

Mateo y el valor de la comida

Mateo es un niño de cinco años muy inquieto. Le encanta jugar con sus carritos, armar luchadores de juguete y correr en el parque mientras come una paleta de limón. Pero cuando llega la hora de la comida, casi siempre quiere seguir jugando y dice que no tiene mucha hambre.

Un mediodía, su mamá preparó arroz rojo con verduras y frijolitos de la olla. La casa olía delicioso, como a cocina recién hecha de abuelita. También había tortillas calientitas envueltas en un trapo y agua de jamaica bien fresca.

Toda la familia se sentó a la mesa.

—Mateo, sírvete solo lo que te vayas a comer —dijo su mamá con cariño.

Mateo se puso arroz, pero después de un rato empujó el plato.

—Ya no quiero más.

Su papá miró que todavía tenía bastante comida.

Gracias por leer este cuento en tuscuentos.com

—Oye, campeón —dijo con voz tranquila—, ¿sabes cuántas personas trabajaron para que esa comida llegara hasta aquí?

Mateo levantó la mirada.

—Los campesinos sembraron el arroz y el maíz, otras personas lo transportaron, y mamá lo cocinó con mucho esfuerzo.

Su hermana Camila añadió:

—Y si lo tiramos, se desperdicia y ya nadie lo puede aprovechar.

Mateo se quedó pensando mientras movía el arroz con la cuchara.

Esa tarde, mientras jugaba en la sala, vio a su mamá guardando la comida en recipientes de plástico.

—¿Qué haces, mamá? —preguntó curioso.

—Guardo lo que sobró para que lo comamos mañana —respondió ella—. Aquí en casa no nos gusta desperdiciar.

—Ah… para que no se pierda —dijo Mateo.

—Exactamente —contestó su mamá sonriendo.

Esa noche, su papá preparó unas ricas quesadillas con las verduras que habían sobrado. El olor llenó toda la casa.

—¿Qué estás haciendo, papá? —preguntó Mateo acercándose a la cocina.

—Quesadillas con lo que quedó del mediodía. Ya verás qué buenas quedan.

Cuando se sentaron a cenar, Mateo dio un mordisco.

Gracias por leer este cuento en tuscuentos.com

—¡Mmm! ¡Están buenísimas!

Camila sonrió.

—¿Ves? Aprovechar la comida también puede ser delicioso.

Al día siguiente, cuando llegó la hora de la comida, Mateo quiso hacerlo mejor. Esta vez se sirvió menos arroz y solo dos tortillas.

—Así sí me lo voy a terminar todo —dijo decidido.

Y así fue. No dejó ni un granito en el plato.

—¡Eso, campeón! —dijo su papá chocándole la mano.

—Estamos muy orgullosos de ti —añadió su mamá.

Desde ese día, Mateo entendió que la comida es muy valiosa. Que muchas personas trabajan para que llegue a la mesa, y que no desperdiciarla es una forma de cuidar a su familia, a su país y al planeta.

Y cada vez que ve arroz rojo, frijolitos o tortillas calientitas, recuerda que en México la comida se respeta… porque está hecha con trabajo y con amor.

Gracias por leer este cuento en tuscuentos.com