



Género: Reportaje

Tema: “Ja mojk ja xëejk, ja kaaky ja tokx mītë ja ayuujk jay tyajuujk´ättep”

El maíz y el frijol, La tortilla y la comida, El alimento, fuerza y vida para los mixes.

Voces: Estela Vásquez Martínez, Blanca Vásquez.

Duración: 10 min, 25 Seg.

<u>OPERADOR</u>	<u>FADE IN MUSICA DE BANDA FILARMONICA ,ANDO ALEGRE SE MANTIENE POR 6 SEG Y BAJA A SEGUNDO PLANO</u>
VOZ 1: Presentación	El área de mujeres de la radio comunitaria jēnpoj presenta “Ja mojk ja xëejk ,Ja kaaky ja tojkx mētī ja ayuujk jaajy tyajuujk´ättep” El maíz y el frijol. La tortilla y la comida. El alimento, fuerza y vida para los mixes.
<u>OPERADOR</u>	<u>ENTRA MUSICA DE BANDA FILARMONICA TLAHUITOLTEPECANA, ISAIAS VARGAS, BAJA Y SE MANTIENE COMO FONDO.</u>
VOZ 1 :Voz Estela	<p>En la región mixe, así como en la comunidad de Tlahuitoltepec existen una gran variedad de platillos entre ellos están: el amarillo de aguacatillo, que es utilizado en la festividad de nacimiento; el machacado, un platillo tradicional que se prepara en eventos como el casamiento de una persona, el caldo de pollo, que se consume en diferentes ocasiones, se presenta más en los ritos y ceremonias, también está el frijol en su diferentes preparaciones ya sea en Tamal, atole, tortilla, entre otros.</p> <p>En nuestra vida y cosmovisión Ayuujk es presencial el uso del frijol y el maíz en los ritos y ceremonias, hoy hablaremos de este importante alimento que consumimos en nuestra vida.</p> <p>Cuando se acerca el tiempo de siembra que es en el mes de febrero, marzo, los diferentes platillos que se consumen en ese momento son el tamal de frijol (Xëejk Mëtsy) y una tortilla gordita que se le añade frijoles enteros (Xëëkuuk Kääjky).</p> <p>Estos alimentos son acompañados de tepache, mezcal y el</p>

	<p>caldo de pollo, son comidas que las personas comparten en una fiesta o periodo ritual en especial en tiempos de siembra.</p> <p>En los mixes la siembra es policultivo, se siembra el maíz nativo acompañado con el frijol, la calabaza, chile y quelite, dependiendo de las características del lugar. Es por ello que se prepara y se consume el tamal de frijol ya que durante el sembrado se tiene que acompañar al maíz con otros productos es también como un agradecimiento a la madre naturaleza por los alimentos que nos da y nos ofrece.</p> <p>Hoy hablaremos sobre cómo se prepara el Tamal de frijol (xëëjk mëëtsy) que nos compartió una comunera de la agencia las flores.</p>
<p>Voz: Reportera</p>	<p>En estos momentos nos encontramos en la agencia de las flores con la comunera Poop pijy que nos compartirá como se prepara el Tamal de frijol (xëëjk mëëtsy)</p>
<p>Entrevistada:</p>	<p>Para preparar el tamal de frijol Los ingredientes que se requieren son: Masa sal Frijol cosido Agua. Hoja de maiz Hoy vamos a preparar para 15 personas.</p> <p>Primero preparamos la masa que vamos a ocupar. Enseguida echamos 3 tasitas de frijol entero cosido a la masa, de ahí lo amasamos bien y le agregamos sal. Posteriormente lavamos muy bien la hoja de maíz para envolver los tamales.</p> <p>De ahí agarramos un poco de masa y lo empezamos a envolver con el totomoxtle en forma rectangular de modo que quede como tamal.</p> <p>Ponemos a calentar nuestra olla, le echamos un poco de agua, y al fondo le agregamos hoja de encino, o también podemos agregar hojas de milpa.</p> <p>Cuando se empieza a hervir el agua empezamos a meter los tamales de modo que no se aplasten lo tapamos muy bien también podemos tapanlo con bolsa y recuerden revisar a cada rato que el agua no se seque para que no se quemem los tamales Por último cuando ya estén cocido los tamales, mojamos</p>

	nuestras manos con agua fría y vamos sacando uno por uno Cuando ya esté listo. Servimos nuestro caldito de pollo y lo acompañamos con nuestros deliciosos tamales.
Voz: Reportera	Bueno muchas gracias por compartir la preparación de este exquisito tamal de frijol.
<u>OPERADOR</u>	<u>ENTRA MUSICA DE BANDA FILARMONICA TLAHUITOLTEPECANA, ISAIAS VARGAS, BAJA Y SE MANTIENE COMO FONDO.</u>
VOZ: Estela	<p>Acabamos de escuchar este reportaje realizado en la agencia de las flores sobre la preparación del Tamal de frijol que nos compartió la comunera poop pijy. Este es uno de los tamales que se prepara con frijol, existen varias formas de preparar el frijol. Es muy frecuente encontrar estos alimentos en las fiestas, rituales y convivencias.</p> <p>El maíz y el frijol es lo que se consume y muchas de las personas producen localmente en pequeñas parcelas así como en grandes terrenos, a veces se vende, pero la mayoría de la cosecha es para el consumo familiar.</p> <p>Es bueno aclarar que las mujeres juegan un papel muy importante en la producción, recolección, cuidado y preservación de las semillas nativas, ellas son las encargadas de administrar las semillas que serán sembradas para el próximo año.</p> <p>Se agradece a las personas que escucharon este programa y se les pide que nos hagan llegar sus comentarios en la cabina de la Radio Comunitaria Jenpoj.</p>
<u>OPERADOR</u>	<u>FADE IN MUSICA DE BANDA FILARMONICA TLAHUITOLTEPECANA, ISAIAS VARGAS, SE VA DESVANECIENDO POCO A POCO HASTA DESAPARECER.</u>

«Este segmento es parte de una serie radial que destaca la importancia de la comunicación como una herramienta importante para el desarrollo. Fue producida con el apoyo de la Asociación Mundial de Radios Comunitarias y la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación»