

## Elaboración de chongos zamoranos

### Preparation of chongos zamoranos

*Blanca Azalia López-Hernández<sup>a</sup>, Juan Francisco Gutiérrez-Rodríguez<sup>b</sup>,  
Juan Ramírez-Godínez<sup>c</sup>*

---

#### Abstract:

Zamorano chongos are considered one of the emblematic desserts of Mexican cuisine, specifically in Zamora Michoacán, their elaboration dates back to the arrival in Mexico of cows brought from Europe and the production of milk during the viceroyalty, product of the search for the conservation of milk by means of curds that later became cheeses, this dessert suggests the culinary tradition that the convents inherited from us and that continues to this day.

#### Keywords:

Milk, viceroyalty, curd

---

#### Resumen:

Los chongos zamoranos son considerados uno de los postres emblemáticos de la cocina mexicana, específicamente en Zamora Michoacán, su elaboración se remonta a la llegada a México de las vacas traídas desde Europa y la producción de leche durante el virreinato, producto de la búsqueda de la conservación de la leche por medio de cuajadas que posteriormente se convertían en quesos, este postre sugiere la tradición culinaria que los conventos nos heredaron y que se sigue vigente hasta el día de hoy.

#### Palabras Clave:

Leche, época virreinal, cuajada

---

## Introducción

Los chongos zamoranos son una receta cuyo origen se atribuye a la llegada de los colonizadores españoles a tierras mexicanas, quienes introdujeron la producción y consumo de leche, considerados de origen virreinal, el nombre de chongos hace alusión a los peinados que se hacían las mujeres de aquella época. 1

Se tiene conocimiento que los primeros chongos zamoranos se elaboraron a partir de calostro de vaca (que es la primera secreción al momento del parto), la cual se coagula naturalmente.

Al tenerse una producción basta de leche en México, este producto se comienza a conservar por medio de cuajadas que se convertirían posteriormente en quesos, sin embargo, se cuenta que su creación se debió a una joven que estaba enamorada, que, al estar haciendo esta preparación, confundió la sal con azúcar y agregó esta última a la cuajada, creando así un almíbar con el suero dando paso a la formación de los chongos. 2

La leche se define como la secreción de las glándulas mamarias de un mamífero hembra, que se obtiene después del parto, esta contiene nutrientes e inmunoglobulinas que confieren protección y aporte nutricional a los críos. En cuanto a su composición

---

a Autor de Correspondencia, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, <https://orcid.org/0000-0003-4238-1246>, Email: [blanca\\_lopez@uaeh.edu.mx](mailto:blanca_lopez@uaeh.edu.mx)

b Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, <https://orcid.org/0000-0002-4225-563X>, Email: [juanfg@uaeh.edu.mx](mailto:juanfg@uaeh.edu.mx)

c Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, <https://orcid.org/0000-0001-7718-0546>, Email: [juan\\_ramirez@uaeh.edu.mx](mailto:juan_ramirez@uaeh.edu.mx)

Fecha de recepción: 18/04/2023, Fecha de aceptación: 23/04/2023, Fecha de publicación: 05/06/2023

podemos mencionar que la leche de casi todos los mamíferos contiene en su mayoría agua, que es el componente mayoritario, mientras los componentes que están en menor cantidad son los carbohidratos, proteínas, lípidos, vitaminas y minerales. 4

Los chongos zamoranos se obtienen por la coagulación de las proteínas que contiene la leche; las cuales están conformadas por tres grandes grupos: las caseínas, las proteínas del suero y las proteínas presentes en la membrana del glóbulo graso. Las caseínas son el grupo mayoritario de este producto y están constituidas por tres diferentes tipos de caseínas; ya que contienen diferentes tipos de aminoácidos los cuales pueden tener naturaleza hidrofóbica o hidrofílica y están ordenados de forma distinta y la longitud de estos aminoácidos también es variada. 4

Para la preparación de este producto se realiza una coagulación enzimática que consiste en generar un desorden en las micelas de proteína de la leche, esta situación se genera cuando la enzima proteolítica o cuajo (que puede ser microbiana, vegetal o animal), rompe la kappa-caseína; cuando ocurre esto las proteínas se precipitan, coagulan y liberan agua, en la cual la fracción hidrofóbica de la kappa-caseína (aminoácidos 1 al 105) se precipita en conjunto con las caseínas alfa y la caseína beta para obtener la para-kappa-caseína (insoluble). 5

Por lo anterior, el objetivo de la práctica fue preparar chongos zamoranos por medio de la coagulación enzimática de la leche, para dar difusión de las recetas de origen conventual e industrializadas.

## Desarrollo

a) **Nombre de la práctica:** Elaboración de chongos zamoranos

b) **Insumos requeridos para su realización**

**Tabla 1.** Ingredientes utilizados en la preparación

Ingredientes	Cantidad
Leche	5.000 L
Cuajo	0.005 L
Cloruro de calcio	0.001 Kg
Azúcar	0.200 Kg
Piloncillo	0.100 Kg
Canela	0.002 Kg
Esencia de vainilla	0.005 L

## c) Procedimiento

1. El calcio se disuelve en 10 mL de agua y se incorpora a la leche.

2. La leche se calienta entre 32 a 37 °C, posteriormente se agrega el cuajo disuelto en 10 mL de agua.

3. Dejar coagular durante 30 minutos.

4. Cortar la cuajada en cuadros de 10 cm aproximadamente y colocar.

5. Poner a calentar la cuajada a fuego lento y agregar el piloncillo.

6. Dejar hervir durante tres horas, aproximadamente hasta favorecer un color café.

6. Envasar en recipientes de vidrio previamente limpios y esterilizados.

Utensilios: Olla de barro, termómetro, cuchillo, pala de madera.

## Conclusión

Los chongos zamoranos son un alimento que se introduce a partir de la colonización de México, se elaboran a partir de la coagulación de la leche y azúcar y que gracias a esto la leche puede alargar su vida útil, actualmente se cuenta con diferentes tipos de cuajos obtenidos de flores, bacterias y calostro lo que permite su diversificación y fácil producción.

## Referencias

- [1] Larousse Cocina (2023). Chongos zamoranos. <https://laroussecocina.mx/palabra/chongos-zamoranos>
- [2] México Desconocido (2023). Como hacer chongos zamoranos <https://www.mexicodesconocido.com.mx/como-hacer-chongos-zamoranos-receta.html#>
- [3]. Elaboración de productos lácteos. (2011) Manuales para la Educación Agropecuaria. Área: industrias rurales. Edit. Trillas.
- [4] Alais, C. (1994) Ciencia de la Leche. Editorial Continental. 5ta Edición. México DF, México.
- [5] Amiot, J. 1991. Ciencia y Tecnología de la leche. Editorial Acribia, S.A.Zaragoza, España