los moles*. Editorial Océano, México,2005, pp. 10-11, 96, 98-103, 105-108, 110, 112-113, 115-118, 120, 122, 124-126, 129-131, 133-134, 136, 138-139, 141, 144-145, 147, 151-152, 156-159, 161-164, 166,168, 170-175, 176-178, 180-185, 187-188, 190-192, 194-196, 198, 200-202, 204-207, 209-211, 213-215, 217-219, 221-226, 228-229, 231-232, 234-237, 239-241, 243-247, 250, 252-254, 256, 258- 265, 268, 279, 281.
45. Ramírez Mar, Marina, *Recetario nahua del norte de Veracruz*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 1, México, 1999, pp. 80, 104, 110, 112, 156, 163, 176.

46. Rayas Aldana, Josefina, *Recetario exótico de Sinaloa*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 32, México, 2000, pp. 38-39, 41.
47. Reyes, Alfonso, *Memorias de cocina y bodega*. Editorial Fondo de cultura económica, México, 2da Edición, 1989, pp. 110
48. Rhijn, Patricia Van, *La cocina del chile..* Editorial Planeta, México, 1993, pp. 68-69, 93, 98, 100,106, 120.
49. Stoopan, María, *El universo de la comida mexicana*. Editorial Fondo de Cultura Banamex, México, 1988, pp. 24-25.
50. Taibol, Paco Ignacio, *Breviario del mole poblano*. Editorial Terra Nova, S.A. México, 1981, pp. 26-30, 32, 71-72, 85-86.
51. _____, *El libro de todos los moles*. Ediciones B. 1ra Edición, México, 2003, pp. 49-53, 57, 105-106, 195-201, 203-213, 215, 217-222, 241-259.
52. Tajonar Campo, Elena, *Lo mejor de la cocina oaxaqueña*. Gómez Gómez Hermanos Editores, México, 1975, pp. 23-28.
53. Tausend, Marilyn, “*Sazones de México: recetas y reflexiones sobre la comida mexicana*”. Editorial Revimundo, México, 2001, pp. 130, 135, 137-138.
54. Trilling, Susana, *sazón de mi corazón*. Editorial Diana, México, 2003, pp. 52, 82, 86, 139,142, 191, 225, 265-266, 268-273, 276-287,290-294, 364-365, 368.
55. Valdés García, Alejandrina y Héctor Hernández Ruiz, *Recetario nahua de Zongolica, Veracruz*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 31, México, 2000, pp. 53-57, 60-67.
56. Vázquez Peralta, Rodrigo, *Recetario mixteco poblano*. Cocina Indígena y Popular. Editorial CONACULTA, No. 2, México, 1999, pp. 34-38, 40-46, 93.
57. Velásquez de León, Josefina, *Cocina oaxaqueña*. Segunda edición. Editorial Universo México, México, 1991.
58. Voluntariado Nacional, *Comida familiar en el estado de Oaxaca*. México, 1988, pp. 31, 44-45, 104, 109-110, 113.

Normas

59. Ley de la Propiedad Industrial, DOF-25-01-2006. pp. 36-38.
60. Norma Oficial Mexicana, Productos alimenticios para uso humano -alimentos regionales- mole y sus variedades, NOM-F-422-1982, 82/07/09.
61. Pliego de condiciones para el uso de la marca Oficial México Calidad Suprema en Mole, PC-019-2004.
62. Reglamento (CE) N°510/2006 del consejo de 20 de marzo de 2006 sobre la protección de las indicaciones geográficas y de las denominaciones de origen de los productos agrícolas y alimenticios.

63. Baumer, Ludwing, The International Protection of Geographical Indications. Industrial Property Division. Symposium on the International Protection of Geographical Indication, organized by The World Intellectual Property (WIPO)

Revistas y Periódicos

64. Belman Gay, Janette, "Especial Delicias", II *Cocina practica*, No. 50, septiembre 2006, pp. 30, 43-44, 48, 50
65. Campero, Gabriela, *El mole de las clarisas capuchinas*. Cuadernos de Nutrición, Volumen 20, No. 3, 1997, pp.32
66. Caraza Campos, Laura B. "Comida Poblana", II *Guía gastronómica, México desconocido*. No.1, diciembre 1993, pp. 45, 47-48, 50-51, 53.
67. De la Vega Arnaud, Iliana, "Siete son los sabores", II *Reforma, buena mesa*, 27 de octubre del 2006. pp. 9.
68. Díaz, Mariana, "Fiestas patrias... a celebrar con tradición", II *A tu lado, revista de procter and gamble*, No. 4, septiembre 2006, pp.10-11.
69. Flores Montiel, Germán, "La sazón de Oaxaca", II *Caprichos y Antojos*, No. 39, julio 2003, pp.13, 19.
70. Flores Montiel, Germán, "Moles y Pozoles", II *Caprichos y Antojos*, No. 58, enero 2005, pp.14, 16.
71. Flores Montiel, Germán, "Lo mejor de nuestros estados", II *Cocina práctica, Especial Delicias*, No. 50, Septiembre 2006, pp.48, 50.
72. Morales de León, Josefina, *Introducción a la comida mexicana*. Cuadernos de Nutrición, Volumen 12, No. 4, 1989, pp.19, 27, 29.
73. Rivera, María, "Entre lo sacro y lo profano mole", II *Día siete*, Año 7, No. 359, Editorial El despertador, pp. 29-44.
74. Traslosheros Béjar, Raúl, "Moles de chichilo", II *Escuela de cocina*, Segunda edición. No.8, octubre 2006, pp. 5-6, 8-10, 12, 14, 16.

Tesis

75. Alamillo Falcón, Irma, *Utilización de la proteína de soya texturizada en mole tipo poblano enlatado*, Universidad Iberoamericana, México, 1983. pp. 1,14.
76. Cruz Toledo, Adriana, *Desarrollo de una tecnología para la elaboración de mole negro*, Escuela Nacional de Ciencias Biológicas, IPN. México, 2003. pp.30, 37, 43-45, 48-50, 65.

77. Meza Pacheco, Rosario, *Diseño y evaluación del proceso térmico para mole negro enlatado*, Escuela Nacional de Ciencias Biológicas, IPN. México, 2002. pp.29,39,57.
78. Rosales Aragón, Shirley, *Desarrollo de una pasta de mole poblano para exportación a Estados Unidos*, UI. México, 1998. pp.23, 26, 57.

Consultas por Internet

79. <http://www.mexicodesconocido.com.mx/español/culturaysociedad>
80. Caraza Campos, Laura B., "La ciudad de Oaxaca y sus alrededores", II *Tips de Aeroméxico*, No.1, Edición Especial, 1996.
81. _____, "La comida oaxaqueña", II *Tips de Aeroméxico*, No. 1, otoño 1996.
82. _____, "Chichilo", II *Tips de Aeroméxico*, No. 1, otoño 1996.
83. _____, "Coloradito", II *Tips de Aeroméxico*, No. 1, otoño 1996.
84. _____, "La comida neoleonese, de la caza y la recolección a la carne asada", II *Tips de Aeroméxico*, No. 2, invierno 1996-1997.
85. _____, "La comida yucateca privilegio de las tierras del Mayab", II *Tips de Aeroméxico*, No. 3, 1997.
86. _____, "Chilmole o relleno negro", II *Tips de Aeroméxico*, No. 3, 1997.
87. _____, "La comida jalisciense. El secreto de una larga historia", II *Tips de Aeroméxico*, No. 4, verano 1997.
88. _____, "Mosaico gastronómico de la costa de la montaña", II *Tips de Aeroméxico*, No. 5, otoño 1997.
89. _____, "La comida sonoreense, sabiduría gastronómica", II *Tips de Aeroméxico*, No. 6, invierno 1997-1998.
90. _____, "Mole Xico", II *Tips de Aeroméxico*, No. 3, primavera 1998.
91. _____, "De Veracruz, el sabor y la fama", II *Tips de Aeroméxico*, No. 7, primavera 1998.
92. _____, "La comida guanajuatense", II *Tips de Aeroméxico*, No. 8, verano 1998.
- _____ , "La comida campechana", II *Tips de Aeroméxico*, No. 9, otoño 1998.
93. _____, "La comida tabasqueña", II *Tips de Aeroméxico*, No. 11, primavera, 1999.
94. _____, "La comida chihuahuense", II *Tips de Aeroméxico*, No. 12, verano 1999.
95. _____, "Mole del convento de Santa Rosa", II *Tips de Aeroméxico*, No. 13, otoño 1999.
96. _____, "La comida colimense", II *Tips de Aeroméxico*, No. 14, invierno 1999-2000.
97. _____, "pepián", II *Tips de Aeroméxico*, No. 14, invierno 1999-2000.

98. _____, "La comida sinaloense de Mazatlán a Choix", II *Tips de Aeroméxico*, No. 15, primavera 2000.
99. _____, "Chilorio", II *Tips de Aeroméxico*, No. 15, primavera 2000.
100. _____, "La comida de Quintana Roo", II *Tips de Aeroméxico*, No. 16, verano 2000.
101. _____, "La rica tradición gastronómica de Tlaxcala", II *Tips de Aeroméxico*, No. 20, 2001.
102. _____, "La rica tradición gastronómica de Aguascalientes", II *Tips de Aeroméxico*, No. 21, otoño 2001.
103. _____, "Conejo en mole rojo con piñones", II *Tips de Aeroméxico*, No.22, invierno 2001.
104. _____, "La comida morelense", II *Tips de Aeroméxico*, No. 23, primavera 2002.
105. _____, "Enchiladas de pato", II *Tips de Aeroméxico*, No. 23, primavera 2002.
106. _____, "Gastronomía de Zacatecas", II *Tips de Aeroméxico*, No. 25, otoño 2002.
107. _____, "La gastronomía nayarita", II *Tips de Aeroméxico*, No. 28, verano 2003.
108. _____, "Gastronomía potosina, la excelencia de una tradición", II *Tips de Aeroméxico*, No. 27, primavera 2003.
109. _____, "Enchiladas potosinas", II *Tips de Aeroméxico*, No. 27, primavera 2003.
110. _____, "Pipián rojo", II *Tips de Aeroméxico*, No. 29, invierno 2003.
111. _____, "La ciudad de Oaxaca y sus alrededores", II *Tips de Aeroméxico*, Edición especial, otoño 2003.
112. _____, "Guacamole", II *Guía especial México desconocido 101 recetas mexicanas*, julio 2003.
113. _____, "Manchamantel", II *Guía especial México desconocido 101 recetas mexicanas*, julio 2003.
114. _____, "¿Qué se come en Tamaulipas?", II *Tips de Aeroméxico*, No. 30, primavera 2004.
115. _____, "La comida coahuilense", II *Tips de Aeroméxico*, No. 31, verano 2004.
116. _____, "La gastronomía de la Ciudad de México", II *Tips de Aeroméxico*, No. 32, otoño 2004.
117. _____, "Mole de olla", II *Tips de Aeroméxico*, No. 32, otoño 2004.
118. Chairez, Arturo, "Gastronomía poblana", II *Guía México desconocido*, No. 57, marzo 2000.
119. _____, "Arte Gastronómico", II *Guía México desconocido*, No. 62, septiembre-octubre 2000.
120. _____, "Un regalo para el paladar", II *Guía México desconocido*, No. 63, octubre 2000.
121. _____, "De la mesa queretana", II *Guía México desconocido*, No. 69, mayo 2001.

122. Flores Escobar, Graciela, y Caraza, Laura, "La gastronomía de Durango", II *Tips de Aeroméxico*, No. 29, invierno 2003.
123. Martínez, Ma. Teresa, "De la mesa michoacana", II *Guía especial México desconocido*, No. 61, agosto 2000.
124. Sánchez, Graciela, "Desde los cuatro rumbos. Gastronomía de la frontera", II *Tips de Aeroméxico*. No. 10, invierno 1998-1999.
125. <http://www.google.com>
126. <http://www.economia.org>
127. <http://www.monografias.com>
128. <http://www.rae.es>
129. <http://www.wikipedia.org>

Glosario

XOCHITL TZTZELIUHTOC IN,
MA ON NETOTILO, ANTOCNIHUAN,
HUEHUETITLAN!

YA LLOVIERON LAS FLORES,
¡COMIENCE EL BAILE, OH AMIGOS NUESTROS,
EN EL LUGAR DE LOS ATABALES!



Glosario

Acre	Áspero y picante al gusto y al olfato, como el sabor y el olor del ajo, del fósforo, etc
Acuyo	Hierba Santa. Arbusto de las Piperáceas, de hojas aromáticas usadas para aderezar ciertos guisos
Alabardados	De forma de Alabarda. ALABARDA: Arma ofensiva, compuesta de un asta de madera de dos metros aproximadamente de largo, y de una moharra con cuchilla transversal, aguda por un lado y en forma de media luna por el otro
Alverjón	Almorta: Planta anual de la familia de las Papilionáceas, con tallo herbáceo y ramoso, hojas lanceoladas con pedúnculo y zarcillo, flores de color morado y blancas, y fruto en legumbre con cuatro simientes de forma de muela. Su ingestión produce, a veces, una parálisis grave de las piernas denominada latirismo. Florece por junio y es indígena de España.
Ayomole	Mole que se prepara con calabaza tierna y también con sus tripas
Bagre	Pez teleósteo, de cuatro a ocho decímetros de longitud, abundante en la mayor parte de los ríos de América, sin escamas, pardo por los lados y blanquecino por el vientre, de cabeza muy grande, hocico obtuso, y con barbillas. Su carne es amarillenta, sabrosa y con pocas espinas
Beaterio	Casa en que viven las beatas formando comunidad y siguiendo alguna regla
Cacaya	Flor comestible originaria de Oaxaca
Chambarete	Pieza de carne de res que proviene del extremo de la pierna delantera o trasera. Se prepara a partir de un cuarto trasero y consiste de la tibia, el tarso, los huesos calcáneos y los músculos asociados. Se saca el chambarete del cuarto trasero por medio de un corte a través de la articulación paletofemoral que separa la tibia y el fémur.
Chaya	También conocida como árbol de espinacas, es un arbusto grande, de rápido crecimiento y hoja perenne, nativo de la península de Yucatán, México. Tiene tallos succulentos que exuda una savia lechosa cuando se corta. Puede llegar a ser de hasta 6 metros de altura, pero normalmente se poda a unos 2 m para facilitar la cosecha de su hoja. Es popular en México y Centroamérica como una verdura, se cocina y come como la espinaca, pero sus hojas en crudo son tóxicas.
Chepil	Chepil, chipil y chipilin es una hierba comestible que crece como arbusto y se utiliza mucho en el istmo de Oaxaca y en el Veracruzano para hacer tamales o inclusive un mole con esas hojas. Es similar a la alfalfa, con las salvedades de que es menos verde, sus florecillas son rojizas y la de la alfalfa es morada y el aroma es totalmente silvestre, aromático y exquisito.

Chilhuacle	Chile que tiene forma de pimiento rojo, grande y gordo, un poco más largo que ancho pero casi cúbico. Los entendidos aseguran que su sabor es afrutado con retazos de tabaco, orejones y esencia de chocolate. Es un CHILE muy caro pero imprescindible si se desea preparar el MOLE NEGRO de OAXACA. La única forma de sustituirlo es tostar CHILES GUAJILLOS hasta convertirlos en carboncillos.
Chilcoxtle	Chile de forma cónica alargada que llega a medir hasta 15 cm que al madurar pasa de un color naranja profundo a rojo. En su forma seca se utiliza para preparar mole en la cocina mexicana.
Chilmole	Salsa o guisado de chile con tomate u otra legumbre.
Chilpetín	Es una variedad salvaje del chile piquin, también llamado chile pajarito, chile pajarito salvaje o chile ojo de pajarito, usualmente esférico. Hay muchas variantes de este tipo de chile. Se le conoce como la madre de todos los chiles, dado que es el más antiguo de la familia de los "Capsicum annum". Algunos lo definen como el más picante de todos los chiles, ya que está en el rango de 50,000 a 100,000 unidades en la escala de Scoville.
Chilposo	Caldo elaborado con base en chiles similar al mole de olla.
Chilposoni	Ver Chilposo
Chimole	Es en realidad un acompañamiento para platillos principales de la comida mexicana, se realiza con tortillas de maíz, achiote y otros chiles
Chirimole	La localidad de El Chirimole está situada en el Municipio de Elota (en el Estado de Sinaloa).
Chirmole	Chirmole se puede clasificar dentro de la categoría de sopas. Usa el "recado" negro como ingrediente básico y se hace con pollo y huevos cocidos. Se come con tortillas calientes.
Chochoyotes	Bolitas de masa.
Chocomite	Es un róbalo pequeño que no mide más de 50 cm.
Clemole	Caldillo de chile con tomate.
Condumio	Manjar que se come con pan, como cualquier cosa guisada.
Coquinaria	Pertenece o relativo a la cocina.
Cuitlacoche	Es maíz contaminado con un hongo y se considera comida gourmet de la cocina mexicana y se utiliza para preparar diferentes platillos.
Desleidas	Diluídas.
Despepitar	Quitar las pepitas o semillas de algún fruto, como del algodón, del melón, etc.
Desvenar	Quitar las venas.
Embadurnar	Untar, embarrar, manchar, pintarrapear.
Espelón	Frijol negro yucateco.
Guazmole	Mole hecho con semillas de guajes.
Huaxolotl	Proveniente del náhuatl gujolote.
Iconoclastas	Se dice de quien niega y rechaza la merecida autoridad de maestros, normas y modelos.
Iracundia	Ira.

Izote	Del nahua iczotl. Árbol de América Central, de la familia de las Liliáceas. Es una especie de palma, de unos cuatro metros de altura, con ramas en forma de abanico, hojas fuertes y ensiformes, punzantes y ásperas en los bordes, y flores blancas, muy olorosas, que suelen comerse en conserva.
Macerar	Mantener sumergida alguna sustancia sólida en un líquido a la temperatura ambiente, con el fin de ablandarla o de extraer de ella las partes solubles.
Menjurje	Cosmético o medicamento formado por la mezcla de varios ingredientes.
Pemoles	Pan de maíz, originario del estado de Tamaulipas
Pitiona	Yerba utilizada para infusiones curativas.
Pulacles	Son tamales de frijol en hoja de platano con pipian y un toque de chile
Quiotes	Del nahua quiotl, tallo, brote es el tallo comestible de la flor del maguey.
Recado	Tortillas carbonizadas y otras especies
Refectoleras	son comunidades y en algunos colegios, que llaman a la habitación destinada para juntarse a comer.
Souffle	Dicho de un alimento: Preparado de manera que quede inflado.
Tasajo	Tajada de cualquier carne, pescado e incluso fruta. se ponen en vinagre una o dos horas
Tatemado	Colocar en vinagre una o dos horas la carne.
Tlatonile	Es una salsa hecha a base de cacahuete y chile, es típica de Huatusco, Veracruz.
Temazate	Esta especie de venado mide entre 65 y 75 cm de altura a los hombros y alcanza un peso de entre 24 y 48 kg. La espalda tiene un aspecto ligeramente encorvado y el anca es visiblemente alta en comparación con los hombros. Es un ciervo esbelto, de color pardo rojizo en el dorso y espalda se continúa hacia el vientre, haciéndose un poco más claro allí, pero nunca es blanquecino. La frente presenta un mechón de pelos largos con los extremos oscuros. Solamente los machos tienen astas cortas, casi rectas y dirigidas hacia atrás. Se localiza en el sur de Tamaulipas, sur de Chiapas y en la Península de Yucatán, en México, hasta el sur de Brasil, el norte de Argentina, el sur de Bolivia, Paraguay, Trinidad y Tobago. Habita en las selvas tropicales, en los bosques mesófilos de montaña y en las partes menos frías de los bosques de coníferas, se alimenta de hojas, frutos, brotes tiernos, flores y arbustos diversos; se reproduce en cualquier época del año y tiene de una a dos crías.
Tempesquistle	Planta medicinal.
Tepejilote	Palmera sus tallos pueden crecer hasta 10 cm de diámetro y sus hojas dispersas y verde oscuro, le aportan un aspecto único. De crecimiento muy rápido y apropiada para climas tanto templados cálidos como tropicales.
Tesmole	Platillo mexicano que contiene carne, maíz y verduras.

Tlemoles	Salsa preparada al fuego, pues tletl es fuego en náhuatl .
Vericuetto	Lugar o sitio áspero, alto y quebrado, por donde no se puede andar sino con dificultad.
Vianda	Comida que se sirve a la mesa.
Xoconoxtle	El nombre científico es Opuntia joconostle. La planta mide de 1-2 metros de altura, con pencas de 30-40 cm. espinas de 3-5 por aréola y frutas redondas en forma de pera, arborescente de 2-3 m. de altura, tronco bien definido como de 20 cm. de diámetro, grisáceo, con ramificación abundante. La flor amarilla, fruto subgloboso de 2 cm. de diámetro de pulpa ácida, rosada, ligeramente perfumada, fruto comestible que aparece en marzo. Se encuentra silvestre en varios lugares del altiplano mexicano.
Yuca	Planta de América tropical, de la familia de las Liliáceas, con tallo arborescente, cilíndrico, lleno de cicatrices, de 15 a 20 dm de altura, coronado por un penacho de hojas largas, gruesas, rígidas y ensiformes. Tiene flores blancas, casi globosas, colgantes de un escapo largo y central, y raíz gruesa, de la que se saca harina alimenticia.
Zacahuil	Tamal de gran tamaño con un lechón entero, envuelto en hojas de plátano y cocido en barbacoa.

ANEXO

TU ERES MI MERO MOLE

.....

MONO, PERICO Y POBLANO

NO LO TOQUES CON LA MANO

TÓCALOS CON CUIDADITO

QUE SON ANIMAL BENDITO



Anexo: Breve diccionario de los chiles utilizados en la elaboración de los moles.

AGUA, chile de	Variedad de forma más o menos cónica parecido en su forma a un poblano chico, aunque éste es de color verde limón; es utilizado principalmente en guisos y salsas oaxaqueñas.
AMARILLO (chicostle)	Chile seco parecido a un chile guajillo chico pero de color más claro. Se encuentra en Oaxaca y se utiliza en su cocina.
ANCHO, chile	Variedad de chile que es llamado poblano cuando es fresco y verde. Se conocen numerosas variedades o sub-variedades en diversos Estados de la República, sobre todo en los Estados del Centro y Sureste. Es rojo oscuro y generalmente poco picante y algo dulce. Es un clásico de la cocina en prácticamente toda la República, indispensable en numerosos adobos y moles.
COSTEÑO	Chile seco, rojo, más grande que el chile de árbol. Se encuentra principalmente en Oaxaca, Veracruz y toda la Costa Chica.
CHILCOXTLE	Chile seco de Oaxaca, color sepia claro. Se utiliza en la comida de la región. Es picoso.
CHILHUACLE	Es un chile seco, probablemente sea el chile de agua, cuando verde. De color sepia oscuro, casi negro, de picor medio. Es clásico en la cocina oaxaqueña ya que entre otras cosas es ingrediente indispensable en el mole negro. Es en realidad una variante del chile guajillo.
CHIPOTLE	Chile seco de color sepia-claro, o sepia-oscuro. Se trata en realidad del conocido chile jalapeño secado y ahumado. Es muy picoso y perfumado. Se conoce desde los aztecas. Se preparan con adobado, en vinagre, etc. Como ingrediente de muchas salsas y hasta rellenos de queso.
GUAJILLO	Es un chile seco, pariente del pasilla aunque diferente a éste, es largo de 5 a 11 cm, de color sepia-rojizo. Existen en muchos tamaños y diferentes anchos. Generalmente entre más chicos son más picosos, los de tamaño grande casi no pican y se utilizan más para dar sabor y color. Todas estas diferencias se originan debido al lugar de cultivo. Se produce casi en toda la República. Cuando fresco pueden ser verdes, amarillos o rojos. También son un clásico de muchos platillos nacionales.

JALAPEÑO. (Cuaresmeño)	Es un chile fresco y muy carnoso de 4 a 6 cm de largo, de color verde oscuro o rojo cuando está más maduro. Picante y ligeramente perfumado. Cuando es seco se torna color sepia y cuando es seco y ahumado se convierte en el conocido chipotle. Se prepara generalmente en vinagre ya sea entero o en rajas. Es indispensable para los “chiles en vinagre” con cebolla, ajo, zanahorias y hierbas de olor. Se preparan también rellenos.
MANZANO	Chile fresco, de forma esférica, que recuerda una manzana llega a tener un diámetro hasta de 4 cm. Es muy carnoso y picante, de colores muy atractivos y lustrosos. Se encuentran de color verde, amarillo, anaranjado y rojo. Generalmente se consume picado en salsa con cebolla y diversos aderezos. Siempre se separan las semillas que son negras.
MULATO	Es un chile seco, es un tipo de chile poblano cuando es fresco. De color muy oscuro, casi negro, de sabor picante, menos penetrante y ligeramente dulce, se diferencia del chile ancho por su color más oscuro y menos perfumado. Es clásico de numerosos guisos nacionales.
PASILLA	Es un chile seco de color muy oscuro, largo, cuando verde se le llama chilaca. Es muy picante, se conocen muchas variedades, también se le llama achocolatado. Es el ingrediente esencial para la salsa borracha y numerosos moles y adobos.
PIQUIN o Chillepin o chile pulga	Se conocen muchas variedades, es el más pequeño de los chiles y se conoce casi en toda la República, así mismo es el chile mas conocido y cultivado en el mundo. Cuando está fresco es de color verde que va tornándose rojo al ir madurando. Cuando está seco se hace de color rojo-sepia. Sin duda uno de los chiles más picosos. Cuando está fresco es ligeramente perfumado. Fresco o seco se utiliza para multitud de salsas, entre ellas la conocida “Tabasco”, molido en polvo, es un aderezo universal.

POBLANO	Es un chile fresco grueso y largo. Cuando seco se convierte en ancho, mulato o chino. Los hay de muy diversos tamaños, ya que pueden tener de 4 a 15 cm, de largo. Son de color verde oscuro que puede variar a muy oscuro. Se encuentran variedades muy picosas y otras casi dulces. Seguramente de este chile proviene el pimiento. Se preparan en numerosas variedades de chiles rellenos y en rajas para múltiples fines. Son también un clásico que se consume en prácticamente toda la República.
PUYA, chile	Es en realidad un chile de árbol, generalmente más largo. Se encuentra principalmente en el estado de San Luis Potosí.
SERRANO o VERDE, chile	Es un chile de color fresco verde intenso de 3 a 5 cm de largo carnoso, cuando madura se hace rojo. También se vende seco y es de color rojo-sepia. En ambos casos suele ser muy picante, aunque en los últimos años los consumidores suelen quejarse que con frecuencia “ya no pican” esto sin duda se debe a que como es una de las variedades más comerciales suele cortarse demasiado pronto, lo que impide su adecuada maduración. Se utiliza para dar sabor y picante a muy numerosos guisos nacionales y por supuesto es el ingrediente indispensable para la salsa verde y la mexicana. También se prepara en vinagre, junto con el jalapeño son las variedades más utilizadas en la industria de conservas.

Anexo: Trámites para llevar a cabo una denominación de origen.

Trámite: Autorización para el uso de una denominación de origen.

1. **¿Quién lo presenta y en qué casos?**
Personas físicas o morales que se dediquen a la extracción, producción o elaboración del producto que se pretenda amparar con la denominación, cámaras o asociaciones de fabricantes o productores, las dependencias o entidades del gobierno federal y los gobiernos de las entidades de la Federación. Cuando quién demuestre tener interés jurídico en términos del artículo 158 de la Ley de la Propiedad Industrial, pretenda que el nombre de una región geográfica del país sirva para designar un producto originario de la misma, y cuya calidad o característica se deba exclusivamente al medio geográfico, comprendido en éste los factores naturales y los humanos.
2. **Dependencia u organismo responsable del trámite**
Instituto Mexicano de la Propiedad Industrial
Dirección Divisional de Marcas
Arenal 550, Piso 3
Colonia Tepepán
CP 16020, México, D.F.
3. **Otras oficinas en donde puede realizarse el trámite**
En todas las delegaciones de la Secretaría de Economía
En la Unidad Administrativa responsable del trámite
Oficinas regionales
En todas las subdelegaciones de la Secretaría de Economía
4. **Horarios de atención al público**
De 8:45 a 16:00 horas de lunes a viernes
5. **Tipo de resolución**
Declaración de la protección de la Denominación de Origen
6. **Vigencia**
Concepto: indeterminada
Observaciones: La vigencia de la declaración de protección de una denominación de origen, estará determinada por la subsistencia de las condiciones que la motivaron y sólo dejará de surtir efectos por otra declaración del Instituto.
7. **Medio de presentación**
Escrito libre
Número de originales: 2
8. **¿Qué información se requiere?**
 - Nombre del solicitante
 - Domicilio
 - Nacionalidad del solicitante
 - Si es persona moral deberá señalar, además, su naturaleza y actividades a que se dedica
9. **¿Qué documentos se requieren?**
Documentos que sirvan para la comprensión y análisis de la solicitud y funden la petición
Número de originales: 1
Número de copias: 1
10. **¿Cuánto se paga?**
Concepto: por el estudio de la solicitud de declaración general de protección a una denominación de origen o de la solicitud de modificación de una declaración general.
Monto: \$1,468.70
Nombre del formato de pago: Formato Único de Ingresos o en el Formato Electrónico de Pagos por Servicios.

Trámite: Autorización para el uso de una denominación de origen.

1. ¿Quién lo presenta y en qué casos?

Persona física o moral

Cuando quién desee utilizar la denominación de origen se dedique directamente a la extracción, producción o elaboración de los productos protegidos por la denominación y que realice tal actividad dentro del territorio determinado en la declaración.

2. Dependencia u organismo responsable del trámite

Instituto Mexicano de la Propiedad Industrial

Dirección Divisional de Marcas

Arenal 550, Piso 3

Colonia Tepepán

CP 16020, México, D.F.

3. Otras oficinas en donde puede realizarse el trámite

En todas las delegaciones de la Secretaría de Economía

En la Unidad Administrativa responsable del trámite

Oficinas regionales

En todas las subdelegaciones de la Secretaría de Economía

4. Horarios de atención al público

De 8:45 a 16:00 horas de lunes a viernes

5. Tipo de resolución

Autorización

6. Vigencia

Concepto: 10 años

Observaciones: Los efectos de la autorización para usar una denominación de origen durarán diez años, contados a partir de la fecha de presentación de la solicitud en el Instituto y podrán renovarse por períodos de la misma duración.

7. Medio de presentación

Formato: Solicitud de Autorización de uso de Denominación de Origen

Número de originales: 3

8. ¿Qué información se requiere?

Los datos indicados en el formato

9. ¿Qué documentos se requieren?

Los documentos indicados en el formato

10. ¿Cuánto se paga?

Concepto: por la autorización para usar una denominación de origen

Monto: \$645.22

Nombre del formato de pago: Formato Único de Ingresos o en el Formato Electrónico de Pagos por Servicios.

Indice de Graficas

Gráfica 1 Frecuencia de chiles en Mole Amarillo	47
Gráfica 2. Frecuencia de carnes en Mole Amarillo	50
Gráfica 3 Frecuencia de los Ingredientes en Mole Amarillo	51
Gráfica 4 Frecuencia de los Ingredientes en Mole Amarillo (Continuación)	51
Gráfica 5. Frecuencia de los Ingredientes en Mole Amarillo (Continuación)	52
Gráfica 6 Frecuencia de chiles en Mole Chichilo.....	59
Gráfica 7 Frecuencias de carnes en Mole Chichilo	62
Gráfica 8 Frecuencias de ingredientes en Mole Chichilo	63
Gráfica 9 Frecuencias de ingredientes en Mole Chichilo (Continuación)	63
Gráfica 10 Frecuencias de ingredientes en Mole Chichilo (Continuación)	64
Gráfica 11 Frecuencias de los chiles en Mole Coloradito.....	71
Gráfica 12 Frecuencias de carnes en Mole Coloradito.....	73
Gráfica 13 Frecuencias de los ingredientes en Mole Coloradito	74
Gráfica 14 Frecuencias de los ingredientes en Mole Coloradito (Continuación) ...	74
Gráfica 15 Frecuencias de los ingredientes en Mole Coloradito (Continuación) ...	74
Gráfica 16 Frecuencias de chiles en Mole Manchamantel	82
Gráfica 17 Frecuencias de carnes en el Mole Manchamantel.....	83
Gráfica 18 Frecuencias de ingredientes en Mole Manchamantel.....	84
Gráfica 19 Frecuencias de ingredientes en Mole Manchamantel (Continuación) ..	84
Gráfica 20 Frecuencias de chiles en Mole Negro.....	91
Gráfica 21 Frecuencias de carnes en Mole Negro	94
Gráfica 22 Frecuencias de ingredientes en Mole Negro	96
Gráfica 23 Frecuencias de ingredientes en Mole Negro(Continuación)	96
Gráfica 24 Frecuencias de ingredientes en Mole Negro (Continuación)	97
Gráfica 25 Frecuencias de ingredientes en Mole Negro (Continuación)	97
Gráfica 26 Frecuencias de chiles en Mole Rojo	109
Gráfica 27 Frecuencia de carne en Mole Rojo	110
Gráfica 28 Frecuencias de los ingredientes en Mole Rojo	110
Gráfica 29 Frecuencias de los ingredientes en Mole Rojo (Continuación)	111
Gráfica 30 Frecuencias de chiles en Mole Verde	116
Gráfica 31 Frecuencias de carnes en Mole Verde	118
Gráfica 32 Frecuencias de los ingredientes en Mole Verde	118
Gráfica 33 Frecuencias de los ingredientes en Mole Verde(Continuación).....	119
Gráfica 34 Frecuencias de los ingredientes en Mole Verde(Continuación).....	119
Gráfica 35 Frecuencia de chiles en Mole Poblano	128
Gráfica 36 Frecuencias de carnes en Mole Poblano.....	132
Gráfica 37 Frecuencias de ingredientes en Mole Poblano	135
Gráfica 38 Frecuencias de ingredientes en Mole Poblano (Continuación).....	135
Gráfica 39 Frecuencias de ingredientes en Mole Poblano (Continuación).....	135
Gráfica 40 Frecuencias de ingredientes en Mole Poblano (Continuación).....	136

Índice de Tablas

Tabla 1 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole amarillo en diferentes recetas.....	48
Tabla 2. Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole amarillo en diferentes recetas (Continuación).....	49
Tabla 3 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole amarillo (Quintana [XIII]).....	53
Tabla 4 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole amarillo (Trilling [I]).....	53
Tabla 5 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole amarillo (Gironella [V]).....	54
Tabla 6 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole amarillo (Kennedy [XII]).....	54
Tabla 7 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole amarillo.....	55
Tabla 8 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole amarillo en diferentes recetas.....	60
Tabla 9 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole chichilo en diferentes recetas (Continuación).....	61
Tabla 10 Tipos de carnes empleadas para la elaboración de mole chichilo en diferentes recetas.....	62
Tabla 11 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole chichilo (Trilling [I]).....	65
Tabla 12 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole chichilo (Kennedy [XII]).....	65
Tabla 13 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole chichilo.....	67
Tabla 14 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole coloradito en diferentes recetas.....	72
Tabla 15 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole coloradito (Quintana [XIII]).....	75
Tabla 16 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole coloradito (Kennedy [XII]).....	76
Tabla 17 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole coloradito (Gironella [V]).....	76
Tabla 18 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole coloradito (Trilling [I]).....	77
Tabla 19 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole coloradito.....	78
Tabla 20 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole manchamantel (Kennedy [XII]).....	85
Tabla 21 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole manchamantel (Quintana [XIII]).....	85
Tabla 22 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole manchamantel (Trilling [I]).....	86

Tabla 23 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole manchamantel.....	87
Tabla 24 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole negro en diferentes recetas.....	92
Tabla 25 Tipos de chiles empleados para la elaboración del mole negro en diferentes recetas (Continuación).....	93
Tabla 26 Tipo de carnes empleadas para la elaboración de mole negro en diferentes recetas.....	95
Tabla 27 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Quintana [XIII] 1).....	98
Tabla 28 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Quintana [XIII] 2).....	98
Tabla 29 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Quintana [XIII] 3).....	99
Tabla 30 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Quintana [XIII] 4).....	99
Tabla 31 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Kennedy [XII]).....	100
Tabla 32 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Trilling [I]).....	100
Tabla 33 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Gironella [V] 1).....	101
Tabla 34 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Gironella [V] 2).....	101
Tabla 35 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole negro (Gironella [V] 3).....	102
Tabla 36 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole negro.....	103
Tabla 37 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del Mole Rojo (Pérez [XXV]).....	111
Tabla 38 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del Mole Rojo (Trilling [I]).....	112
Tabla 39 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole rojo.....	113
Tabla 40 Tipo de chiles empleados para la elaboración de mole verde en diferentes recetas.....	117
Tabla 41a Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole verde (Quintana [XIII] 1).....	120
Tabla 41b Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole verde (Quintana [XIII] 2).....	120
Tabla 42 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole verde (Kennedy [XII]).....	121
Tabla 43a Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole verde (Trilling [I] 1).....	121
Tabla 43b Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole verde (Trilling [I] 2).....	122



Tabla 44 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole verde (Gironella [V]).	122
Tabla 47 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole verde.	123
Tabla 48 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole poblano en diferentes recetas.	129
Tabla 49 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole poblano en diferentes recetas (Continuación).	130
Tabla 50 Tipos de chiles empleados para la elaboración de mole poblano en diferentes recetas (Continuación).	131
Tabla 51 Tipos de carnes empleadas para la elaboración de Mole Poblano	133
Tabla 52 Tipos de carnes empleadas para la elaboración de mole poblano en diferentes recetas (Continuación).	134
Tabla 53 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano (Quintana [XIII] 1)	137
Tabla 54 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano (Quintana [XIII] 2)	138
Tabla 55 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano (Kennedy [XII])	138
Tabla 56 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano (Gironella [V] 1)	139
Tabla 57 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano (Gironella [V] 2)	139
Tabla 58 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano (Gironella [V] 3)	140
Tabla 59 Peso y porcentaje de los ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano (Gironella [V] 4)	140
Tabla 60 Porcentaje del peso por grupos de ingredientes empleados en la elaboración del mole poblano.	141
Tabla 61. Porcentaje y peso del Mole Poblano según Rosales [XXXVI]	146
Tabla 62. Especificaciones microbiológicas de los diferentes tipos de mole	152
Tabla 63. Especificaciones fisicoquímicas para los diferentes tipos de mole	153
Tabla 64. Especificaciones de materia extraña	153