

José Antonio Sada Sánchez Mejorada

*La receta de cocina
como artefacto
de diseño*

La receta de cocina como artefacto de diseño

José Antonio Sada Sánchez Mejorada (0000-0002-0499-9427)¹

¹ Estudiante de Maestría en Scuola Politecnica di Design, Milán, Italia. sadaj@mail.scuoladesign.com

Fecha de recepción: 01 de noviembre de 2020 | **Fecha de aceptación:** 22 de marzo de 2021

Resumen

El trabajo aborda la receta de cocina desde el enfoque del diseño, explorando sus componentes y la manera en la que se relacionan entre sí. La receta se explica como un objeto de diseño culinario y se propone un modelo para identificar y facilitar sus procesos de diseño y rediseño a partir de la relación con el usuario, los objetos, el contexto y su utilidad como herramienta de diseño y desarrollo culinario.

Palabras clave | Receta, Artefactos, Diseño, Teorías de acción, Cocina, Procesos, Alimentación.

Cooking Recipe as an Artifact of Design

Abstract

The work approaches the cooking recipe from a Design perspective by exploring the recipe components and the way they relate to each other. The recipe is explained as a culinary design object and a model is proposed to identify and facilitate its design and redesign processes based on the relationship with the user, the objects, the context and its utility as a tool of design and culinary development.

Keywords | Recipe, Artifacts, Design, Cooking, Action Theories, Cooking, Processes, Food.

Copyright

Centro de Diseño y Comunicación, S.C.© 2021. Este es un artículo de acceso abierto distribuido según los términos de la Licencia de Atribución de Creative Commons ([CC BY-NC-ND 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)), que permite la descarga, el uso y la distribución en cualquier medio, sin propósitos comerciales y sin derivadas, siempre que se acredite al autor original y la fuente.

*[...] cuando las hierbas estén suficientemente suaves y hervidas, toma las yemas de cuatro huevos cocidos muy duros y hervidos, trocéalos muy pequeños y ponlos dentro de la olla de barro con azúcar y canela [...]*¹
Markham (1623).

La receta de cocina es una de las representaciones clave de la cultura gastronómica (Fischler, 1988), en ella se registra la información indispensable para ejecutar y reproducir un platillo, independientemente de la temporalidad y del contexto de quien la realiza. La receta de cocina ha sido objeto de estudio en múltiples publicaciones académicas que la abordan desde la filosofía, la lingüística, la historia, la psicología, la sociología y la antropología, por mencionar algunas. Para el desarrollo de este trabajo se tomaron referencias de estudios sobre su estructura, sobre su evolución, sobre el análisis del discurso y sobre las categorías y la naturaleza de sus componentes con la finalidad de comprender las funciones de cada una de sus partes y las relaciones entre estas como un artefacto de diseño.

En el contexto de la filosofía, Andrea Borghini plantea la identidad y la autenticidad de las recetas a partir de una perspectiva ontológica, definiéndose como “entidades sociales cuya identidad depende también de un proceso de identificación, generalmente ejecutado por medio de una expresión verbal por parte del cocinero”² (Borghini, 2015, p. 219). El proceso de identificación que menciona Borghini, que deriva en una expresión verbal, es el resultado de una lectura e interpretación previa de la receta por parte del lector para su posible implementación. En relación a esto, Elizabeth Telfer asegura que en la “esfera de la comida hay dos clases de obra de arte: la receta, análoga a una composición musical y

¹ [T. del A] Texto original: [...] when the herbs are sufficiently boyld and soft, take the yelkes of four very hard boyld eggs, and shred them very small and put them into the Pipkin also with sugar and cinnamon [...]. (Markham, 1623).

² [T. del A] Texto original: recipes are social entities whose identity depends (also) on a process of identification, typically performed by means of performative utterance on the part of a cook (Borghini, 2015, p. 219).

el platillo cocinado en un momento específico, análogo a una interpretación”³ (Telfer, 1996, p. 58). Esta analogía es pertinente pues nos permite entender la función y la naturaleza de la receta de cocina, porque al igual que la composición musical, esta posee una estructura con base en un sistema de representación, conformado por notaciones y registros, cargados de significado que deberán interpretarse para poder ser ejecutados.

Continuando con la estructura de la receta, Ruth Carroll afirma que “la forma en la que luce una receta en la página es una forma de comunicación no verbal” (Carroll, 2009, p. 62). Su investigación analiza y compara los formatos de la receta escrita, en inglés del período medieval, para identificar los cambios en su estilo literario, en su estructura y en las implicaciones que esto ha tenido en la claridad del discurso y en sus sistemas de representación. Al revisar una amplia colección de recetas medievales, ella identificó una estructura constante conformada por dos partes: el título y el cuerpo de la receta:

Durante varios cientos de años la estructura visual bipartita fue la norma. Las recetas consistían en solo un título y un cuerpo. Por ejemplo, cada colección de recetas del *Early English Online*, de 1473 a 1700, de la base de datos Chadwyck Healy, es representada en una página como un texto en dos partes⁴ (Carroll, 2009, p. 64).

El nombre de la receta, su contexto, los ingredientes, el procedimiento e instrucciones se concentraban en esta configuración bipartita. Este formato todavía es vigente, sobre todo en recetas de corte casero o familiar (Figura 1).

³ T. del A] Texto original: *in the sphere of food there are two kinds of work of art: the recipe, analogous to a musical composition, and the dish as cooked on a particular occasion, analogous to a performance* (Telfer, 1996, p. 58).

⁴ [T. del A] Texto original: *For several hundred years this two-part visual structure remained the norm. Recipes consisted of a title and a body alone. For example, every recipe collection found in the Chadwyck Healey database, *Early English Books Online* (from 1473 to 1700), is presented on the page as a two-part text* (Carroll, 2009, p. 64).

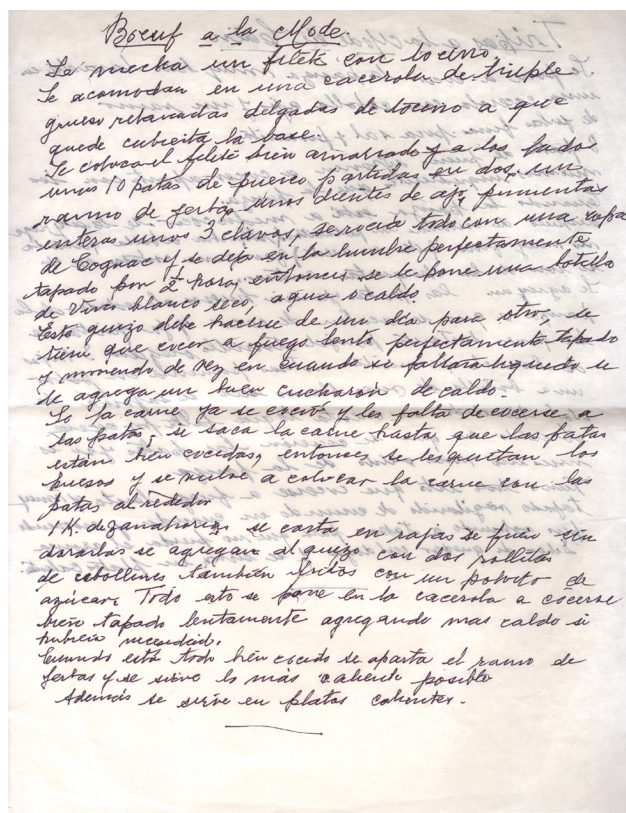


Figura 1

Boeuf à la mode.

Fuente: Libro de cocina familiar, colección personal del autor.

Para la segunda mitad del siglo XIX aparecen los primeros recetarios en los que los ingredientes se separan del título y del cuerpo de las instrucciones para formar un bloque independiente, como es el caso del *Mrs Beeton's Book of Household Management* (1861) de Isabella Beeton (Carroll, 2009) (Fig. 2), o el libro de cocina de Fannie Farmer de 1896, quien proporciona un listado de ingredientes con sus respectivas cantidades, descritas de manera clara y específica, en una columna independiente al título y a las instrucciones (Notaker, 2017).

Esta segmentación por bloques sentó las bases para la organización de los contenidos de la receta en la actualidad (Notaker, 2017), porque permite leer y realizar de manera más efectiva y estructurada las acciones previas a los procesos propios de la receta, de acuerdo a una secuencia lógica de pasos, que devendrá en la preparación del platillo. Por ejemplo, en muchas recetas, se indica que las verduras deben pelarse y limpiarse antes de cocerse. Esto por lo general se especifica en la sección de ingredientes y facilita la ejecución de las acciones posteriores, que dependen, en este caso no solo del estado previo de las verduras, sino del caldo como una preparación o tarea dentro de un proceso de preparación más complejo.

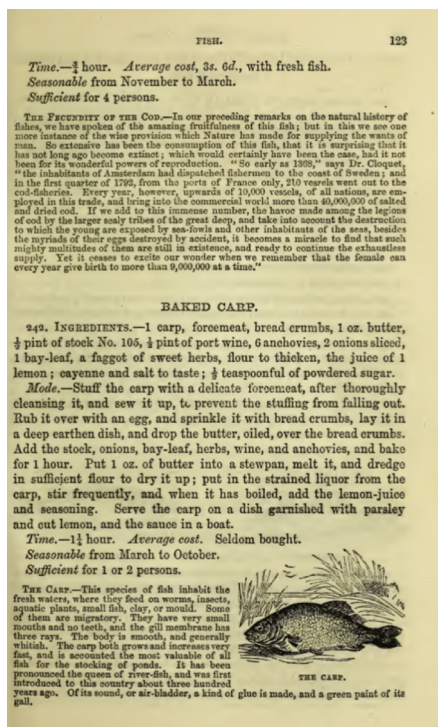


Figura 2
Baked carp.
Fuente: Tomado de Beeton (1861).

En relación a lo anterior, Tim Wharton resalta la importancia de los niveles de significado en el cuerpo de la receta, ya que:

[...] de acuerdo a los analistas del discurso, las recetas que leemos en libros de cocina y publicaciones, entran en la categoría de discurso procedural, el cual incluye a las indicaciones y a las instrucciones de cómo hacer algo o poner algo⁵ (Wharton, 2016, p.67).

La función de las especificaciones y de las instrucciones, es proveer de información suficiente al lector para que pueda ejecutar la receta por medio de una serie de pasos ordenados. Esta ejecución está supeditada a un acto de interpretación en el que el lector o usuario deberá deducir la información no escrita, es decir, las capas adicionales de significado que se encuentran dentro de las instrucciones.

Una receta es leída, interpretada y ejecutada por un usuario. Para entender su perspectiva resulta pertinente el análisis de Graham Tomlinson (1986), quien estudia las instrucciones escritas de la receta desde el campo de la sociología, para así profundizar sobre la comunicación entre el escritor y el lector de la receta. Él

⁵ [T. del A]. Texto original: *According to discourse analysts, the recipes we read in cookbooks and journals fall into the category of procedural discourse, which includes directions or instructions on how to make something or set something up* (Wharton, 2016, p.67).

establece diversos niveles de lectura para comprender el modo en el que las recetas pueden ser captadas por el receptor pues “leer una receta involucra entender el nivel de incompletud que existe entre el escritor y el lector”⁶ (Tomlinson, 1986, p. 207). Lo anterior explica la importancia de la relación entre el autor, la receta y el lector ya que los niveles de “incompletud” son llenados por la experiencia y el bagaje de quien lee y ejecuta la receta, por ejemplo, si se pretende ejecutar una receta de cocina molecular para profesionales, por parte de un aficionado sin conocimiento previo de las técnicas, de los procesos, de los equipos y de la terminología, es muy probable que el lector tenga que recurrir a otras fuentes para entender y completar muchas de las instrucciones de la receta y poder cumplir con su ejecución.

En el ámbito editorial, existen publicaciones de carácter más práctico en las que se describen metodologías, recursos y conocimientos en general para el desarrollo de recetas escritas, como es el caso de *The Recipe Writer’s Handbook* (2001), el cual profundiza en la forma de hacer recetas de manera clara y eficiente. En este manual se detallan los diversos formatos para la organización de la información en las recetas, los componentes indispensables de la receta, en términos de instrucciones, ingredientes y especificaciones; las estructuras gramaticales y los lineamientos para indicar los procesos con claridad. De acuerdo a las autoras, los componentes base de la receta se dividen en comentarios o introducción, título, ingredientes, metodología, rédito, notas e información nutrimental (Gibbs & Baker, 2001).

Como se ha podido observar, el marco teórico y las aproximaciones disciplinares de las fuentes consultadas son distintos, sin embargo existen puntos de confluencia entre estas sobre la indispensabilidad e importancia de la receta como repositorio de identidad en el contexto de la cultura gastronómica y de su utilidad como instrumento para alcanzar un objetivo o producto determinado;

⁶ [T. del A] Texto original: *Reading a recipe involves understanding the level of incompleteness that exists between the writer and the reader* (Tomlinson, 1986, p. 207).

sobre su estructura y su evolución; y sobre la constancia de sus componentes, tales como título, contexto, ingredientes, medidas y procedimiento sin importar su procedencia o temporalidad. Estos rasgos de la receta de cocina coinciden, como se verá más adelante, con los fundamentos teóricos de un artefacto de diseño, por lo que un análisis de las relaciones de sus componentes es pertinente para evaluar a la receta como un objeto susceptible a procesos de diseño y rediseño.

Analizar a la receta como un elemento diseñado representa una oportunidad para la exploración de sus variaciones y de su implementación en el ámbito de la investigación culinaria y de la investigación para el diseño y la generación de conocimiento útil sobre herramientas e instrumentos de diseño. Por ejemplo, podemos recurrir a la generación de platillos, que respondan a demandas de naturaleza creativa, en el campo de los sabores y de la experiencia sensorial, como es el caso de reconocidos chefs y cocineros que retoman elementos de las cocinas tradicionales, y los aplican en nuevas preparaciones para ampliar la experiencia de los comensales. Otra posibilidad de exploración es la destinada a la preservación de la identidad y la continuidad de las cocinas tradicionales con base en el registro funcional de las recetas y por medio del consenso comunitario, para generar esquemas de sustitución de ingredientes o adaptar las recetas a contextos y necesidades específicos, como es el caso del colectivo de cocineras tradicionales de la Costa Grande de México, quienes por medio de talleres comparten, recetas que están en peligro de perderse (Secretaría de Cultura, 2016).

Otro ámbito a resaltar, por su importancia en la actualidad, es en el contexto de los proyectos de corte ambiental, como los objetivos planteados en el reporte sumario de la Comisión EAT-Lancet, que consisten en la adopción de dietas

saludables procedentes de sistemas de producción sostenibles (EAT-Lancet, 2019). Todos estos casos, presentan una serie de cuestiones o necesidades en términos de funcionalidad, apariencia, usabilidad y estructura que pueden ser satisfechos⁷ por medio de un pensamiento de diseño, lo que conlleva a preguntarnos ¿qué es diseño y cuáles son las características del pensamiento de diseño?

La receta y el diseño

1 ½ tazas de harina, 10 oz de mantequilla, 8 oz de azúcar, 3 huevos, ½ vasito de vino, poca sal. Amásala y déjala reposar hasta que sea hora
Castelló (2002)

Como menciona Victor Margolín, (2002) el diseño es una actividad en constante cambio, está sujeto a procesos de continua invención que expanden nuestro entendimiento previo sobre el quehacer de los diseñadores. Esta expansión nos ha permitido superar los límites y los alcances propios del diseño y así aplicar su pensamiento en la resolución de problemas en diferentes campos, como el de los servicios, las experiencias o los sistemas, con nuevas aproximaciones y estableciendo diálogos entre otras disciplinas. Esto nos ha permitido explorar nuevos caminos para la definición del diseño y de su práctica en la actualidad, como la descripción de diseño que hace Enzo Manzini:

Diseño es la cultura y la práctica sobre cómo deberían ser las cosas con la finalidad de conseguir funciones y significados deseados. Se desarrolla alrededor de procesos abiertos de co-diseño en los cuales los actores involucrados participan de distintas maneras. Está basado en una capacidad humana que todos podemos cultivar y que para algunos se convierte en una profesión⁸ (Manzini, 2015, p. 53).

⁷ Este término se utiliza de acuerdo con lo planteado por Herbert Simon, en el que lo satisfactorio es participativo pues involucra a los diseñadores como socios de los clientes, usuarios y comunidad en términos de los problemas (Cross, 2007).

⁸ [T. del A] Texto original: *Design is a culture and a practice concerning how things ought to be in order to attain desired functions and meanings. It takes place within open-ended co-design processes in which all the involved actors participate in different ways. It is based on a human capability that everyone can cultivate and which for some—the design experts—becomes a profession* (Manzini, 2015, p. 53).

Esta descripción integra tres factores indispensables para el diseño en nuestro tiempo: Primero, incluye la esencia del diseño como un ejercicio para la resolución de problemas y para la satisfacción de necesidades de carácter práctico y social; en segundo lugar, explica la complejidad de los procesos de diseño, que integran la colaboración de uno o varios agentes como usuarios, clientes, diseñadores o especialistas en otras áreas de conocimiento; finalmente, enfatiza la calidad del diseño como una facultad humana que puede ser desarrollada a su máximo potencial. Esta capacidad para crear respuestas ante interrogantes específicas, se deriva de un acto racional o pensamiento de diseño, que se explica como “la elaboración de rutas de acción enfocadas a cambiar situaciones existentes en situaciones preferibles”⁹ (Simon, 1996, p. 111). Las “rutas de acción” a las que hace referencia Herbert Simon, se expresan en una gran diversidad de sujetos, objetos y/o acciones como es el caso de la cocina y de sus representaciones.

La receta de cocina narra un proceso que contiene la información necesaria, en forma de instrucciones para ejecutar una serie de tareas, cuyo cumplimiento darán como resultado la obtención de objetos y objetivos determinados, sean preparaciones previas como caldos y fondos, complementos como salsas o guarniciones o un producto final. Esto hace que la receta sea sujeto de estudio de “las teorías de la acción, una rama de la filosofía que estudia la estructura formal y las explicaciones de la acción humana en términos de medios, objetivos, planes e intenciones”¹⁰ (Houkes et al., 2002, p. 304) y que echa mano del razonamiento práctico¹¹ el cual parte del entendido de que “cada intención y acción subsecuente puede ser reconstruida”¹² (Houkes et al., 2002, p. 305),

⁹ [T. del A] Texto original: *Everyone designs who devises courses of action aimed at changing existing situations into preferred ones* (Simon, 1996, p. 111).

¹⁰[T. del A] Texto original: *Action theory is a branch of philosophy that studies the formal structure and explanation of human action. It reflects ordinary usage of the term 'action' by describing it in such terms as 'means', 'ends', 'plans', and 'intentions'* (Houkes et al., 2002, p. 304).

¹¹ *Practical reasoning is the process by which an agent forms intentions and plans, based on desires and beliefs* (Houkes et al., 2002, p. 304).

¹²[T. del A] Texto original: *every intention and subsequent action can be reconstructed* (Houkes et al., 2002, p. 305).

y por consiguiente rediseñada. Por lo anterior, es relevante plantearse la pregunta: ¿cómo podemos explicar la receta de cocina como un artefacto de diseño culinario?

Por medio de la aplicación de un método basado en las características estructurales de las teorías de la acción y de un corpus enfocado en las relaciones de la receta respecto a los usuarios, los objetos y su contexto, se estableció un modelo analítico con base en la estética, la filosofía del diseño y la investigación en torno al diseño, todo esto de acuerdo a la taxonomía de las disciplinas planteada por Love (2002). Este modelo permitirá explicar los componentes de la receta como artefacto de diseño culinario, la lógica de sus procesos y sus posibilidades de diseño y rediseño, para así cumplir con funciones y resultados determinados dentro de los campos de acción discutidos anteriormente.

Los artefactos de diseño

*Lavado bien el nixtamal o nixcomel se enjuaga con una servilleta o un paño,
se muele y se cierne bien*
Anónimo (1831)

Los artefactos de diseño son “objetos con una función técnica y con una estructura física, diseñados conscientemente, producidos y usados por humanos para realizar su función”¹³ (Kroes, 2002, p. 294); en primera instancia, esta definición parecería estar asociada a la ingeniería o el diseño arquitectónico, no obstante:

[...] los artefactos técnicos tienen una naturaleza dual, por un lado, son objetos físicos, hechos por el hombre, usados para realizar cierta función y por el otro son objetos intencionales pues es la función de un artefacto técnico la que lo distingue de los objetos

¹³[T. del A] Texto original: *Artifacts are objects with a technical function and with a physical structure consciously designed, produced and used by humans to realise its function* (Kroes, 2002, p. 294).

físicos (naturales), y esta función tiene significado solamente en un contexto de acción humana intencional¹⁴ (Kroes, 2002, p. 291).

Esta naturaleza dual está presente en la receta: “el dualismo de la forma como idea y función, como una expresión operativa, análoga al dualismo de la razón y la práctica”¹⁵ (Trott, 2002, p. 291), es decir, en la receta como objeto físico se registran las ideas, las pautas y las notaciones necesarias para ejecutar una acción determinada, bajo una estructura discursiva, que puede presentar ciertas variantes pero mantiene sus componentes necesarios para garantizar su interpretación y su reproductibilidad (Figura 3). Por lo tanto, podemos establecer que la receta es un artefacto de diseño que posee una estructura reflejada en sus registros por medio de códigos lingüísticos ordenados: título, introducción, ingredientes y procedimiento; es intencional porque implica una serie de aspiraciones o pretensiones por parte del usuario porque sí se cumple, con una serie de pasos y acciones, se espera obtener ciertos resultados; finalmente, tiene una función específica que consiste en el registro de acciones que lleven a la realización del platillo que representa.



Figura 3
Estructura de la receta de cocina.
Fuente: Elaboración propia

¹⁴[T. del A] Texto original: *technical artefacts have a dual nature: on the one hand they are physical objects (man made constructions) that may be used to perform a certain function, on the other hand they are intentional objects since it is the function of a technical artefact that distinguishes it from physical (natural) objects and this function has meaning only within a context of intentional human action* (Kroes, 2002, p. 291).

¹⁵[T. del A] Texto original: *The dualism of form as idea and function as its operative expression is analogous to the dualism of reason and practice* (Trott, 2002, p. 291).

Metodología

*Este guiso debe hacerse de un día para otro,
se tiene que cocer a fuego lento
perfectamente tapado y moviendo de vez en cuando
Libro de cocina familiar. Colección del autor*

La etapa inicial del proceso de investigación fue la compilación conceptual en torno a la receta de cocina para entender sus categorías y profundizar en sus funciones y en sus usos. Una vez comprendido que las recetas de cocina son “receptáculos de memorias colectivas, que transmiten información sobre cómo preparar y, en muchos casos, sobre cómo consumir un platillo”¹⁶ (Borghini, 2015, p. 732) y que “la cocina escrita, permite la codificación, en medios establecidos y reconocidos, de las prácticas y de las técnicas desarrolladas por una sociedad específica”¹⁷ (Montanari, 2004, p. 34), se ahondó en cuestiones de lingüística y de representación para comprender la naturaleza de las unidades que constituyen a la receta, y se identificó a sus variantes y a sus constantes, en términos de estilo, formato y contenido, mediante la revisión de estudios y publicaciones existentes que profundizan sobre la evolución de la estructura de la receta, sobre su contexto social y sobre la forma en la que están escritas; esto con el objetivo de establecer las pautas y los criterios para llevar a cabo un análisis para comprobar la constancia y la permanencia de los componentes de la receta en diferentes períodos, contextos, idiomas y procedencias, con el fin de definir las partes de la receta como artefacto de diseño.

¹⁶ [T. del A] Texto original: *Recipes are receptacles of collective memories, transmitting information about how to prepare and—in some cases—how to consume a dish* (Borghini, 2015, p. 732).

¹⁷ [T. del A] Texto original: *Written cuisine permits the codification, in an established and recognized medium, of the practices and techniques developed by a specific society* (Montanari, 2004, p. 34).

Para este estudio se seleccionaron veinte recetas¹⁸ de diferentes platillos, a partir del S. XVII hasta la actualidad, procedentes de México, España, Inglaterra y Estados Unidos¹⁹ (Fig. 4). Para cada receta se realizó, a partir de la noción de discurso procedural, un análisis sobre su estructura básica y sobre cada una de sus partes con su respectivo orden y secuencia (Fig. 5), siguiendo los principios de las teorías de la acción, para así poder identificar a los tipos de instrucciones en la receta de cocina y a sus funciones dentro esta (Figs. 6 y 7), y de acuerdo a la clasificación que propone Tomlinson (1986): instrucciones externas, de ingredientes e internas.

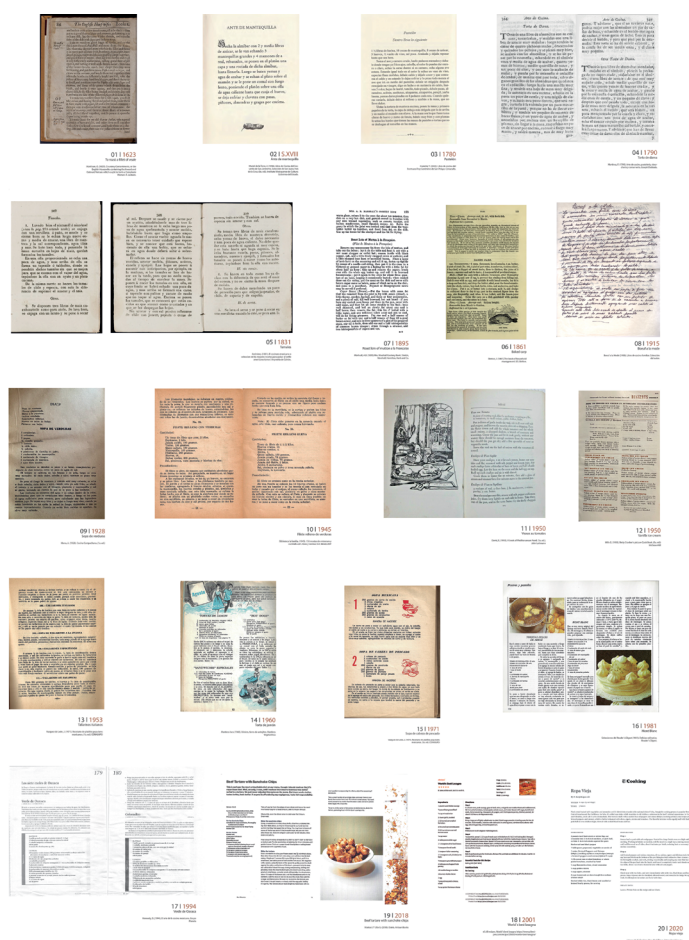


Figura 4
 Compilación de recetas analizadas en este trabajo.
Fuente: Recopilación de imágenes propias del autor.

¹⁸El listado completo de las recetas seleccionadas se puede consultar en el [apéndice 1](#).

¹⁹La selección de recetas para este análisis se hizo a partir de la revisión de estudios existentes analizados y revisados en publicaciones como *A History of Cookbooks* (Notaker, 2017) y *The Recipe Reader* (Floyd & Forster, 2003), en los que se menciona la importancia de las publicaciones de cocina en el idioma inglés, particularmente durante el siglo XIX en Inglaterra, y su relación con la evolución de la estructura de la receta actual. Así mismo, se optó por incluir una receta de una publicación procedente de España, que presenta rasgos comunes con recetas de otros países de Europa en el siglo XVIII, como Italia y Francia, así como recetas procedentes de publicaciones en México a partir del periodo Virreinal y hasta la actualidad con el objetivo de comprobar la constancia de los elementos de la receta de cocina en diferentes momentos históricos y en diversos contextos.

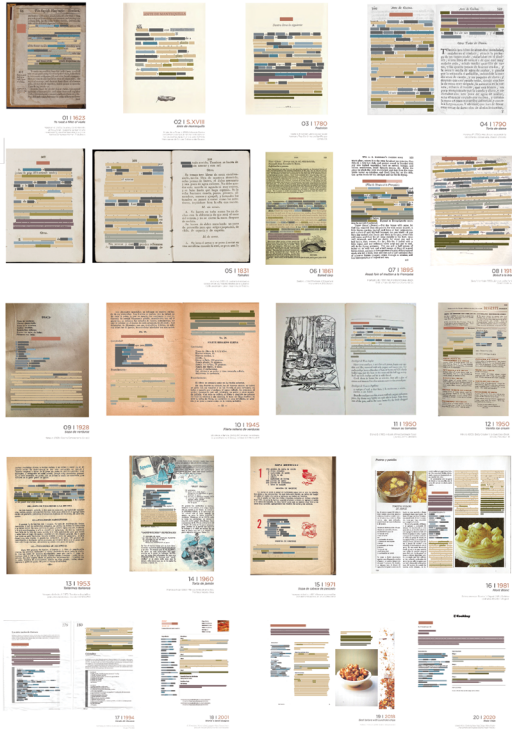


Figura 5
Intervención y análisis de las recetas recopiladas.
Fuente: Elaboración propia.

Figura 6
Análisis de componentes en la receta
To roast a fillet of veale.
Fuente: Modificado de Markham (1623).

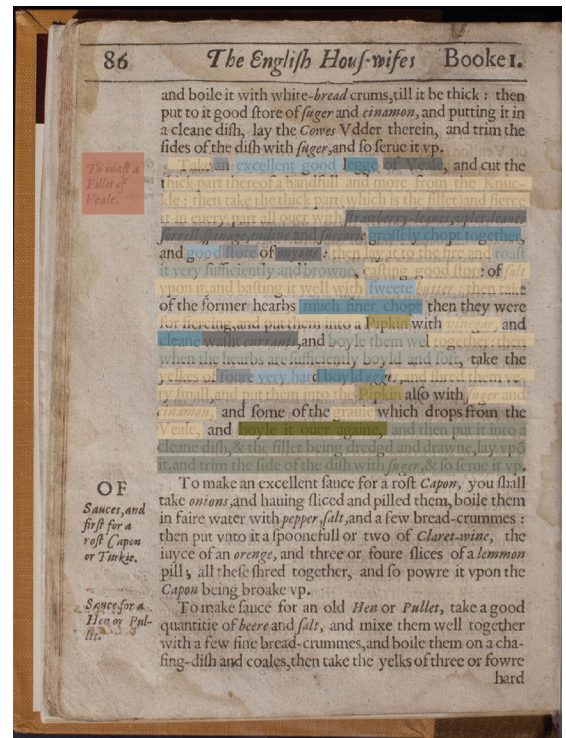


Figura 7
Análisis de la receta Ropa Vieja.
Fuente: Modificado de López-Atl (sf).

Cooking

Ropa Vieja

By J. Kenji López-Alt

Yield: 4 servings
Prep: 15 minutes
Cook: 2 hours 30 minutes
Total: 2 hours 45 minutes

INGREDIENTS

- 1 1/2 pounds (3/4 kilogram) boneless beef chuck roast, cut into 1 1/2-inch (4-centimeter) cubes
- 1/2 cup (120 milliliters) extra-virgin olive oil
- 1/2 cup (120 milliliters) red wine vinegar
- 1/2 cup (120 milliliters) tomato sauce
- 1/2 cup (120 milliliters) beef broth
- 1/2 cup (120 milliliters) soy sauce
- 1/2 cup (120 milliliters) Worcestershire sauce
- 1/2 cup (120 milliliters) ketchup
- 1/2 cup (120 milliliters) brown sugar
- 1/2 cup (120 milliliters) white vinegar
- 1/2 cup (120 milliliters) apple cider vinegar
- 1/2 cup (120 milliliters) balsamic vinegar
- 1/2 cup (120 milliliters) red wine vinegar
- 1/2 cup (120 milliliters) tomato sauce
- 1/2 cup (120 milliliters) beef broth
- 1/2 cup (120 milliliters) soy sauce
- 1/2 cup (120 milliliters) Worcestershire sauce
- 1/2 cup (120 milliliters) ketchup
- 1/2 cup (120 milliliters) brown sugar
- 1/2 cup (120 milliliters) white vinegar
- 1/2 cup (120 milliliters) apple cider vinegar
- 1/2 cup (120 milliliters) balsamic vinegar

PREPARATION

- Step 1**
Season the beef cubes with salt and pepper. Heat oil in a large Dutch oven over high until lightly smoking. Working in batches as needed, cook the meat for 2 minutes per batch, turning once as necessary if the meat smokes excessively.
- Step 2**
Add the beef, pepper, onion, tomato, vinegar, sauce, and broth to the pot. Simmer for 2 hours, stirring occasionally. The beef should be cooked and tender, and the sauce should be thick and sticky. If the edges of the pan have become dry, add a splash of water. The sauce should be thick and sticky.
- Step 3**
Add the remaining ingredients and simmer for 15 minutes.

PRIVATE NOTES

Leave a Private Note on this recipe and see it here.

Las instrucciones externas son de naturaleza evaluativa e informativa (Tomlinson, 1986), dan contexto al lector sobre la receta y lo ponen en antecedente sobre consideraciones importantes, sean sobre la complejidad de la receta, detalles sobre el producto final, la procedencia, el estilo o la calidad de la receta y sus respectivas opciones de sustitución de ingredientes, por ejemplo en la receta para hacer el mole amarillo, la autora comenta:

Las recetas más antiguas difieren en su selección de chiles –amarillos, chilhuacles amarillos, chilcostles, costeños, que solo hay en Oaxaca–, mientras que las más recientes recurren a los guajillos que son más fáciles de obtener (Kennedy, 2009, p. 182).

Las instrucciones de ingredientes, “instruyen al lector sobre cómo preparar un producto de una manera determinada”²⁰ (Tomlinson, 1986, p. 207). Son también especificaciones respecto al proceso y/o estados preliminares de los ingredientes, por ejemplo: pan molido, zanahoria pelada y picada, queso rallado o chiles tostados; indican sus cantidades a través de nociones de medidas y proporciones: media taza de agua, un puñito de espinaca, 200 gramos de frijol; y contienen información complementaria y adicional sobre los ingredientes como: tomate guaje, mejorana fresca, orégano de Castilla, entre otros. Por último, las instrucciones internas, que se subdividen en:

[...] instrucciones instrumentales (instrumentos de cocina), instrucciones preparatorias (aparte de las que aparecen en la lista de ingredientes), instrucciones de cocción, instrucciones de terminado (cuestiones finales usualmente realizadas en la estufa) e instrucciones para servir²¹ (Tomlinson, 1986, p. 207).

²⁰[T. del A] Texto original: *instructs the reader to prepare the item in a particular way* (Tomlinson, 1986, p. 207).

²¹[T. del A] Texto original: *instrument instructions (e.g., cooking utensils), preparation instructions (apart from the ones that appear in the ingredients lists), cooking instructions, finishing instructions (final things usually done at the stove), and serving instructions. These are also the general sequence in which they are presented* (Tomlinson, 1986, p. 207).

El análisis comparativo de las veinte recetas demostró el carácter estructural de este objeto: título, ingredientes y procedimiento (Tabla 1) aparecen de manera consistente. Respecto al primer tipo de instrucciones, las informativas, sólo ocho cuentan con estas instrucciones, divididas en dos grupos temporales, de los cuales es importante resaltar el segundo que corresponde a finales del siglo XX y principios del XXI, por la calidad y el detalle de la información contenida en forma de introducción. Sobre las instrucciones evaluativas, solo dos recetas las contienen y no son esenciales ni modifican el resultado.

Las instrucciones para ingredientes, en sus tres variantes, cuantitativas, preliminares y especificativas son constantes en las veinte recetas; sobre las instrucciones internas que corresponden al procedimiento, se pudo observar que solo dos recetas no poseen instrucciones de terminado e instrumentales y que seis no cuentan con instrucciones sobre la manera de servir los platillos. El resto de las instrucciones e información aparece de manera constante en cada una de las recetas seleccionadas a pesar de sus diferencias en términos de temporalidad, idioma, estilo, contexto, platillos y formato.

Estos datos fueron relevantes para establecer los componentes constantes de la receta de cocina que conformaron el modelo de artefacto de diseño: Título, instrucciones informativas o introductorias; ingredientes, instrucciones cuantitativas, instrucciones preliminares, instrucciones especificativas; procedimiento, instrucciones preparatorias, instrucciones de cocción, instrucciones instrumentales, instrucciones de terminado e instrucciones de servicio.

Tabla 1. Resumen de los resultados del análisis de componentes realizado a 20 recetas.

| | PUBLICACIÓN | RECETA | AÑO | PROCEDENCIA | TÍTULO | INFORMATAS | EVALUADAS | INGREDIENTES | CANTIDADES | PRELIMINARES | ESPECIFICADAS | PREPARATORIAS | COCCION | INSTRUMENTALES | TERMINADO | SERVICIO |
|----|--|---------------------------------------|-----------|-------------|--------|------------|-----------|--------------|------------|--------------|---------------|---------------|---------|----------------|-----------|----------|
| 1 | McMahon, G. (1925). <i>Cookery Condemned, or the English Housewife confounding the French and Old-world Virtues which ought to be in a Complete Roman B. Boston.</i> | Tortado a la miel | 1923 | Inglaterra | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Muriel de la Torre, J. (1968). <i>Libro de Cocina del Convento de San Jerónimo, Sevilla (siglo XV). Autores: María de la Cruz. (Ed. 1968). Instituto Mexicano de Cultura Colonial del Estado.</i> | Arroz de moronquillo | 5. XCVIII | México | | | | | | | | | | | | |
| 3 | Castelló, J. (2002). <i>Libro de cocina del Hermano Fray Gerónimo de San Felipe, Cuaucutla.</i> | Pañados | 1790 | México | | | | | | | | | | | | |
| 4 | Martinez, J. (1792). <i>Arte de cocinar, pastelería, y conserjería y conserjería.</i> Joseph Dabadó. | Tarta de damas | 1790 | España | | | | | | | | | | | | |
| 5 | Andrés. (1801). <i>1000 recetas Mexicanas a colección de las mejores recetas para guisar a estilo americano tomo 1 Imprenta de Galán.</i> | Tamales | 1801 | México | | | | | | | | | | | | |
| 6 | Berkov, I. (1983). <i>The book of household management. B.S. Berkov.</i> | Baked Carp | 1881 | Inglaterra | | | | | | | | | | | | |
| 7 | Macmillan, A.B. (1955). <i>Macmillan Cookery Book. James Macmillan, Edinburgh, Ward and Co.</i> | Roast lobst of mussels a la Française | 1895 | Inglaterra | | | | | | | | | | | | |
| 8 | Bonifacio Mader (1930). <i>Libro de cocina familiar. Colección del autor.</i> | Bonifacio Mader | 1935 | México | | | | | | | | | | | | |
| 9 | Mena, A. (1938). <i>Cocina Campesina. (1a. ed.)</i> | Sopa de amolinos | 1938 | México | | | | | | | | | | | | |
| 10 | Bibbiana la Sarda. (1942). <i>100 recetas de entremeses y comidas vol. 1. Nueva imprenta La Masolada.</i> | Plata volanes de volutas | 1942 | México | | | | | | | | | | | | |
| 11 | Davis, E. (1950). <i>A book of Mediterranean Food. (1a. ed.). John Lehmann</i> | risotto ai funghi | 1950 | Inglaterra | | | | | | | | | | | | |
| 12 | WELLS, G. (1958). <i>Happy-Occasion Spicery Cook Book. (1a. ed.). McGraw-Hill</i> | Helado de vainilla | 1950 | E.U.A. | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Dion de Paris, M. (1910). <i>La cocina selecta. (2da. ed.). Imprenta comercial Veracruz</i> | Talibano Italiano | 1910 | México | | | | | | | | | | | | |
| 14 | Martinez Mca (1968). <i>México, tierra de amolinos. Materia Vegetal Ica</i> | Tarta de jaman | 1968 | México | | | | | | | | | | | | |
| 15 | Yegorov de León, J. (1971). <i>Recetario de platos populares moscovitas. (1a. ed.). COMUSO</i> | Sopa de calabacín de panadero | 1971 | México | | | | | | | | | | | | |
| 16 | Selecciones del Reader's Digest (1981). <i>Delicias culinarias. Reader's Digest.</i> | Moose Blanc | 1981 | E.U.A. | | | | | | | | | | | | |
| 17 | Arreola G. (1998). <i>El arte de la cocina mexicana. Grupo Planeta</i> | Mole verde de Chiapas | 1998 | México | | | | | | | | | | | | |
| 18 | Charville, J. All (ed.). <i>World's Best Soups</i> https://www.allrecipes.com/recipe/23603/worlds-best-soup/ | World's best soup | 2000 | E.U.A. | | | | | | | | | | | | |
| 19 | Muthu, V. (Ed.). (2018). <i>Etude. Artisan Books</i> | Bonifacio Mader | 2018 | E.U.A. | | | | | | | | | | | | |
| 20 | Upton-Hill, K. <i>Rosemary Cooking</i> , New York Times, https://cooking.nytimes.com/recipe/1021457-rosmary-cooking-a-recipe-for-holiday-dinner?hpid=hp | Rosemary | 2020 | E.U.A. | | | | | | | | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Una vez identificados los componentes constantes de la receta, los tipos de instrucciones y su organización, se procedió a seleccionar, como base para el desarrollo de esta investigación, al modelo teórico de proceso de diseño planteado por Houkes et al. (2002, p. 312). Este modelo se compone por un plan de diseño (PD) y por uno o varios artefactos de diseño (AD) (Fig. 8). En el primero se plantea la meta u objetivo del cliente y se establecen los requerimientos específicos de la meta, para establecer el plan de acción con respecto al diseño del o de los artefactos necesarios para cumplir con la meta. Los AD surgen de un diseño determinado, de acuerdo a las necesidades de la meta y al plan de acción. Este diseño se lleva a cabo por medio de la definición y de la descripción de una serie de objetos; de una serie de artefactos existentes o de un compuesto de varios objetos y de su evaluación con respecto al plan de diseño inicial (Houkes et al. 2002).

PROCESO DE DISEÑO

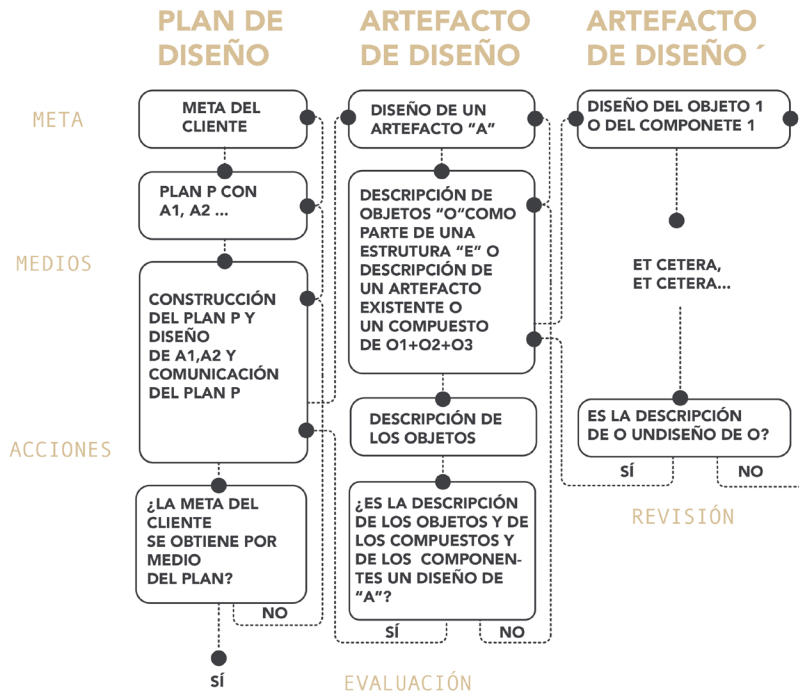


Figura 8
 Modelo de proceso de diseño propuesto por Houkes y colaboradores. Fuente: Modificado de Houkes et al. (2002).

Con base en esto, en las categorías y componentes de la receta, así como en los tipos de instrucciones y en la información que contienen, se propone el modelo de receta como artefacto de diseño (Figura 9) para ser utilizado como una herramienta, con base en criterios y parámetros específicos dados por el cliente o planteados por los posibles usuarios: cocineros, chefs, gastrónomos, diseñadores alimentarios, nutricionistas, investigadores o autores de libros de cocina.

El modelo consta de cuatro bloques básicos: el de la meta del artefacto, es decir qué se va a hacer; el de los medios del artefacto, con qué se va a hacer; el de las acciones, cómo se va a hacer y, finalmente el de evaluación, en el que se define si la meta se cumplió o si es necesario retomar alguna fase del modelo hasta lograrlo.



Figura 9
Modelo de la receta como artefacto de diseño.
Fuente: Elaboración propia.

En el primer bloque se señala primero el nombre original del platillo y su rendimiento, expresado con el número de porciones. Incluye las instrucciones contextuales, que aparecen en forma de comentarios cortos que proveen de información adicional sobre el platillo (p. ej. pastel de cumpleaños de la abuela) y de notas introductorias con datos útiles como sustituciones, complementos o advertencias. Posteriormente, viene la sección que corresponde al planteamiento de los requerimientos y de las necesidades para el diseño y el rediseño de la receta, que se organiza en tres secciones.

En la primera sección, a manera de preguntas, se presenta el proyecto, por ejemplo: ¿cómo puedo aplicar los parámetros de alimentación planteados en el reporte sumario de la *Eat-lancet commission* sobre “salud planetaria”, a la receta tradicional del mole amarillo de Oaxaca? A continuación se debe describir la naturaleza del proyecto: sensorial, para sabores, olores, notas, colores y texturas; nutricional, para contenido calórico, propiedades de los alimentos y restricciones dietarias; ambiental, para la selección de ingredientes de acuerdo a su localidad y a su temporada o para la sustitución de ingredientes y materias primas provenientes de prácticas nocivas al medio ambiente; económico, para cumplir con presupuestos determinados y poder proponer acciones y sustituciones coherentes; y de innovación, para el desarrollo y para la exploración de nuevas posibilidades de la receta con corte creativo. Lo anterior ayudará a los usuarios a describir los lineamientos y las condiciones del problema o reto a resolver. Por ejemplo, reducción de un 20% de proteína; incremento de un 40% de verduras; sustitución de leguminosas por hortalizas; reducción de grasa en un 30%. Esta fase del modelo es indispensable porque ayudará al usuario a delimitar el problema y otorgará pautas precisas respecto a qué partes del artefacto o receta están vinculadas entre sí y deberán ser ajustadas o modificadas para cumplir con la meta y obtener los resultados esperados.

En el segundo bloque, el de los medios, se expresan el listado de ingredientes, y de preparaciones previas o recetas complementarias, con sus respectivas cantidades,

unidades, medidas y proporciones con indicaciones para su preparación y la posible sustitución de ingredientes. Esta información es cuantitativa, ya que describe el número de piezas, unidades y cantidades de los ingredientes; es específica, pues profundiza sobre el origen y las características de los ingredientes que se utilizarán y es preliminar porque se detallan los procesos previos para alistar los ingredientes para los procedimientos. Los ingredientes o los medios de la receta se estructuran en objetos y compuestos, es decir, un ingrediente como pueden ser los ejotes, son un objeto y una serie de ingredientes agrupados, como son la cebolla, el agua, el ajo y las carnes, son varios objetos que conforman una preparación o compuesto, en este caso un fondo o caldo. El modelo organiza esos ingredientes por grupos de acuerdo a las preparaciones con sus respectivas cantidades e instrucciones previas.

La tercera sección, la del procedimiento para hacer la receta, contiene la información necesaria para los procesos de transformación químicos, físicos y mecánicos necesarios en la ejecución del producto o platillo de la receta. Esta descripción de tareas en forma de instrucciones se agrupa de acuerdo a la clasificación de Tomlinson: preparatorias, de cocimiento, instrumentales, de terminado y de servicio. La clasificación de instrucciones permite organizar las acciones de la receta de manera clara y a su relación con los ingredientes u objetos, con las preparaciones o compuestos y con el producto final. Lo anterior facilitará identificar los puntos de inflexión en el artefacto de diseño, para cumplir con la meta del modelo.

El cuarto bloque corresponde al de la implementación y evaluación. En este bloque se replica la receta, considerando el título de la misma como el resultado esperado, tomando en cuenta su contexto, los lineamientos y resaltando las partes modificadas; hecho esto, es posible someter el resultado a evaluación. Si la meta no se cumple tras el período de evaluación y de acuerdo a los requisitos o necesidades planteados en el primer bloque del modelo, se deberán realizar ajustes hasta alcanzar el resultado esperado.

Es importante resaltar que el modelo de la receta de cocina como artefacto de diseño propuesto en esta investigación, se encuentra todavía en una etapa temprana de desarrollo y requiere de una etapa de implementación en colaboración con chefs, con cocineros, con gastronómicos y con nutricionistas para evaluar su eficacia y refinar su estructura y funcionamiento. Sin embargo, ya desde esta etapa el modelo se propone como una herramienta que ayudará a gestionar los procesos de diseño de los alimentos a partir de recetas existentes que requieren ser re-diseñadas en respuesta a necesidades como las descritas anteriormente.

Esta versión se inicia con un sofrito de pimientos y cebollas, el cual después se acentúa con aceitunas, alcaparras, pasas y tomates.

Esta rica mezcla funciona igual de bien con falda de res, paleta de cerdo o incluso con muslos de pollo.

Se sirve con frijoles negros cocidos y arroz.

López-Atl (s.f.)

Conclusiones

Los planteamientos derivados de esta investigación y de su respectivo análisis, presentan resultados relevantes en los ámbitos de los estudios de diseño, el diseño de alimentos (*food design*) y de la economía creativa, porque al explicar a la receta como un artefacto de diseño, se demuestra la presencia de procesos de diseño en el campo de la gastronomía; procesos que responden a la creación de situaciones preferibles o ideales en los alimentos, de acuerdo a condiciones específicas como los cambios estacionales, los costos, la disponibilidad de ingredientes, la localidad de los productos y las propiedades alimenticias y terapéuticas de los alimentos. Así mismo, la revisión de los diversos estudios sobre la evolución de la receta, y la comprobación de la constancia de sus partes denotaron una continua tendencia por mejorar los registros de la receta para garantizar ejecuciones más precisas.

Lo anterior, junto con la aplicación del modelo Sada para el análisis de las recetas como artefactos, permitieron desarrollar y poner a prueba un instrumento para explorar nuevas rutas de diseño en el contexto de la gastronomía y de los sistemas alimentarios, pues el artefacto de diseño de la receta, contiene la información necesaria para identificarla; para interpretarla, para entender a sus componentes, a sus objetos y a sus objetivos y ejecutarla; asimismo la estructura del modelo facilita exponer de manera clara y concisa a los problemas y a las necesidades a satisfacer. Esto posibilita organizar los resultados parciales durante las diferentes fases de uso del modelo, para tomar decisiones durante el proceso y registrarlas, es decir, durante la aplicación y la ejecución de los artefactos, los usuarios pueden dirigir los procesos con base en las necesidades de la meta o proyecto.

En este sentido, el modelo Sada, propuesto en esta indagación, representa para los usuarios una guía y un formato de registro que, a través de la estructura de la receta, podrá ser usado de forma didáctica para explicar la lógica en la secuencia de los pasos y las instrucciones en el proceso culinario y su relación con los objetos, los componentes y los objetivos, siempre bajo la lógica del pensamiento del diseño.

Referencias

- Anónimo. (1831).** *El cocinero mexicano o colección de las mejores recetas para guisar al estilo americano*. Tomo I. Ediciones Altiplano.
- Beeton, I. (1861).** *The book of household management*. S.O. Beeton.
- Biblioteca La Familia. (1945).** *150 recetas de entremeses y cocktails* (Vol. 1). Libros y Revistas S.A.
- Borghini, A. (2015).** What Is a Recipe? *Journal of Agricultural & Environmental Ethics* (28), 719-738. <https://doi.org/10.1007/s10806-015-9556-9>
- Boeuf à la mode (1930).** *Libro de cocina familiar*. Colección del autor.
- Carroll, R. (2009).** The Visual Language of the Recipe: a Brief Historical Survey. In Hosking, R. (Ed.). *Food and Language, Proceedings of the Oxford Symposium on Food and Cookery*. Prospect Books.
- Castelló, T. (2002).** *Libro de cocina del hermano Fray Gerónimo de San Pelayo*. CONACULTA.
- Chandler, J. (2021).** *World's Best Lasagna*. Meredith Food Group. <https://www.allrecipes.com/recipe/23600/worlds-best-lasagna/>
- Cross, N. (2007).** Forty years of design research. *Design Studies* (28), 1-4. <https://doi.org/10.1016/j.destud.2006.11.004>
- David, E. (1950).** *A book of Mediterranean Food* (1ª ed.). John Lehmann.
- Diez de Pérez, M. (1953).** *La cocina selecta* (2ª ed.). Imprenta Comercial Veracruz.
- EAT-Lancet, C. (2019).** *Diets saludables a partir de sistemas alimentarios sostenibles*. Food in The Anthropocene: the EAT-Lancet Commission on Healthy Diets From Sustainable Food Systems. https://eatforum.org/content/uploads/2019/07/EAT-Lancet_Commission_Summary_Report_Spanish.pdf
- Fischler, C. (1988).** Food, Self and Identity. *Social Science Information*, 27(2), 275-292. <https://doi.org/10.1177/053901888027002005>
- Floyd, J., & Foster, L. (2003).** *The Recipe Reader. Narratives - Contexts - Traditions*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315237480>
- Gibbs, B., & Baker, J. (2001).** *The recipe writer's handbook*. John Wiley & Sons, Inc.
- Houkes, W., Vermaas, P., Dorst, K., & de Vries, M. J. (2002).** Design and use as plans: an action theoretical account. *Design Studies*, 23(3), 303-320. [https://doi.org/10.1016/S0142-694X\(01\)00040-0](https://doi.org/10.1016/S0142-694X(01)00040-0)
- Kennedy, D. (1994).** *El arte de la cocina Mexicana*. Planeta.
- Kroes, P. (2002).** Design Methodology and the nature of technical artefacts. *Design Studies*, (23), 287-302. [https://doi.org/10.1016/S0142-694X\(01\)00039-4](https://doi.org/10.1016/S0142-694X(01)00039-4)
- López-Atl, K. (s.f.).** *Cooking*. New York Times [Online]. <https://cooking.nytimes.com/recipes/1021457-ropa-vieja>
- Love, T. (2002).** Constructing a coherent cross-disciplinary body of theory about designing and designs: some philosophical issues. *Design Studies*, 23(3), 345-361. [https://doi.org/10.1016/S0142-694X\(01\)00043-6](https://doi.org/10.1016/S0142-694X(01)00043-6)

- Manteca Vegetal INCA. (1960).** *México: Tierra de Antojitos.* Manteca Vegetal INCA.
- Manzini, E. (2015).** *Design When Everybody Designs. An Introduction to Design for Social Innovation* (Coad R. Trad.). MIT Press.
- Markham, G. (1623).** *Countrey contentments or the English housewife: containing the Inward and Outward Vertues which ought to be in a Compleat Woman.* Roger Jackson
- Margolin, V. (2002).** *The Politics of the Artificial . Essays on Design and Design Studies.* The University of Chicago Press.
- Marshall, A. B. (1895).** *Mrs. Marshall Cookery Book.* Simkin – MARshall – Hamilton – Kent and Co.
- Martínez, F. (1790).** *Arte de cocina, pastelería, vizcochería y conservería.* Joseph Doblado.
- Mattos, I. y Ulla, G. (2018).** *Estela.* Artisan Books
- Mena, A. (1928).** *Cocina Campechana: un libro para el hogar* (1ª ed.). Impresiones y Encuadernaciones de Campeche.
- Mills, G. (1950).** *Betty Crocker's Picture Cook Book* (1ª ed.). McGraw-Hill.
- Montanari, M. (2004).** *Food is Culture.* Columbia University Press.
- Muriel de la Torre, J. (1996).** *Libro de Cocina del Convento de San Jerónimo, Selección de Sor Juana Inés de la Cruz* (3ª ed.). Instituto Mexiquense de Cultura – Gobierno del Estado.
- Notaker, H. (2017).** *A History of Cookbooks From Kitchen to Page over Seven Centuries.* California University Press.
- Reader's Digest. (1981).** *Delicias culinarias.* Selecciones Reader's Digest.
- Secretaría de Cultura. (2016, mayo 27).** *El Colectivo Comunitario de Cocineras Tradicionales prepara Recetario de la Costa Grande.* Gobierno de México. <https://www.gob.mx/cultura/prensa/el-colectivo-comunitario-de-cocineras-tradicionales-prepara-recetario-de-la-costa-grande>
- Simon, H. (1996).** *The Sciences of the Artificial.* MIT Press.
- Telfer, E. (1996).** *Food for Thought. Philosophy and food.* Routledge.
- Tomlinson, G. (1986).** Thought for food: A Study of Written Interactions. *Symbolic interaction*, 9(2), 201-216. <https://doi.org/10.1525/si.1986.9.2.201>
- Trott, E. (2002).** Permanence, change and standards of excellence in design. *Design Studies*, 23(3), 321-331. [https://doi.org/10.1016/S0142-694X\(01\)00041-2](https://doi.org/10.1016/S0142-694X(01)00041-2)
- Vázquez de León, J. (1971).** *Recetario de platillos populares mexicanos* (1ª ed.). CONASUPO.
- Wharton, T. (2016).** Recipes, Beyond the Words. *Gastronomica*, 10(4), 67-73. <https://doi.org/10.1525/gfc.2010.10.4.67>