

## Elaboración de cochinita pibil

### Cochinita Pibil Preparation

José Armando Carrillo Silvano <sup>a</sup>, Jair Emmanuel Onofre Sánchez <sup>b</sup>, Laura de Guadalupe Vázquez Paz <sup>c</sup>

---

#### Abstract:

The traditional method of cooking cochinita starts in the Piib (undergrown oven) that gives it marked flavors. Representative dish of the Mayan culture with a great meaning, it is prepared in guilds, village festivals and even family gatherings. The characteristics of the dish vary depending on the region where it is prepared as well as the ingredients.

#### Keywords:

Mayan, recado, festivities

---

#### Resumen:

El método tradicional de la elaboración de la cochinita es partiendo del Piib (horno bajo tierra) que le dan sabores marcados. Platillo representativo de la cultura maya con un gran significado, se elabora en gremios, fiestas del pueblo e incluso en las reuniones familiares. Las características del platillo varían dependiendo de la región donde se elabore así como los ingredientes.

#### Palabras Clave:

Mayas, recado, festividades

---

### Introducción

La cocina tradicional mexicana mucho más allá de asegurar la subsistencia de sus pueblos, es fuente rectora y referencia cosmogónica que ordena la vida espiritual y material a través de los hábitos alimentarios, va más allá del hecho de alimentarse y de asignar valor a recetas y fórmulas para cocinar. Se trata de un verdadero sistema cultural que abarca desde la religiosidad y los rituales que han guiado a las civilizaciones mesoamericanas hechas de maíz, hasta el manejo armónico del medio ambiente desde tiempos remotos. Va desde los hábitos de añejo arraigo, aglutinantes del grupo social, hasta el equilibrio nutricional y, por supuesto, hasta las prácticas y el uso de ingredientes culinarios característicos que han rebasado, por su fuerte singularidad, las fronteras de la nación.\*

---

\* Tomado de la argumentación técnica de "El expediente Pueblo de maíz. La cocina ancestral de México" de Cristina Barros, CONACULTA, 2005.

El Piib es una técnica ancestral maya que se utiliza para conservar o elaborar alimentos tradicionales así sea cotidianos, festivos o ceremoniales. El Muuk es el nombre que se le da al hoyo o hueco en la tierra cuyo significado es enterrar y designa poder, razón por la que el tamal para el ritual de los muertos Hanal Pixán† es llamado **Muuk**-bipollo o **mu**c**i**bipollo que se refiere al hecho de enterrarlo, y **Piib**-ipollo o pibipollo técnica que consiste en cocer en el Muuk.

#### Los recados

Recado es el nombre que recibe la mezcla de especias e ingredientes aromáticos molidos indispensables en la cocina de la península de Yucatán como sazónadores de

† Hanal Pixán significa "comida de las almas" en maya, es una celebración que tiene lugar en los pueblos y ciudades de la península de Yucatán, a través de la cual se recuerda a los difuntos de una forma festiva llena de color y comida.

---

<sup>a</sup> Universidad Tecnológica de Cancún, División de Gastronomía, Email: silvano9629@gmail.com

<sup>b</sup> Autor de Correspondencia, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Instituto de Ciencias Económico Administrativas, Email: jair\_onofre6570@uaeh.edu.mx

<sup>c</sup> Universidad Tecnológica de Cancún, División de Gastronomía, Email: lvazquez@utcancun.edu.mx

múltiples guisos y platillos. Estos recados son elaborados de forma artesanal en las comunidades mayas de donde se obtiene la materia prima principal, como la semilla de achiote para el recado rojo o el chile Cha'wa para el recado negro. También se pueden comprar preparados en puestos especiales en los mercados populares.

**El achiote** (Bixa orellana): La base para preparar la cochinita típica parte de una pasta elaborada con semillas de achiote y especias variadas desleídas con naranja agria. Planta de la región del Amazonas, desde donde partió, hace cientos de años, al resto del mundo para dar sabor y color a una infinidad de platillos. En México su nombre proviene del náhuatl *achiyotl*, de *achi*, grano o semilla, aunque también recibe otros nombres según los diferentes grupos étnicos.

Desarrollo:

I. Objetivo general de la práctica

Elaborar cochinita pibil a partir de productos obtenidos en la localidad de Pachuca Hidalgo.

II. Implementos a utilizar

Insertos, bowl, tabla, cuchillos, molino de mano, horno.

III. Insumos requeridos para su preparación

Ingredientes primarios de la cochinita

Recado rojo		
Achiote (semillas )	0.500	Kg
Ajo	4	Pza
Canela	0.005	Kg
Cebolla blanca		
Cebolla morada	0.090	Kg
Cerdo	5.000	
Clavo	4	pza
Chile habanero	0.010	
Hoja de platano	8	Pza
Laurel	3	Pza
Limón	0.100	Lt
Naranja	0.500	Lt

Oregano	0.004	pza
Pimienta negra	0.010	kg
Pimienta tabasco	0.010	pza
Sal	0.0	c/n

Tabla 1. Elaboración propia

#### IV. PROCEDIMIENTO

1. Precalentar el horno a 200 °c y bajar a 180°c. (Vapor)
2. Hidratar las semillas de achiote con agua de 5 a 10 min. Con agua a temperatura ambiente.
3. Moler las semillas de achiote seguido de la cebolla blanca, ajo, laurel, orégano, pimienta tabasco, pimienta de castilla y la canela. Pasar en el molino de 6 a 8 pasas hasta obtener una pasta.
4. Mezclar el jugo de la naranja con el limón hasta obtener un sabor ácido dulce y desleír el recado en la mezcla e incorporar sal.
5. Marinar el cerdo con la mezcla de recado, realizar incisiones en las piezas del cerdo de tal manera que todas las partes queden cubiertas con la preparación.
6. Limpiar las hojas de plátano acomodar en el inserto de tal manera que la carne no esté en contacto directo con el inserto.
7. Agregar las piezas del cerdo en el inserto de tal manera que las partes con mayor grasa queden hacia abajo en incorporar el resto de la mezcla del achiote y un poco de agua.
8. Cubrir con las hojas de plátano restante y colocar aluminio de tal manera que no se fugue el vapor.
9. Hornear de 5 a 6 horas.

Complemento

Salsa Xnipec

1. Calentar agua.
2. Cortar la cebolla morada en cubos o pluma.
3. Agregar el agua caliente a la cebolla y dejar reposar de 10 a 15 minutos para reducir la resina (desfleamar).
4. Agregar jugo de limón y sazonar con laurel, pimienta y sal.
5. Tatemar el chile habanero, tamular y agregar a la preparación.

#### V. CONCLUSIONES

Se concluye que, a partir de los productos locales encontrados en los mercados de Pachuca, Hgo. Se puede elaborar el platillo emblema de la península de Yucatán con características similares a la realizada en la región antes mencionada, respetando los procesos y sabores representativos de tan suculento platillo.



Imagen 1. Autoría propia



imagen 2 Autoría propia

## Referencias

- [1] Vazquez, D. G. (2009). El Píib maya, ¿Procedimientode cocina ritual o espejo étnico actual? "el Píib como nexa simbólico y Ritual prehispánico". *Arqueología Mexicana, N° 99 de la crónica a la Arqueología.*, 80, 81, 82 y 83.
- [2] Jiménez Villanueva , M. (15 de Junio de 2010). Universidad Autónoma del Estado de México. Obtenido de [http://web.uaemex.mx/Culinaria/sexta\\_numero/art\\_01.pdf](http://web.uaemex.mx/Culinaria/sexta_numero/art_01.pdf)