



# El aguacate más mexicano

Identifícalo por el color, sabor, grosor de la cáscara



**A**nímate a comer aguacate criollo este mes patrio, un alimento tradicional que puedes comer solo, con un poco de sal, o acompañarlo con una tortilla. Este fruto es de color verde o negro, de cáscara delgada, olor intenso y una textura muy similar a la de la mantequilla. Algunos acostumbran comerlo con todo y cáscara.

Este aguacate es un alimento antiguo; prueba de ello son los fragmentos de semillas encontradas por el arqueólogo Richard McNeish, hace unos 50 años en una cueva de Coxcatlán, en Puebla. Al analizarlas, se concluyó que tenían una antigüedad de entre 7 mil y 8 mil años antes de nuestra Era.

Este es tan solo un hallazgo del contacto de los antiguos pobladores de México con el aguacate. Pero existen más pruebas arqueobotánicas, históricas y lingüísticas de que nuestros antepasados prehispánicos lo domesticaron.

Ellos recolectaban los frutos y fueron seleccionando y sembrando los de mejor sabor, olor y textura sin importarles demasiado el tamaño. Incluso, hoy en día, en muchas regiones de nuestro país conviven las variedades cultivadas del aguacate con las silvestres. Esta mezcla es lo que ha generado que haya tantos tipos de aguacate.

Luis Alberto Vargas Guadarrama, especialista en antropología de la alimentación y la nutrición del Instituto de Investigaciones Antropológicas de la UNAM, señala que "es muy importante conservar la diversidad del aguacate porque mientras más variedades haya, más material genético tienen los agricultores para seleccionar nuevas características interesantes o atractivas".

## ¡HAZTE UN GUACAMOLE!

La palabra guacamole proviene del náhuatl "ahuacamolli", que significa "salsa de aguacate".

"Un triunfo del aguacate es que el guacamole se conoce en todo el mundo. No en todas partes es de buena calidad, pero se encuentra en muchos países; se ha convertido en un platillo muy solicitado y ha fomentado la venta del fruto", señaló Luis Alberto Vargas.

Para los estudiosos de las dietas antiguas, es un misterio cómo se elaboraban las primeras recetas de esta salsa. "Sabemos que el guacamole es un alimento antiguo porque en contextos arqueológicos se han encontrado molcajetes con restos de aguacate, lo que se desconoce es con qué se condimentaba. Por ejemplo, hoy sabemos que desde de la Conquista se hace el guacamole con granada, fruto traído por los europeos y que combina muy bien con este platillo".

## EL AGUACATE HASS

Es la variedad más conocida. Tiene su origen en aguacates mexicanos que se llevaron de Atlixco a California, Estados Unidos. Ahí el agricultor Rudolph Hass, desarrolló y patentó esta variedad de aguacate que actualmente es la más cultivada en el mundo.

Aunque el aguacate criollo es mejor en su sabor, textura y aroma, la industria prefiere los aguacates Hass porque dan un fruto más grande, de un tamaño más uniforme y al tener una cáscara más gruesa, garantizan mayor tiempo de vida desde la cosecha hasta llegar al consumidor final.

Día con día crece en el mundo la demanda de este fruto, y cada vez se siembran en nuestro país más hectáreas de aguacate Hass y menos del criollo. En estados como Michoacán se han deforestado grandes extensiones de terreno para cultivar esta variedad comercial.

El investigador Vargas advierte que esta situación no sólo amenaza la diversidad biológica del cultivo, sino que podría resultar en que muchas generaciones de mexicanos se pierdan de conocer el sabor del auténtico aguacate mexicano: el aguacate criollo.



### LAS HOJAS DE AGUACATE

En México, el fruto de aguacate se aprovecha muy bien; se consume en el país y también se exporta. Sin embargo, las hojas son muy desaprovechadas como condimento de alimentos, a pesar de que pueden adicionarles un exquisito sabor.



### DIVINO AGUACATE

Hay testigos de la presencia del aguacate en la cultura maya. En el sarcófago del gobernante maya Pakal, encontrado en el Templo de las Inscripciones en Palenque, se aprecia un retrato de su abuela la señora Kan Ik, junto a ella el artista esculpió un árbol de aguacate, ya que suponían que los muertos volvían simbólicamente a la tierra transformados en plantas.

### MICHOACÁN



= \$20  
(PESOS MEXICANOS)

### ALEMANIA



= \$17  
(PESOS MEXICANOS)

### ¿CUÁNTO CUESTA?

El aguacate es un fruto que se da mejor en la temporada de otoño e invierno, aunque la variedad Hass puede encontrarse todo el año. El precio varía según la estación y la calidad del fruto.

En Michoacán, uno de los principales estados mexicanos productores, el aguacate puede encontrarse hasta en 20 pesos el kilo, mientras que en ciudades de Francia y Alemania es normal que una pieza pequeña cueste un euro, aproximadamente 17 pesos.

**1** de cada **3** aguacates que se consume en el mundo es de origen mexicano.

**6.8 kg** de aguacate al año, consumimos los mexicanos.



Texto: Naix'ieli Castillo  
Diseño: Adolfo González

Escribenos a [cienciaunam@unam.mx](mailto:cienciaunam@unam.mx)  
o llámanos en el D.F. al 5622-7303