

# Cocina mexicana

en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera  
(1905-1984)

**Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero**

Doctor en Historia de la Frontera, Profesor Investigador de Tiempo Completo de la Universidad Autónoma de Sinaloa; Línea de Generación y Aplicación del Conocimiento (LGAC): Estudios sociales de los alimentos.

[jumamegue@uas.edu.mx](mailto:jumamegue@uas.edu.mx)

*Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)*

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

## Comida mexicana en los periódicos estadounidenses: de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

---

### Mexican food in American newspapers: from European dishes to frontier cooking (1905-1984)

#### Resumen

La comida mexicana para los mexicanos de Estados Unidos se convirtió desde el siglo XIX en un espacio cultural desde donde vivir la mexicanidad y un lugar para definirse culturalmente. Las recetas de cocina publicadas en periódicos muestran no sólo la importancia que la comida tuvo para la comunidad mexicana como instrumento de su política de identidad, sino también la marginalidad cultural y social de los mexicanos al tener casi como único espacio de expresión al periódico étnico. La travesía histórica de estas recetas en relación con la política identitaria, muestra un proceso complejo y aparentemente contradictorio pues se pasa de la difusión de comidas europeas, especialmente francesa, en las primeras décadas del siglo XX en una comunidad mexicana compuesta en su mayoría por clase trabajadora de origen rural, a la difusión de una comida más apegada a lo que realmente se comía en los barrios mexicanos en un ambiente de cambio político en los 1960 y 1970 con un segmento mexicanoamericano universitario y que había logrado cierto ascenso social.

#### Palabras clave

Recetas, identidad, mexicano.

#### Abstract

Mexican food for Mexicans in the United States became, since the 19th century, a cultural site from which to live Mexicanness and a place to define itself culturally. The cooking recipes published in newspapers show not only the importance that the food had for the Mexican community as an instrument of their identity policy, but also the cultural and social marginality of Mexicans, since they have almost exclusively the ethnic newspaper. The historical journey of these recipes in relation to identity politics, shows a complex and apparently contradictory process as it passes from the dissemination of European dishes, especially French, in the first decades of the twentieth century in a Mexican community composed mostly by working class people of rural origin, to the diffusion of a food more attached to what was really eaten in the Mexican neighborhoods in an environment of political change in the 1960s and 1970s with a Mexican-American university segment and that had achieved certain social ascent.

#### Key words

Recipes, Identity, Mexican.

Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

## Introducción

Entre 1905 y 1984 se publicaron cientos de recetas de cocina en periódicos hispanos de los Estados Unidos de América. A través de estas recetas se buscó inculcar a los lectores el aprecio a la herencia culinaria del mundo latino, así como difundir diversas clases de comida que en cada una de las etapas históricas fueron consideradas como culturalmente apropiadas para la comunidad hispana-mexicana residente de los Estados Unidos. La evolución de estas recetas de cocina se apegó a los vaivenes de la política de identidad del grupo mexicano, cuyas características son haber sido heterogénea y conflictiva hacia el exterior y hacia el interior del grupo, y preocupada por sobrevivir con la mayor independencia posible en una sociedad racista que en algunos momentos pretendió integrarlos culturalmente y, las más de las veces, los rechazó y ninguneó al grado de expulsarlos del país.

La publicación de recetas de cocina en periódicos de diferentes ciudades y en diferentes épocas en los Estados Unidos, significa la existencia potencial de un recetario disperso en el tiempo y en el espacio. Su dispersión de muchas décadas refleja su carácter marginal. En su tiempo, estas recetas no se publicaron en formato de libro porque se trataba de comida para hispanohablantes y particularmente para mexicanos. Una comida considerada, por mucho tiempo, como inferior o en el mejor de los casos, exótica para la cultura dominante norteamericana. Esto no significa que no haya habido del todo publicaciones en formato de libro de recetarios dirigidos a hispanohablantes, aunque éstos fueron muy pocos, comparado con aquellos publicados en inglés y cuyo primer recetario en los Estados Unidos fue publicado en 1742 (Inness, 2001). Hacia finales del siglo XIX fue publicado *El Cocinero Español* escrito por Encarnación Piñedo, considerado el primer recetario californiano en español. Poco después, en 1909, se publicó el primer recetario bilingüe español-inglés en California (Theofano, 2002). A partir de los años 20, el número de recetarios en forma de libro fue cada vez en aumento no sólo debido a la popularidad de la comida mexicana, sino también debido a la apertura e inclusión de estas expresiones culturales en la sociedad norteamericana (Liora, 1991).

Para la elaboración de este artículo se armó de una especie de rompecabezas para, desde aquí, llevar a cabo un análisis sobre los significados de las recetas, así como su evolución durante el siglo XX. Este ensayo está basado en el análisis de recetas de cocina publicadas entre 1905 y 1984 en periódicos principalmente hispanos, de los Estados Unidos de América y, por ende, dirigidas a un público hispanohablante que a lo largo del periodo fue casi

Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

sinónimo de mexicano.<sup>1</sup> Dentro de esta revisión se encontraron recetas desde 1905. El final del periodo de estudio (1984) es hasta cierto punto arbitrario, empero coinciden para este año procesos de generalización de la comida mexicana por todo el territorio de los Estados Unidos y la emergencia de expresiones culinarias como la “comida latina o hispana” cuya pretensión es arropar bajo un mismo paraguas diversas comidas de América Latina, del Caribe y de España.

La descripción y análisis de estas recetas es un viaje por la historia de la etnicidad y de la política identitaria de los mexicanos de los Estados Unidos. A través de las recetas y los recetarios se puede viajar a un mundo remoto en tiempo y espacio (Theofano, 2002). A través de los nombres de los platillos, los ingredientes y las formas de prepararlos, se puede advertir si éstos guardan una correspondencia con lo que realmente se comía en los hogares del grupo cultural al que van dirigidos estas recetas o, si las recetas reflejan sobre todo una aspiración cultural de élites culturales y políticas.

La tarea de describir y analizar estas recetas de cocina tiene varios propósitos. En primer lugar, la necesidad de rescatar un material valioso para la historia cultural de las comunidades mexicanas e hispanas de los Estados Unidos, así como para la historia de México y de los Estados Unidos en tanto se trata de pobladores que hicieron sus vidas en ambos países. Esta recuperación, también tiene como propósito el dar a las recetas una vida que en su tiempo no pudieron tener. Un justificante más en el uso de las recetas, es enfatizar la importancia capital de la comida para los mexicanos *transbravinos* quienes, pese a los propósitos de americanización y a los estereotipos negativos aplicados a sus comidas, pudieron mantener y alentar una comida mexicana que ha sido fuente de identidad y de riqueza económica para diversos grupos.

Desde la pérdida territorial de la mitad de México en 1848 que delimitó la frontera septentrional y marcó el inicio de la migración mexicana hacia los Estados Unidos, la comida en las comunidades mexicoamericanas creó una alerta cultural sobredimensionada si ésta se compara con lo sucedido en el México frontera adentro. Una alerta que se manifiesta en la carga cultural de símbolos y significados de los alimentos más allá de la función

---

1 La evolución de la comunidad mexicana en Estados Unidos implicó la incorporación del inglés como idioma nativo. El inglés, el español y el *spanglish* son, sin duda, parte fundamental de la experiencia mexicana en los Estados Unidos y como tal debe respetarse en los textos.

Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

biológica y psicológica de los mismos. Las comidas comunes de los migrantes y de la minoría mexicana que quedó atrapada del otro lado como resultado del despojo de 1848, adquirieron una significación particular en Estados Unidos. Esta alerta no ha parado hasta estos días y es también una buena razón para elaborar este ensayo (Hasia, 2002).

Este trabajo concibe a la comida como parte del *continuum* histórico de la presencia mexicana en lo que hoy son los Estados Unidos, caracterizado por procesos de inclusión y exclusión, cuyo resultado ha sido la negativa mexicana a asimilarse culturalmente frente a marcas culturales dominantes como el idioma inglés, la hamburguesa y el *hot dog*; en cambio, han combinado estas influencias culturales con la retención e invención de su lengua y su comida. El resultado ha sido una cultura de frontera, catalogada por ciertos autores como “mestiza”, lo cual denota de por sí una mezcla de influencias y acomodos culturales. Este mestizaje cultural rechaza elegir un lenguaje o una cultura; en cambio, es multilingüe y multicultural (Theofano, 2002).

La delimitación de la frontera despertó el interés de algunos periódicos estadounidenses por publicar temas relativos a los alimentos mexicanos desde el siglo XIX. Sin embargo, la publicación de recetas de cocina dirigidas a lectores hispanohablantes inició con el siglo XX, alentada por miembros de la comunidad mexicana y por compañías estadounidenses, tales como la “leche Border” o el “aceite Mazola”, que recientemente habían descubierto al nicho de mercado mexicano. A través de las recetas, estos negocios promocionaron el uso de sus ingredientes. Como una ironía, el mercado se adelanta en la tolerancia hacia los mexicanos, aunque ésta sea sólo como consumidores, del resto de los sectores de la cultura dominante norteamericana que por décadas excluyó e hizo sentir invisibles a los mexicanos.

Esto último forma parte central de la tesis de este artículo al considerar que el derrotero seguido por las recetas de cocina publicadas en periódicos es hacia una comida mexicana surgida de la experiencia de vivir en los Estados Unidos, la cual al combinar elementos estadounidenses y mexicanos, junto con la inventiva cultural propia de las comunidades mexicanas *transbravinas*, crean una comida mestiza o de frontera, caracterizada por una ausencia de lealtad a las culturas dominantes de los estados-nación, creando una especie de lo que Anzaldúa (1999) llama un “tercer país”.

Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

## Reflexiones sobre las recetas publicadas en periódicos

Las recetas de cocina dicen más cosas que una lista de ingredientes y los pasos a seguir para cocinar un platillo. Son textos seleccionados, ordenados y sistematizados que, por lo mismo, suponen procesos de descarte y al mismo tiempo de inclusión. Las recetas revelan de manera pública un conocimiento de cómo debe cocinarse. En este sentido, hasta cierto punto democratizan el conocimiento. Empero, al revelar el secreto, la receta se convierte en un intento por congelar la inventiva culinaria ya que se supone ésta constituye la “última palabra” de cómo deben hacerse las cosas y, diría Liora (1991), “un vocabulario y conceptos emergen”. Para Pilcher, un libro de cocina ayuda a unificar un país a través del intercambio de comida entre regiones, entre clases sociales y entre grupos étnicos, creando de esta manera un sentido de comunidad (Inness, 2001).

La publicación de recetarios requiere de escritores y lectores. Las minorías raciales y étnicas son a menudo orales, muchas veces porque carecen de conocimiento de la escritura de la cultura dominante o porque su escritura propia no es tomada en cuenta; otras veces, porque les es difícil acceder a la imprenta. Además de mostrar cierto grado de conocimiento, la receta escrita también refleja una posición de clase ya que al publicarla se demuestra cierta capacidad de elección de los comensales, más allá de lo estrictamente biológico. Bourdieu mantiene que la idea del “gusto” es una creación de la clase media porque sus miembros tienen libertad de elegir entre una comida u otra; por el contrario, el pobre comerá aquello que es barato. Este razonamiento es lo que lleva a Bourdieu a distinguir entre “gustos de lujo o elección” y “gustos de necesidad” (cit. en Inness, 2001). De alguna forma estas recetas para hispanohablantes, llevan implícita esta pretensión de clase mediana como una forma de sacudir el estereotipo negativo del mexicano como un eterno “peón”.

Diversos estudiosos al hablar de recetas se imaginan que éstas necesariamente tienen que haber sido publicadas en formato de libro. Se olvidan que para las minorías el recetario es una excepción porque a menudo éste no existe como tal en un libro, sino que nacen a goteo, es decir, se va publicando de receta en receta. La publicación de recetas en español en los Estados Unidos fue una empresa difícil para minorías raciales y étnicas como los mexicanos, debido principalmente a la poca importancia de las editoriales por imprimir recetas de comidas consideradas por el *mainstream* como inferiores y exóticas. Es por

Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

esta razón que las recetas eran publicadas en periódicos por ser éste casi el único medio de divulgación, lo cual demuestra el lugar que ocupaba la cultura mexicana y latina en el contexto de la sociedad norteamericana. Como afirma Liora (1991), los recetarios no sólo muestran los ingredientes y procedimientos, también muestran la combinación de culturas.

Además de las barreras para publicar recetarios, a los mexicanos se les escatimó y aún se les escatima la autoría de sus recetas, ya sea porque otros se las adjudican como propias por haberlas publicado primero o porque, y esto fue lo más común, se creó una narrativa que negó cualquier originalidad a las recetas publicadas por mexicanos radicados en los Estados Unidos. En cambio, las recetas publicadas por Anglos se han hecho pasar por verdaderas u originales. Esto ha sido documentado por el escritor mexicano Gustavo Arellano (2012), quien explica cómo la industria del recetario mexicano en los Estados Unidos ha sido un negocio millonario de escritores blancos que precisamente se creen portadores de las recetas originales de México, desdeñando el conocimiento y las propuestas culturales de inmigrantes y mexicoamericanos.

Platillos tan famosos como el guacamole se dieron a conocer en forma impresa y de manera generalizada de la mano de autores blancos como Irene Hoffman, quien para 1940 en su libro *The Book of Herb Cookery* introdujo la receta del mismo, consistente en aguacate machacado, *catsup*, cebolla, chile verde, limón, aceite de oliva y cayene (Liora, 1991). Este fenómeno de apropiación cultural no escapa del todo para recetas publicadas en periódicos, pues escritores como Betty Stacey enseñó desde inicios del siglo XX, a través de periódicos, cómo preparar tamales mexicanos (Stacey, 1904).

En el imaginario de la clase media y alta estadounidense, los mexicanos que viven en Estados Unidos sólo conocen los platillos de la pequeña comunidad de donde provienen, caracterizada por la pobreza; y que, por lo mismo, su dieta se restringe a maíz, frijol y chile. De acuerdo con esta idea, los mexicanos no viajan ni tienen capacidad económica para adquirir alimentos en restaurantes. Esto conduce a que tengan un conocimiento limitado de los platillos de México.<sup>2</sup> En cambio, muchos estadounidenses viajan a diversas partes

---

2 Este estereotipo se aplicó por igual a inmigrantes de México que a mexicanos nacidos en los Estados Unidos. Cabe recordar que la literatura por muchas décadas no hizo distinción alguna entre estas dos clases de mexicanos; a todos por parejo los llamó migrantes. Fue hasta los años 20 del siglo anterior que Manuel Gamio y un pequeño grupo de científicos sociales empezaron a enfatizar esta distinción.

Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

de México y tienen dinero para probar diversos alimentos, lo que los pone en contacto con los platillos que luego aprenden a cocinar y los publican como propios. Desde hace siglos los estadounidenses han utilizado los relatos de viajes en el que exponen las experiencias vividas, incluida el consumo de comida mexicana, como un instrumento poderoso para mostrar conocimiento sobre México. El viaje y la narración del mismo, dos pruebas de supuesta civilización, no sólo les ha permitido a estos viajeros adjudicarse un conocimiento diverso de la culinaria mexicana, sino también reclamar un contacto de primera mano de cómo se elabora y se consume cierto platillo, lo que le hace sentir que conoce la versión original de la receta.

Este prejuicio del desconocimiento de la comida mexicana por parte de todos los mexicanos radicados en Estados Unidos puede ser rebatido desde varios ángulos. La confluencia de migrantes venidos de diversos lugares, permitió el intercambio de conocimiento de platillos y de su elaboración, así que en un espacio fronterizo se puede conocer una diversidad gastronómica sin necesidad de viajar. También es un prejuicio pensar que todos los mexicanos eran de clase trabajadora. Se debe tener en cuenta que, aparte de los mexicoamericanos que gozaban de cierta prosperidad financiera, durante la Revolución mexicana hubo una migración de mexicanos de clase media y alta, quienes fundaron negocios, entre ellos periódicos, y participaron políticamente a un nivel binacional.

Este *cohorte migratorio*, adoptó posiciones militantes en la defensa de la cultura mexicana y contra el racismo. Tal vez utilizaron la publicación de recetas para combatir estos estereotipos y coadyuvaron en el posicionamiento de nombres hispanos entre los lectores de periódicos. Por eso cuando aún no se conocían nombres de autores hispanos que hubiesen publicado recetarios en los Estados Unidos, en los periódicos de este país desde los años 20 del siglo XX, personajes como Francisco Valdez (reconocido como “reputado cocinero”) en California, Beatriz Sandoval en Nueva York, Beatriz (sic) R. Hinojosa (Texas), Beatriz Blanco, quien dirigió la sección “Hogar y Sociedad” en *La Prensa* de San Antonio, Texas, sucedida luego por María del Castillo, y María Teresa Luna de *Vida Latina* (Chicago), formaron parte de autores, con apellidos hispanos, de recetas de cocina y expertos en asuntos del hogar.<sup>3</sup>

---

3           Que se reconociera en los periódicos a personas con apellido hispano como cocineros, autores de recetas de cocina o consejeros del hogar, fue logro que no se consiguió hasta muy tarde en los libros de cocina. En este sentido, el periódico (hispano, principalmente) fue un medio que se adelantó en valorar y reconocer la contribución cultural de los hispanohablantes en los Estados Unidos.

Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

Las recetas de los primeros años (1905-1930), al parecer van dirigidas a una audiencia capaz de leer y escribir, con conocimientos culinarios propios de sociedades modernas y cuya herencia culinaria debería ser preservada y difundida. Por ello, se priorizó la publicación de recetas de cocina de comidas europeas como una forma de acomodarse a lo que en aquel momento se entendía como lo más civilizado y, de defenderse de las críticas de las que era objeto la comida mexicana tradicional basada, de acuerdo con estereotipos, en maíz, frijol y chile. La comida europea era, en este entendido, un reflejo de modernidad, civilización y blancura, lo que de alguna manera los separaba de las prácticas culturales de lo indígena, un sinónimo de atraso en aquel tiempo.

Una especie de contradicción manifiesta, es la diferencia entre las recetas de cocina y las comidas de fondas y restaurantes, ambas publicadas en periódicos. En un mismo periódico se pueden ver la publicidad de fondas y restaurantes mexicanos que anunciaban ya desde el siglo XIX, enchiladas, tamales, menudo y, desde las primeras décadas del siglo XX, los “Tacos potosinos” y las “Tostadas jaliscienses”, mientras que en las recetas de cocina se recomienda la preparación y consumo de comida francesa. Esta paradoja que muestra la gran diferencia entre lo que se recomienda a los lectores y lo que se sugiere a los comensales de fondas, habla de una política identitaria de doble filo ya que por un lado, a través de las recetas de cocina publicadas en periódicos se advierte una preocupación por mostrarse a la altura de la moda culinaria supuestamente “moderna” y, en contraparte, los menús de las fondas anunciados en los mismos periódicos muestra no sólo los platillos en boga sino la importancia comercial de la comida mexicana tradicional.

En esta primera etapa hay una urgencia por transmitir conocimiento científico aplicado a la cocina, y enseñar a los lectores prácticas culinarias de la mejor cocina de aquel tiempo como era el caso de la francesa, pero bajo la égida de la racionalidad norteamericana, basada ésta en el uso de la ciencia impulsada por la “Economía del Hogar” que prometía ahorro y exactitud.<sup>4</sup> Como bien apunta Liora (1999): desde el siglo XIX hasta 1918 la cocina norteamericana fue gobernada por el espíritu científico, que se creyó liberaba a su gente

---

4 En esta primera etapa las recetas se caracterizaron por el uso de medidas anglosajonas como la onza, la libra y el *pint*. Además de que su manufactura requería muchas horas y a veces, días. La “Economía del Hogar” fue un proyecto a nivel mundial encaminado a enseñar a las mujeres a cómo ser amas de casa aplicando principios científicos. Para la diseminación de este proyecto, se fundaron escuelas, carreras profesionales, posgrados, etc. Y se generaron empleos para contratar a quienes tenían formación en esta materia.

Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

del desperdicio, enseñándoles hábitos correctos. Se creía que trabajadores e inmigrantes eran los grandes obstáculos porque se negaban a reducir sus gastos y a americanizar sus comidas. Dos recetas aparecidas en 1905, “Ejotes a la francesa” y “Encurtido de tomate”, tienen este propósito (*El Clarín del Norte*, 1905, p. 9):

### **Ejotes a la francesa**

Se procuran de tamaño uniforme los ejotes y se guardan en salmuera por tres días. Se le quita la salmuera y se lavan los ejotes colocándolos en frascos, agregando partículas de chile colorado y especias. Cúbranse con vinagre bien sazonado con especias; tápese y guárdese en un lugar fresco y oscuro.

La idea del ahorro y del aprovechamiento de todos los alimentos con el fin de evitar el desperdicio perduró por varias décadas en los Estados Unidos y se profundizó en los períodos de guerra cuando el gobierno racionaba los alimentos. Esta experiencia de guerra ha estado siempre presente en los alimentos y en las recetas de cocina de la sociedad estadounidense. Por lo anterior, el uso de los sobrantes, una receta publicada en 1915 en Texas, ha sido un tema permanente en la culinaria de los Estados Unidos.<sup>5</sup> Al mismo tiempo, los Estados Unidos han sido desde la colonia un país de carnes y lácteos, lo cual constituyó también una enseñanza para los inmigrantes en cuyas dietas escaseaba la proteína animal.

La convergencia de culturas en un país como los Estados Unidos, permitió a los mexicanos hacer suyos platillos como la polenta que, si bien se sugiere en su receta el uso de carne que en la receta original no se incluía, el nombre fue adoptado como tal (*La Prensa*, 1917). En este mismo orden, en 1916 con el título en el encabezado de “Platos Cuákeros”, *La Prensa* de San Antonio publicó la receta de “Albóndigas pimentadas”, y *La Noticia Mundial* (1927) dio a conocer “Huevos a la americana”.

---

5 Hacia finales de los años 30 y principios de los 40 eran populares las recetas cuyo nombre estaba acompañado del adjetivo “económico” debido tanto a la crisis mundial de 1929-1933, que aún dejaba secuelas a finales de la década, y a la Segunda Guerra Mundial que provocó racionamiento de alimentos. Entre estos alimentos económicos estaban los chilaquiles y los tacos.

Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

### Albóndigas pimentadas

Se pone dentro de una cacerola, dos libras de tripa, cuatro patas de ternera y un pimiento colorado. Se cubre con agua fría y se cocinan hasta que queden blandas. Se seca la carne y se corta en pedacitos, separando los huesos. Se espuma, para quitar la grasa, se vuelve a poner la carne en el líquido, se añade agua hirviendo, si es necesario, y se hierva dentro de una cucharadita de albahaca y mejorana, dos cebollas peladas, dos papas y sal al gusto. Se cocina hasta que los vegetales se ablanden, añadiendo un pedazo de mantequilla untada en harina: se hacen pelotas y se cocinan por 15 minutos.

Las recetas publicadas en periódicos como las antes mencionadas eran un fenómeno reciente si esto lo comparamos con la larga tradición de anunciar, al menos los nombres de platillos mexicanos, en periódicos publicados en español, inglés o bilingües en Estados Unidos. Y es que desde mitad del siglo XIX en los antiguos territorios del norte de México se forjó una manera de vender alimentos y otros artículos a los mexicanos que quedaron del lado estadounidense. Esta manera estuvo basada en el uso del periódico en castellano, en destacar que los productos eran propios para el consumo de la comunidad mexicana y que éstos pertenecían culturalmente al colectivo mexicano. Pero la historia de las recetas publicadas en periódicos fue un poco diferente. Las recetas aparecieron hasta el siglo XX y en las primeras décadas no se difundieron recetas de la cocina mexicana, sino recetas escritas en español que hacían mención de comidas de países europeos. La primera mención de un platillo con alusión a que éste era mexicano aparece en 1921 en los Ángeles, California, a través de la publicación de la receta “guajolote relleno a la mexicana” (*El Heraldo de México*, 1921).

Aunque aparece la palabra “mexicana”, su preparación incluye ingredientes como leche, ciruela española, almendra; así como aceituna, pimienta y vino tinto, materias primas poco comunes en la cocina mexicana del suroeste norteamericano donde vivían la mayor parte de los mexicanos.<sup>6</sup> Igualmente, en este mismo año aparece la receta de “Ostiones a la veracruzana”, cuya receta demanda conocimiento de cocina y destreza a la hora de su preparación (*El Heraldo de México*, 1921).

---

<sup>6</sup> Al igual que en los platillos, las recetas de postres privilegian el uso de frutas e ingredientes poco comunes en el consumo mexicano tales como grosellas, zarzamoras y frambuesas.

Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

### Guajolote relleno a la mexicana

Después de bien limpio el guajolote se rellena con lo siguiente: Para una libra de carne de puerco, una pieza de pan de seis onzas que se pone a remojar en leche, tres onzas de ciruelas pasas de España, tres onzas de almendra y tres de aceitunas. Se mezcla todo esto con la carne; se sazonan con sal, pimienta, especias, una taza de vino tinto y dos huevos, se efectúa el relleno y se pone el guajolote al horno por espacio de dos horas. El horno debe estar a un calor moderado.

Las recetas en español por estos años no descuidaban mostrar que la comunidad hispano hablante tenía en España un referente culinario digno de ser rescatado y difundido. Por ello en 1921 aparece publicada la receta de “Bacalao a la vizcaína” en donde, entre otras cosas, se recomienda el uso de aceite de España. Además, se pedía el uso de nabos, setas y carne de carnero, todos ellos ingredientes poco conocidos y utilizados en el México *transbravino*, compuesto mayormente de clase trabajadora. También, como parte de la latinidad que contraponen la sajonia, las comidas francesas como el “Guisado a la francesa” y la “Vaca a la Matelot” eran recomendaciones cotidianas.

Aunque, debe apuntarse, que desde esta tercera década se empieza a empujar la idea de posicionar comidas mexicanas, incluso aquéllas que por mucho tiempo fueron satanizadas en los Estados Unidos tales como el “menudo” cuya receta para 1924 fue publicado en *La Prensa* de San Antonio, Texas, con el título de “Mondongo” en su versión cubana y veracruzana. Es decir, la evolución de las recetas muestra al mismo tiempo, procesos de “civilización” culinaria y posicionamiento de tradiciones latinas. Este doble proceso también tuvo su expresión en la discrepancia entre el lenguaje utilizado en los periódicos para nombrar los enseres de cocina anunciadas en las tiendas mexicanas y el lenguaje de estos mismos en las recetas; por ejemplo, *molcajete versus almirez*.

La tendencia por posicionar la comida mexicana que realmente se consumía en los hogares mexicanos de los Estados Unidos continuó en la tercera década del siglo XX. Es en este contexto que en 1926 se publicó la receta “Manitas de puerco a la poblana”, en donde no sólo se recomienda una parte del cerdo detestada por la cultura dominante de los Estados

Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

Unidos, sino también el uso de utensilios como cazuela de barro que tampoco se escapaba de las críticas de los higienistas de aquel país.<sup>7</sup>

Uno de los propósitos de las recetas fue mostrar pátina culinaria y músculo cultural a los lectores hispanos y al resto de la sociedad estadounidense. Una pequeña muestra de ello se da cuando *La Prensa* (1927) en San Antonio, Texas, publica la receta de “Jamón de pescado”, y donde se agregó la siguiente nota al final: “este plato resulta tan agradable a la vista como al gusto y fue ideado por los cocineros de Felipe V”. Este bagaje cultural comprendía todo lo acumulado por la hispanidad en Europa y América. Al mismo tiempo que a través de las recetas se posiciona la valía cultural hispana, hay indicios de procesos de americanización al mostrar la forma de preparar platillos como los sándwiches y conminar al uso de ingredientes de la agricultura norteamericana como las espinacas, espárragos y betabel.

En la segunda etapa (1930-1960), aunque sigue destacándose la comida europea, las comidas regionales de México siguen en aumento. Por ejemplo, el “Atole de plátano” de Nayarit que apareció publicado en Texas en 1932. Lo mismo sucede con la receta de “Migas” del estado de Morelos y publicada en el mismo año, “Mole negro de guajolote” de Oaxaca, “Levantamueertos” de Michoacán, “Venado asado” de Durango, “Pozole blanco” de Guerrero, y “Sopa de tortilla” tapatía. Vale comentar que la Segunda Guerra Mundial enmudeció a los periódicos en cuanto a la publicación de recetas de cocina. Tal vez las noticias de la guerra ocuparon los espacios de los recetarios o las preocupaciones y la zozobra no eran propicias para escribir, publicar y leer recetas de cocina. Fue hasta los años 50 cuando reinició la publicación de recetas, mismas que combinaron recetas europeas con recetas mexicanas como el “Escabeche estilo veracruzano”, los “Chiles rellenos en escabeche” y “Filete de pescado con nopalitas”.

Poco antes del Movimiento por los Derechos Civiles, empezaron a aparecer en los periódicos de diferentes estados de la unión americana, recetas de platillos mexicanos forjados al calor de la experiencia de vivir y nacer en los Estados Unidos. Estos platillos fueron publicados, las más de las veces en inglés, en periódicos con fuerte orientación chicana. Muchos de los ingredientes recomendados en estas recetas ya no tenían la

---

<sup>7</sup> Este proceso de mexicanización de la comida también incluyó el uso cada vez más frecuente del sistema métrico decimal en los pesos y volúmenes, dejando atrás el sistema anglosajón de libras, onzas, y otras medidas.

Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

carga de nostalgia por “lo natural” que era propia de las recetas de migrantes, sino que eran recomendaciones culinarias pragmáticas donde incluso se conminaba al uso de materias primas industrializadas como tomates o chiles enlatados (*Latin Times*, 1959).

La última etapa, de 1960 a 1984, se caracterizó por una existencia simultánea de diversas versiones de comida mexicana en los Estados Unidos. Será a partir de los 1960 que la publicación de recetas mexicanas y latinas aparecen en gran número en los periódicos en inglés, aunque el nombre del platillo estaba en español. La particularidad de esta etapa es que se trata de recetas de platillos tradicionales mexicanos reelaborados y reinventados en Estados Unidos. Se trata de preparaciones más apegadas a lo que realmente se comía en la mayoría de los hogares mexicanos de los Estados Unidos como los “Dentros de cerdo”, “Ensalada de lengua en escabeche”, “Carne adobada y chorizo”, “Arroz”, “Sopa de fideo”, “Salsa para enchilada”, “Huevos rancheros” (Ideal, 1970, p. 2), “Chiles rellenos”, entre otras preparaciones.

### **Huevos rancheros**

1 litro de salsa de chile, 1 cucharadita de azúcar, 2 cucharaditas de vinagre, ½ cucharadita de orégano, ½ taza de agua, 6 huevos, 6 tortillas, aceite. Frijoles refritos.

1. Poner la salsa de chile, el azúcar, el vinagre, el orégano y el agua en una sartén grande. Llevar a ebullición y cocinar cinco minutos.
2. Romper los huevos en la salsa y pocharlos.
3. Freír las tortillas, una a la vez, en una media pulgada de aceite hasta que estén crujientes. Escurrir en una toalla de papel.
4. Sumerja las tortillas en la salsa, póngalas en un plato individual, cúbrealas con los huevos y sirva los frijoles en un lado.

Rendimiento: seis porciones.

Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

La efervescencia política de los 60 y 70 en los Estados Unidos, en los que se inscribe el Movimiento Chicano, mismo que formó parte de los reclamos de inclusión social de minorías de color, minorías sexuales y ambientalistas, modificó de manera muy importante la forma y contenido de la publicación de recetas de comida mexicana. En unos cuantos años los periódicos empezaron a llenar sus planas de recetas de cocina de una comida para hispanohablantes que ya no hacía alusión a las comidas de Europa o a lo que se entendía como “la buena cocina”. Tampoco eran recetas de la nostalgia migrante, llena de remembranzas de las comidas que los migrantes habían dejado atrás cuando partieron rumbo al norte. Eran recetas de mexicanos de acá de este lado, resultado de su contacto con la cultura dominante, con la cultura mexicana y con el resto de culturas que convergen en los Estados Unidos.

Las recetas fueron una de las formas de manifestar la política identitaria de esta generación mexicoamericana, caracterizada, como afirma Chávez (2002), por el uso de un *protonacionalismo* que los mexicoamericanos construyeron para combatir todo aquello que les disgustaba de la cultura dominante, abrazando de esta manera los nuevos significados y valores emanados de este movimiento social, cultural y político. Al comparar lo que realmente comían en casa y las comidas que se vendían en los restaurantes mexicanos, se puede advertir que las recetas de cocina publicadas en periódicos tenían poca relación con las dos primeras.

Quizás el racismo, la exclusión y el constante hostigamiento hacia la cultura mexicana, provocó una especie de complejo de inferioridad, el cual, a su vez, moldeó la línea editorial de los periódicos para que se avocaran a publicar recetas de cocina que dieran cuenta de una comunidad hispana-mexicana culta, dueña de tradiciones europeas y capaz de entender y discutir temas de la “buena mesa”. Envueltos en un movimiento político, social y cultural que reclamaba un espacio para las minorías desdeñadas por siglos, la generación chicana aprovechó la oportunidad para dejar atrás este complejo de inferioridad, al decidir publicar y recomendar los alimentos que se cocinaba en las barracas, en los furgones de ferrocarril que servían como casas, y en los barrios.

Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

## Conclusión

Las recetas de cocina publicadas en periódicos y dirigidos a hispanohablantes son fuentes valiosas que dan cuenta de la evolución de la política identitaria de la comunidad mexicana radicada en los Estados Unidos. Aunque no es común que sean los periódicos los medios que difundan recetas de cocina, este hecho advierte el lugar marginal que ocupó la cocina mexicana en el imaginario social y en la cultura dominante. Relegar su publicación a los periódicos lleva el mensaje de ser una comida de minoría cultural y política. Sin embargo, estas recetas aparecidas en periódicos desmienten la invisibilidad de la cultura hispana en la arena cultural estadounidense, a la vez que muestra a los mexicanos como agentes de cambio y labradores de su porvenir, independientemente del zigzag de su política identitaria la cual, en el siglo XIX, defendió su valía cultural porque nunca se sintió menos frente a otras culturas, mientras que durante la primera mitad del siglo XX buscó, a través de las recetas europeizadas, dar a conocer que los mexicanos no eran atrasados o primitivos como solían definirlos algunos intelectuales y agencias gubernamentales, así como algunos *magazines*. La revolución identitaria de 1960 y 1970, regresó el orgullo de ser mexicano, pero esta vez no se trataba del mexicano que cruzó la frontera con sus maletas llena de recuerdos y nostalgias, sino del mexicano que había nacido y crecido en Los Ángeles, California, en San Antonio, Texas o en Chicago, Illinois, y que reclamaba un espacio para mostrarse como hacedor de cultura como todos los humanos de la tierra, con una cultura leal a sí misma.

Comida mexicana en los periódicos estadounidenses:  
de los platos europeos a una comida de frontera (1905-1984)

Dr. Juan Manuel Mendoza Guerrero

## Bibliografía

- Anzaldúa, G. (1999). *Borderlands La Frontera: The New Mestiza*, segunda edición, San Francisco, Aunt Lute Books.
- Arellano, G. (2012). *Taco USA: How Mexican Food Conquered America*, New York: Scribner.
- Chávez, E. (2002). *My People First! ¡Mi Raza Primero!: Nationalism, Identity, and Insurgency in the Chicano Movement in Los Angeles, 1966-1978*. Berkeley: University of California Press.
- El Clarín del Norte (8 de octubre de 1905). *Safest Food*. El Paso, Texas, p. 9.
- El Herald de México (17 de abril de 1921). *Mexican Recipes*. Los Ángeles, California, p. 7.
- Hasia R. Diner (2002). *Hungering for America: italian, irish, & jewish foodways in the age of migration*, Harvard University Press.
- Ideal (1 de agosto de 1970). *Household*. Coachella, California, p. 2.
- Inness, S. (2001). *Diner roles: American women and culinary culture*, Iowa: University of Iowa Press.
- La Noticia Mundial (20 de noviembre de 1927). *Hispanic Americans*. Chicago, s/p.
- La Prensa (23 de diciembre de 1916). *Mexican Food*. San Antonio, Texas, p. 6.
- La Prensa (4 de abril de 1917). *Hispanic Recipes*, San Antonio, Texas, p. 6.
- La Prensa (27 de febrero de 1927). *Flavors*, San Antonio, Texas, p. 14.
- Latin Times (3 de diciembre de 1959). *Tricks*, Chicago, p. 3.
- Liora, G. (1991). *Telling the story of ethnicity: American cookbooks, 1850-1990*. Thesis, State University of New York.
- Stacey, B. (20 de octubre de 1904). *Tamales for the Hallowe'en Party*. The Christian Advocate, p. 36.
- Theofano, J. (2002). *Eat My Words: Reading Women's Lives through the Cookbooks they Wrote*, New York: Palgrave.