

Jaramillo
(*Myrtillocactus geometrizans*)



Garbanzo
(*Cicer arietinum L.*)



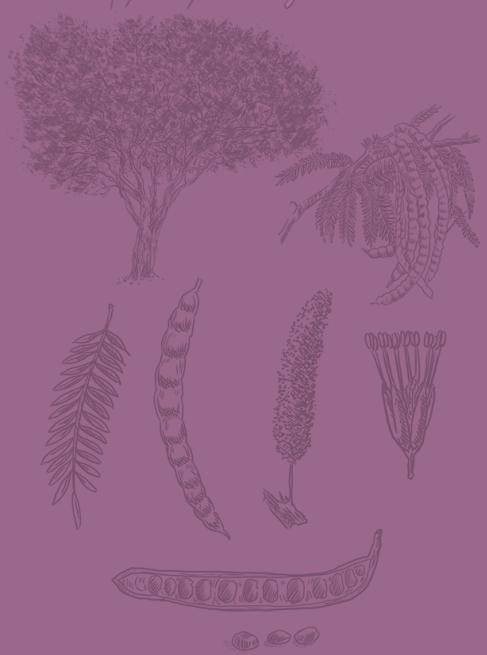
Maíz blanco
(*Zea mays L.*)



LAS BUSCADORAS
QUE COCINAN
memoria y futuro
EN GUANAJUATO

MÁN|R BURÍ ÉTA|R
GUANAJUATO MÓ'ÓS,
úp'ih máre' úza
máá et'i

Mezquite
(*Prosopis laevigata*)



Pinole



Zapote prieto
(*Diospyros nigra*)



*Un grupo de mujeres
cuidadoras buscadoras
está desarrollando recetas de atoles
tradicionales con productos endémicos
y ha compartido saberes
en una cocinada colectiva
en Guanajuato, México.*

*Mapé mánir ét'u nch'é úp'ih
rinhi etshá bur'i éta'r me kuri
emhá rar'áhn ki richhi rar'és
kábe' be ke man'ih úbo' be man'ih
i'e ur'i etshá ki kábe' be úts'a ndi
kiku námbihn úbo'n ndi etshé
Guanajuato úbo', Kúrihi.*

LAS BUSCADORAS QUE COCINAN *memoria y futuro* EN GUANAJUATO

La lumbre no sólo calienta. También cuida, recuerda, sostiene. En Guanajuato, donde la ausencia se volvió cotidiana y la búsqueda terminó por ocuparlo todo, son las mujeres quienes han sostenido el peso: madres, hermanas, hijas que salen al monte, revisan fosas, tocan puertas, cargan expedientes y, al mismo tiempo, sus propios cuerpos cansados.

Entre ollas, maíz y atoles de sabores antiguos, garambullo, zapote, pinole, garbanzo, atole blanco, las buscadoras rescatan algo más que recetas. Cocinan para no desaparecer ellas también.

Recuperan ingredientes nativos y saberes que vienen de antes de la violencia, de un tiempo en que el alimento también era cuidado. El recetario que nace de estos encuentros no sólo está escrito en español, también en chichimeca jonaz, como una forma de honrar la raíz y asegurar que la memoria no se pierda ni en la lengua ni en la mesa.

Volver al atole es también volver al cuerpo. Esta bebida tradicional de maíz, que acompañó generaciones enteras, no sólo reconforta: aporta energía, fibra y minerales como calcio y potasio, fortalece huesos y sistema cardiovascular, ofrece antioxidantes, sobre todo cuando se preparan con maíces coloridos, que ayudan a protegerse contra el envejecimiento y las enfermedades crónicas.

MÁNIR BURÍ ÉTA'R
GUANAJUATO MÓ'ÓS,
*úpih máre' úza
maá etí*

Mápa sínha mundá úts'a súpanme ro'. Kibí'e ní etó, usení', n'i utehs. Guanajuato úbo', ígo' ndi úba' énza'n, sá' éna bengí i'e ki mánir burí éta'r sá' urá pámer, mánir úri írur gó' ndi énar ki étehr ním'ah ip'én: mánir burí egá, mánir músor ékhar, úrir burír, ígo' ndi éndi émbor, úbozen éndi ní éta', ur'óri ek'á, úp'ih richhí ip'én, ta'ís sá' únar unhí enk'ír purmhé kurí érhun.

Úts'e sigá's, úzih ki úr'i ígo' ndi mátu bahírin etshá, erár, tamhás, píku, gáranso, úr'i kúnu, mánir burí éta'r ita ní síku' ephá, mátu maré'r úp'ih máre'r. kí'i mánir erhe úts'a etshá pa be kí'ir kibí'e si'áh sínthor.

Mánir burí éta'r úts'a ndi mátu báherin etshá kibí'e késiwu éna ephá, ígo' úba' ndi ná'i ipo' kímba' ikhás, ígo' úba' ndi ná'i úts'a márhe émha érho ki kímba' ekhásb. Richhír ndi égis kábe' mahár káne íri' ratshá sínha mundá ún'e rinhí nehé síteh síngu'nme ri, me kibí'e úza' wa éteh richhí égis, me i'e úzih kímba' ekhás ki i'e ná'i ndi mátu báherin urhé'gun ná'i múki' tēhe úba' ánehb ki bengí atshe'ni'.

Úr'i kikí akí nahínthen márhe áwa ním'ah ántho. Úr'i kúnu' úzih úri múki' úza, kíni úts'a ndi báherin múki' kímba' únesb, sínha mundá i'eme ri: me káne unhínthe éndoh'b, ní síku' maá'épihr pa be káne si'áh sisí' ki si'áh ní si'íh me ná'i úts'a káne énihb, émha ma ítan sikhá úzih karí mán'ih i'e únhi ná'i énbar, émha ma sikhá káne i'e usthá ma káne mámba' únehb ki káne sisí'me.

Esta iniciativa se centra en el rescate de ingredientes tradicionales, en la generación de conocimiento compartido, y a la seguridad alimentaria de las familias de las mujeres buscadoras.

En un contexto donde la alimentación suele reducirse a lo rápido y procesado, cocinar atole es un gesto de salud y de dignidad.

Buscar cuesta. Cuesta dinero, fuerza, tiempo y vida. La mayoría de estas mujeres ha enfrentado la precariedad económica como una carga más de la búsqueda: trabajos perdidos, ingresos inestables, jornadas que se alargan sin horarios ni descansos. En ese desgaste constante, la cocina aparece como un paréntesis necesario. Un espacio para nutrirse, para volver a sentir el cuerpo, para recordar que también necesitan cuidarse.

En colaboración con Ibercocinas, el Fondo Semillas y un grupo de mujeres cuidadoras y buscadoras, se convirtió la cocina en refugio y en sistema de cuidados. Ahí, el fuego no apura; espera. El maíz se mueve lento, el atole espesa a su tiempo, como si enseñara otra forma de resistir.

Porque buscar no es sólo caminar el monte ni abrir la tierra. Buscar también es alimentarse, compartir, enseñarle a otra cómo no se corta el atole, cómo se cuida la lumbre para que no se apague. En cada cucharada hay una forma silenciosa de resistencia: la de seguir vivas, juntas, cuidándose entre ellas, mientras sostienen la esperanza de volver a encontrarlos.

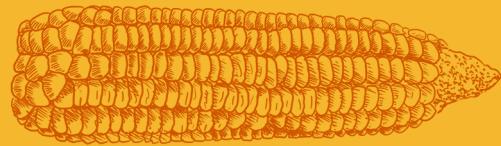
Kí'i etshá i pa be si'áh úrir_me mánir máre si'á h síntho'ni'b man'igo o útsha énzah pa be_itá úts'a má'á nehe' ki úrir_me mánir muki' be úts'a má'á ratshá ki nái ndi úts'a énzah muki' be káne riper rats'áhb pa be si'áh síthoni'b.

Ki'í úts'a ndi sá' mámba' ewá úrir etshá chí sá' sí'eme chí me mundá úts'a kábe' síwu etshá ígo' o nehé úrir enhá chí, káne ur'i utshá é'i rawá nahínthę utón.

Káne n'í úta' maméh éreh. Káne úreh úts'o, káne ninchá úrho, káne úba' énihb. Mánir bur'í éta'r ki'í ná'i ínih, purmhé' muki' kurí érhun bur'í muki' éta'r ním'ah ígi' Nábi' ízi'rb: éndime sá' úm'her, sá' úreh sutsháme, úrha' ndi etshá ní a kuríb be unhí enk'ír. Kíni úrha' magá' ndi etshá ní akuríb be magá', ndi kurí émhá úts'a ratshá ígo' be nch'e pahá inga'. Ígo' be unhínthę kímba' énhesb, unhínthę kímba' ép'o, me í'e kibí'e etshéni' nárho.

Ibercocinas, Fondo semillas ki mánir bur'í éta'r ná'i urá épí, ná'i rímkha' úrha' érhan, kúsina út'i útsha ki ígo' be kímba' úthę'. Ígo' mápa sín'u urá suheme, épí. Úzih pháñch'e íka'r, úr'i pha unhínthę éndoh, tsúmu úrir emá'b kábe' kímba' ránhes.

Mánir bur'í éta'r sínhá mundá í'eme éndir émbo ki sínhá mundá í'eme úbo' étse'r. Bur'í éta'r kibí'e nímbe' é'ihb, ná'i urá épí, nehé ípo' ich'áh kábe' úr'i ér'i, kábe' mápa rårhó pa be si'áh símbo. Nánt'a énza' úza kibí'e nímbe ígi' ízah: me nehé ípo' kímba' ínhes, nehé kan'í íp'o, nehé ípo' írho, kurí érhun nánt'a úba' síwur bur'ír aphár ki márhe amhá ná'i íri' urá ápi.



*El maíz blanco criollo
es la base de los atoles del proyecto.
Aporta carbohidratos, fibra y
sabor tradicional. Se nixtamaliza
y se muele en molino comunitario.*

*Úzih kari nchér kini re ná'i úr'i
épihr ri. Káne kuri urésb, káne
kümbi kitah é'ihrb ki ita úr'i u'a.
káne úwin riki ú'i ki ubés éndi
utihñ ke ndi káne énu' riki' étihñ.*

RECETA PARA PREPARAR ATOLE DE *maíz blanco*

KÁBE MÁNIR ÚR'I
úzih kári
chinch'er etshá

Ingredientes para 5 litros

5 litros de agua
1 kg masa de maíz criollo

Preparación

1. Poner a hervir la mitad del agua
2. Luego se deshace la masa con 2 litros agua fría
3. Agregar mezcla de masa al agua hirviendo
4. Añadir el agua restante poco a poco hasta que hierva durante 6 minutos.

Puede ser acompañado con tamales de dulce o salados; o una cuchara de miel natural de abeja.

Este atole se puede hacer diario y es la base para otros sabores.

Maíz blanco
(*Zea mays L.*)



Man'igo ánzah sikhá sangwáro úza úr'I atshá

Sangwáro úza kúri sizé'n

Nánt'a kg ritíhn mará

Kábe' í'e atshá

1. Mápa níndo kúri arhé'r *tawín*
2. Ubés ritíhn taréh úzas kúri sizé'n ék'is étshan
3. Sá' ndi ritíhn kúri sizé'n útshan, kúri mápa ék'íhn
4. Ná'i kúri ndi sá' táhí káne ána pha ági'n tá kégá' *tawín*.

Sikhá mahár ki sikhá káne íri' kurí úkhar mahár úr'i énza' me úr'i be'é mahár rá'ahr; kibí'e sikhá káne kurí é'ib mahár usí mahár rágín.

Kíni úr'i mahár i'ís me bengí be káne mahár ratshá í, ki kí'i ha mahár kit'a ki n'i síku' mahár káne ránzah.



*El garambullo
es rico en antioxidantes
y vitamina C.
Se recolecta en temporada.*

*Erár má íri' utshágun ri me ma
Vitamina C ma épikh ri. Üwih
üba' be káne mahár rabá ri.*

RECETA PARA PREPARAR ATOLE DE *garambullo*

KÁBE MÁNIR ÚR'I érar mahár ratshá

Ingredientes para 5 litros

100g de garambullo fresco (o papilla congelada)
1lt de agua
30g azúcar mascabado
3 lt de base de atole blanco

Preparación

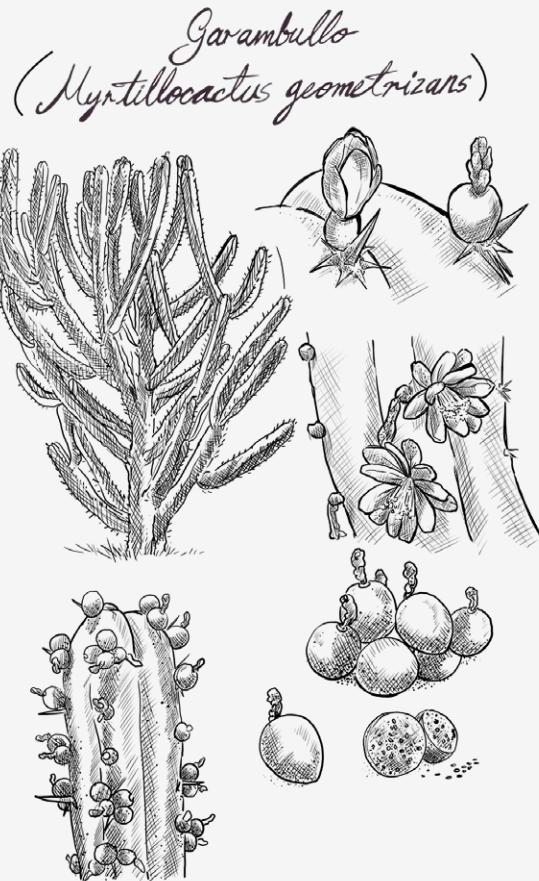
1. Poner a hervir la base de atole blanco en una olla grande
2. Agregar el concentrado de garambullo y dejar hervir durante 5 minutos en ese transcurso endulzar al gusto.

Para el concentrado de garambullo

1. Colocar en un recipiente los garambullos previamente lavados y sin tallo
2. Agregar los 30g de azúcar y los 100g de agua
3. Mezclar muy bien y dejar hervir durante 5 minutos
4. Licuar y reservar

Puede tomarse solo o puede ser acompañado con tamales de dulce o salados.

Este atole tiene un sabor muy agradable para infancias.



Man'igo ánzah sikhá sangwáro úza úr'i atshá

Nánt'a uts'e uza' erar ezi (maske kuse ta'i)

Nánt'a úza kúri sizé'n

Nánt'a up'in ráts'oro kg énza mará

Tín'uhn kg ritíhn mará

Kábe' í'e atshá

1. Mápa nindo úts'e nández' arhús ámban ki ígo' be kúri arhér tawín.
2. Úts'e ndi ná'i erár ur'é kúri níhi ar'é ki ubés arhér tawín ki ubés énza ar'é ki anhú sikhá síwe' me páme.

Pa be erár mahár arhá ki íri' tēhe'

1. Ná'i erár ndi kurí arí ar'é ná'i ar'é purmhé' sá' ndi sisé' arhé'n
2. Énza' mapé ar'é tá kéga' íri' tēhe ki ubés nánt'a úza kúri sisé'n ák'ih
3. Ná'i íri' tángwar ki ubés arhér tawín pa be kátsa' tēhe
4. Ná'i tángwar ki ubés mahár árha'

Kíni úr'i mahár mundá índa nehé rárha' me mahár ní síku' úr'i énza' me úr'i be'é mahár rán'ahr.

Kíni úr'i mahár káganch'er mahár rarhá' i me ni ma'á márhe.



*El garbanzo
es de amplio cultivo en Guanajuato.
Es un fuente de proteína vegetal,
fibra, vitaminas y minerales.*

*Garábanso kiku Guanajuato úbo'
be mapé ér'uh i. úrir iri' etsháb i,
me káne úwih unhinthq úresb.*

RECETA PARA PREPARAR ATOLE DE *garbanzo*

KÁBE MÁNIR ÚR'I *garanso etshá*

Ingredientes para 5 litros

1 kilo 500 gr garbanzos secos
5 litros de agua
5 hojas de limón fresco u hojas de guayaba
1 kilo de piloncillo

Preparación

1. Se pone a tostar los garbanzos en el comal. Se dejan enfriar. Se puede moler en molino o en metate hasta que se hagan polvo.
2. Poner a hervir 4 litros de agua, agregar hojas de limón y piloncillo. Tapar, reservar, pero dejar en la lumbre para que siga hirviéndo.
3. Disolver el polvo de garbanzos en 1 litro de agua. Agregar esta mezcla al agua con limón y piloncillo hirviendo.
4. Dejar hervir por 5 minutos más.

Este atole era muy usado para las mujeres que recién



Man'igo ánzah sikhá sangwáro úza úr'i atshá

Nánt'a kg níhi égas garabanso mó'ó i'áhn
Sangwáro úza kúri sizé'n
Sangwáro limun rise me guayaba risé
Nánt'a Kg énza' úmbo

Kábe' í'e atshá

1. Ná'i grabansos kawáhts'e níndo mápa mårhe arhér tátē'n. ubés arhér ásar. Mahár ándir mülino me takhí wa akhí ta kéga' ritíhn matíhn tēhe'.
2. Tipá' úts'e úza kúri arhér tawín, limún risé ki énza' úmbo ánzah. urí ats'eb, mápa níndo arhér tawín ta kéga' tatshá.
3. Gárabanso matíhn kúri nánt'a úts'e úza ar'áhs. Kí'i ná'i ubés sá' ndi atí garábanso ar'áhs limún risé ki énza' úmbo ar'é.
4. Arhér tawín ta kéga' anhú sá' íri' tēhe.

Kíni úr'i mahár i'ís me bengí be káne mahár rárha' i ki mánir ndi pu ichhár me mahár rarhá' i ki í'e mah'ar chizí' rápo'r.



*Del árbol de mezquite
usamos la vaina para el atole.
El mezquite es fuente natural de
energía y hierro.*

*Kába ningi', ki'i úrir úr'i énzah
pa be ita rā'a. úki' kini nái úrir re
kuri uresb ki úp'ih kikhé etá'b ki
nái káne unhínthé ékes pa be si'áh
káne sisi'.*

RECETA PARA PREPARAR ATOLE DE *mezquite*

KÁBE MÁNIR
*ki írur úr'i úk'i
mahár etshá*

Ingredientes para 5 litros

1/2 de mezquite en harina*
1 1/2 kilo de maíz en masa
5 litros de agua
5 hojas de limón o de guayaba
1 kilo de piloncillo

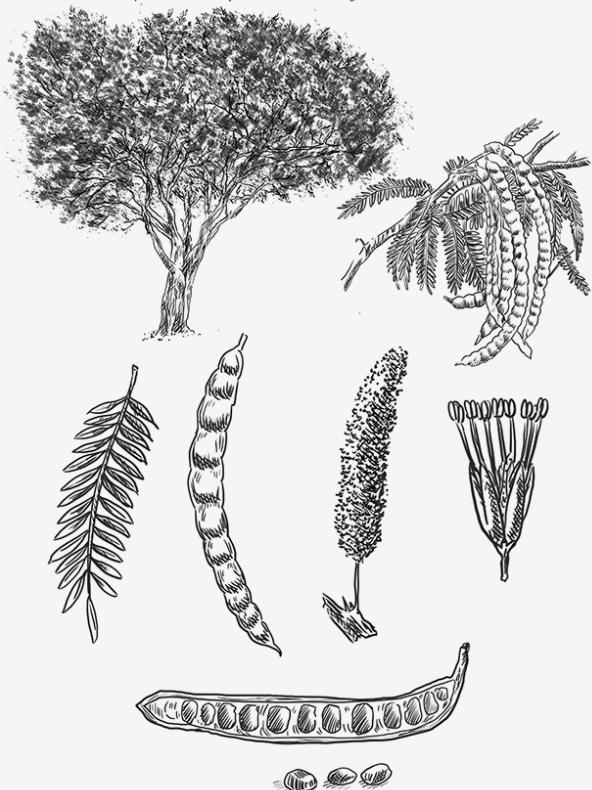
Preparación

1. En 1 litro de agua disolver la masa, reservar. Ahí mismo se puede disolver el mezquite.
2. Poner a hervir 4 litros de agua, agregar hojas de limón y piloncillo. Tapar, reservar, pero dejar en la lumbre para que siga hirviendo.
3. Agregar esta mezcla colada al agua con limón y piloncillo hirviendo.
4. Dejar hervir por 5 minutos más.

*En Guanajuato, la marca Mezquilate está produciendo esta harina.

Este atole es muy nutritivo por los componentes del mezquite.

Mezquite
(*Prosopis laevis*)



Man'igo ánzah sikhá sangwáro úza úr'i atshá

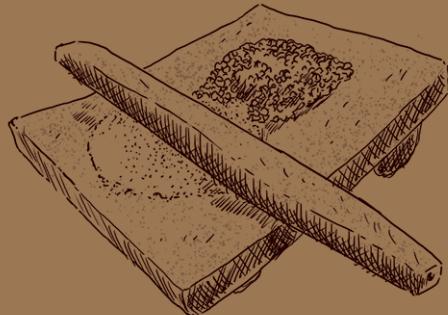
Nánt'a i níhi égas úk'i matíhn
Nánt'a i níhi égas úk'i rík'i matíhn
Sangwáro úts'e úza kúri sisé'n
Sangwáro limún risé me guayaba risé
Nánt'a kg ndi énza' úmbo

Kábe' í'e atshá

1. Nánt'a úts'e úza kúri sisé'n ritíhn tángwar, káne ákhar. Ígo' ha káne mahár úk'i áwar.
2. Tipá' úst'e úza kúri sisé'n káne anhér tawín, limún risé ki énza' úmbo káne andé'. Úts'e urí ámbehnb, káne ákhar, káne anhér ná'i tawín tá kéga' ír'i tēhe'.
3. Sá' ndi káne arú sa' ná'i tawín, ubés limún ki énza' úmbo ar'é ki ubés kikí arhér tawín.
4. Ná'i nj atshá' anhú tawín pa be sá' ír'i tēhe'.

*Guanajuato úbo', ígo' úrir egá úk'i matíhn egá etshá kí'i úrirw o egá etshá i.

Kínj urí urir egá unhinthe úresb ki nj ír'i'r pa be káne si'áh sisí' ki éwéh úrir ír'i utsháb



*El pinole
es un alimento rico en energía duradera,
hierro, calcio y magnesio.
Mejora la digestión y aporta saciedad.*

*Úr'i úzih tátē' úrir ní akuri be
unhinthe ekésb me ní siku' má'a
épihr ri. Káne kuri urésb ki káne
ékes pa be káne si'áh sisi'.*

RECETA PARA PREPARAR ATOLE DE *pinole de maíz*

KÁBE MÁNIR
*me írur úr'i érar
mahár ratshá*

Ingredientes para 5 litros

- 1 1/2 kilo de pinole
- 1 1/2 de masa de maíz
- 5 litros de agua
- 1 raja de canela o 5 hojas de limón
- 1 kilo de piloncillo

Preparación Pinole

También se puede comprar el pinole preparado.

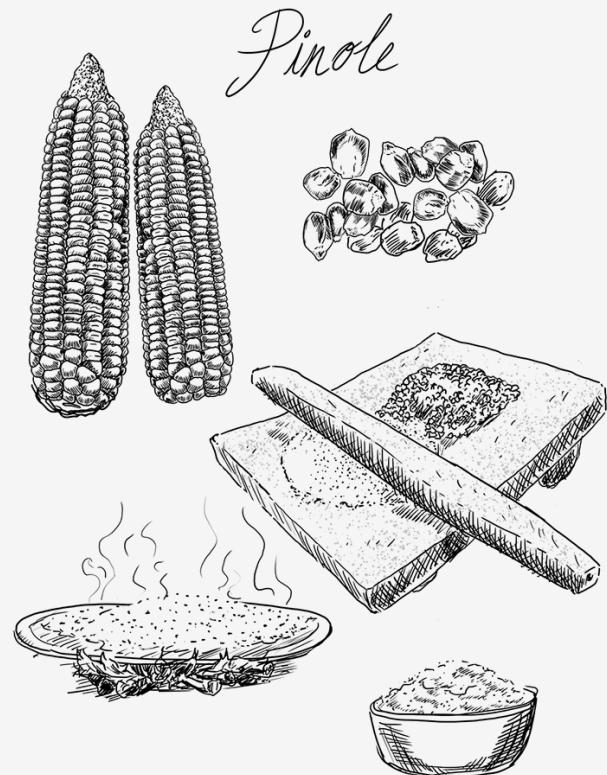
1. Poner el maíz a tostar en el comal.
2. Dejar enfriar y moler en molino o en metate.

Preparación Atole

1. En 1 litro de agua disolver la masa y el pinole.
2. Poner a hervir 4 litros de agua, agregar canela o hojas de limón y piloncillo. Tapar, reservar, pero dejar en la lumbre para que siga hirviendo.
3. Agregar esta mezcla colada al agua con limón y piloncillo hirviendo.
4. Dejar hervir por 5 minutos más.

Se puede acompañar con tamales salados.

Este atole era muy usado en fiestas y ofrendas.



Man'igo ánzah sikhá sangwáro úza úr'i atshá

Nánt'a i níhi ega úr'i úzih téte'
Nánt'a i níhi ega rikí mará
sangwáro úza kúri sizé'n
Nánt'a canela me sangwáro limún risé
Nánt'a kg énza' úmbo

Kábe' í'e úr'i úzih téte' atshá

Sikhá mahár kibí'e káne úzih téte' mahár rará.

1. Kawáhts'e níndo úzih káne áre'n
2. Káne anhér asar ki ubés ándi mólino me takhí wa akhí.

Kábe' í'e úr'i atshá

1. Nánt'a úts'e úza kúri sisé'n ritíhn ki úzih téte' tángwar.

2. Tipá' úts'e úza kúri arhér tawín, limún risé ki énza' úmbo ánzah. urí ats'eb, mápa níndo arhér tawín ta kéga' tatshá.

3. Sá' ndi káne arú sa' ná'i tawín, ubés limún ki énza' úmbo ar'é ki ubés kíki arhér tawín.

4. Arhér tawín ta kéga' anhú sá' íri' tēhe.

Kíni úr'i mahár mundá índa nehé rárha' me mahár n'i síku' úr'i énza' me úr'i be'é mahár rá'ahr.

Kíni úr'i mahár i'ís me bengí be káne mahár rárha' i me kímbats'ab ndi káne endé utshá.



*El zapote negro
ayuda a regular el azúcar en la
sangre y es una fuente de fibra
antioxidantes y vitaminas.*

*Tamhás úmbo' kibi'e ní ákurib be
úri ékes me káne kikhé sisé éhe'b ki
ná'i ndi énza épír ná'i é'ihb ki káne
kuri urésb ki káne ékes.*

RECETA PARA PREPARAR ATOLE DE *zapote prieto*

KÁBE MÁNIR
*ki írur úr'i tamhás
úmbo' mahár etshá*

Ingredientes para 5 litros

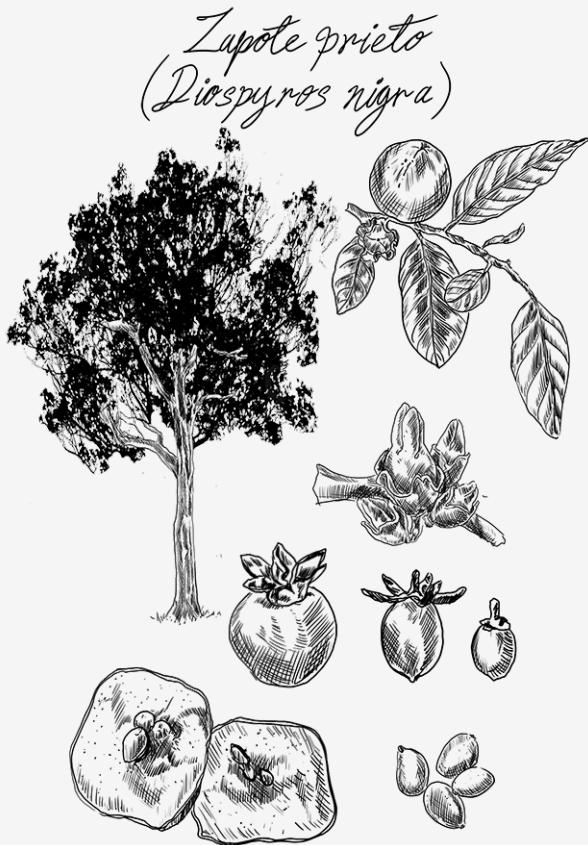
1 1/2 kilo de maíz en masa
1 kilo de zapote prieto (pelados)
5 litros de agua
5 hojas de limón o de guayaba
1 kilo de piloncillo

Preparación

1. En 1 litro de agua disolver la masa, reservar.
2. Poner a hervir 4 litros de agua, agregar hojas de limón y piloncillo. Tapar, reservar, pero dejar en la lumbre para que siga hirviendo.
3. Con la mezcla de la masa, moler en licuadora el zapote. Agregar esta mezcla colada al agua con limón y piloncillo hirviendo.
4. Dejar hervir por 5 minutos más.

Se puede acompañar con tamales salados.

Este atole era muy usado en fiestas patronales de las comunidades.



Man'igo ánzah sikhá sangwáro úza úr'I atshá
Nánt'a i níhi égas úk'i ríkí matíhn
Nánt'a kg ndi tamhás úmbo' (sá' ná'i tá'ar)
Sangwáro úts'e úza kúri sisé'n
Sangwáro limún risé me guayaba risé
Nánt'a kg ndi énza' úmbo

Kábe' í'e atshá

1. Nánt'a úts'e úza kúri sisé'n ritíhn tángwar, káne ákhar.
2. Tipá' úst'e úza kúri sisé'n káne anhér tawín, limún risé ki énza' úmbo káne andé'. Úts'e urí ámbehnb, káne ákhar, káne anhér ná'i tawín tá kéga' íri' téhe'.
3. Sá' ndi ríkí na'i tángwar, licuadora wa tamhás úmbo' káne atíhn. Kí'i ná'i kikí kúri limún ki énza' úmbo káne ná'i áwar ki ubés anhér tawín.
4. Arhér tawín ta kéga' anhú sá' íri' téhe'.

Kíni úr'i mahár mundá índa nehé rárha' me mahár ní síku' úr'i énza' me úr'i be'é mahár rán'ahr.

Kíni úr'i mahár i'ís me bengí be káne mahár rárha' i me kímbats'ab ndi káne endé utshá.

Garambullo
(*Myllocactus geometrizans*)



Mezquite
(*Prosopis laevigata*)



Garbanzo
(*Cicer arietinum L.*)



Zapote prieto
(*Diospyros nigra*)



Maíz blanco
(*Zea mays L.*)



Pinole

ESTE PROYECTO ES SOSTENIDO POR:

IBEROCINAS

COORDINACIÓN GENERAL:

Ma Alejandra Díaz Castro

CONTEXTO SOCIOCULTURAL:

María Elizabeth Navarro Jerónimos

RECETAS Y PRUEBAS DE ATOLES:

Gloria Gisela Piñón Martínez, Ma. de la Luz Vega Sánchez, Ma Irene Guerra Luna, Ashley Guadalupe Tierrablanca Guerra

COCINADA COLECTIVA:

Ma de Jesús Ramírez García, María de los Remedios Hernández Gutierrez; 25 Mujeres buscadoras de Guanajuato de los colectivos Buscadoras Guanajuato, Te Busco, Salamanca Unidos Buscando Desaparecidos, Proyecto de Búsqueda, Justicia y Esperanza, ¿Dónde Están? Acámbaro, Al Encuentro de Nuestros Desaparecidos; Centro Nuevo Impulso en San Luis de la Paz

INGREDIENTES ENDÉMICOS:

Recolectoras de garambullo en San Luis de la Paz, Producción derivados de vaina de mezquite Mezquilate, Molinos y Central de Abastos Celaya

 **Buscadoras**
GUANAJUATO

FONDO SEMILLAS
MUJERES SEMBRANDO IGUALDAD



TRADUCCIÓN CHICHIMECA JONAZ:

María Guadalupe Ramírez Martínez, José René Ramírez Ramírez

DISEÑO RECETARIO DIGITAL:

Patricia Gasca

ILUSTRACIONES INGREDIENTES ENDÉMICOS:

María Gabriela Guevara Sánchez

EDICIÓN VIDEO COCINADA COLECTIVA:

Ricardo Humberto Silva Ortega, Cine Colectivo

BLOG:

Mariana González

LEVANTAMIENTO DE FOTO Y VIDEO:

Mario Alfredo Armas Valadez

TEXTOS Y ENTREVISTAS:

Alfonsina Nayelli Avila Ramírez