

Inicio de cuaresma

Escrito por: Geovany Martin Alavez Mendoza;
mamgam@hotmail.com,
México

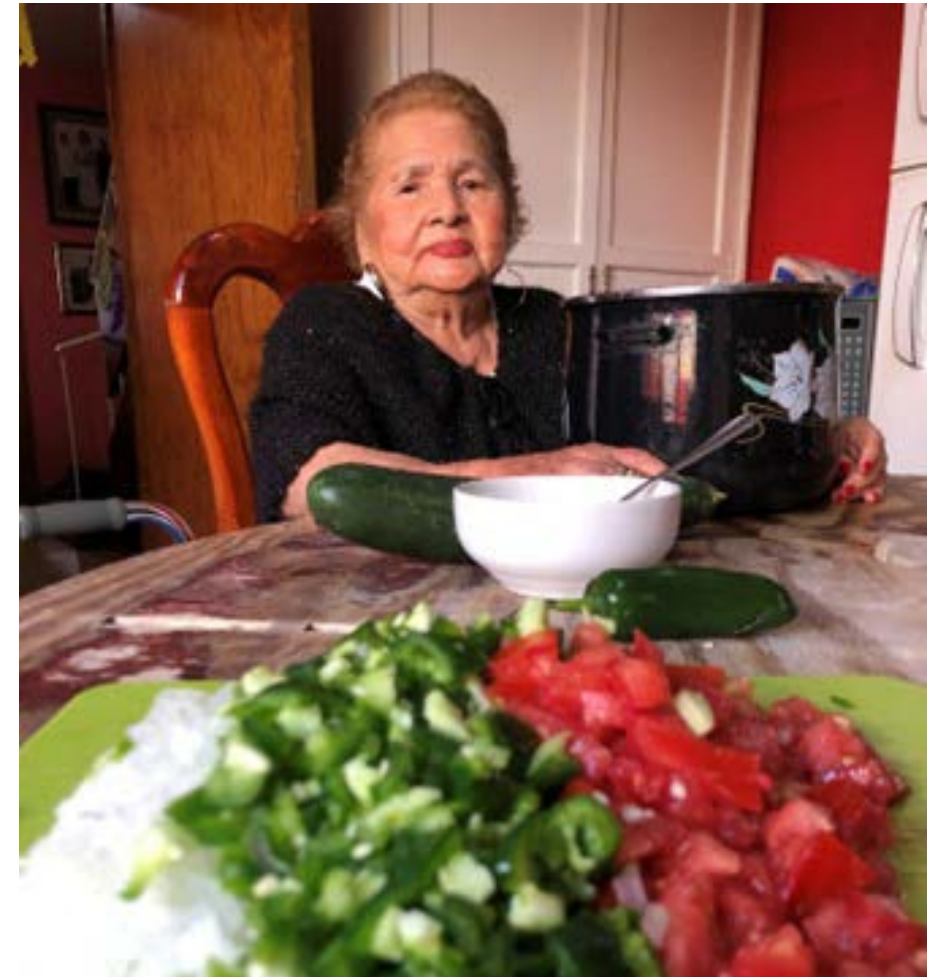


La comida en casa de mi madre ha sido el pilar en muchos sentidos: emocional, económico, político, social, etc., no podría entender a mi familia sin los fogones, el chile, el ajo, el maíz, el frijol, la flor de calabaza, el mole, el chocolate, el pan, y un sinfín de cosas. En un inicio, no relacionaba algunos de los elementos que estaban girando alrededor de toda la cocina familiar, más ahora entiendo que en mi familia, la cocina, la madre tierra y nuestra cosmovisión hacen que los productos que brotan de esta cocina estén impregnados por la magia de los sentidos. Así inicio este breve relato con un texto que se escribió en pandemia junto a Carmen Mendoza Chávez, titulado Carmelita, Olor, sabor y color en manos de una mujer mixteca, editado por La casa de las preguntas:

“Hablar de Carmen Mendoza, es hablar de como aprendimos a cocinar, no a todos nos gustaba, pero el diario ir y venir del mercado, de estar en contacto con los productos, los ingredientes, de hacer mandados, y la razón que ella tenía de ponernos a hacer las cosas, hicieron con el tiempo que la mayoría de sus hijos sean ahora grandes cocineros, podríamos decir que nos heredó el don de la cocina. Una cocina tan peculiar como es la cocina oaxaqueña, al tanteo, con pizcas, con puños, sin utilizar onzas o alguna otra medida, más que la corporeidad de las manos, los sentidos del olfato, el gusto y la vista; es como tomar un curso de magia de los sentidos en la cocina de Carmen Mendoza. También es hablar de que tiene presente la comida favorita de cada uno de sus hijos y nietos, por ejemplo; sabe que mi plato favorito es la lengua, que para Lucha es el conejo enchilado, Meche mole de res, sopa de elote y pastel de carne, para Laura el chilate de pollo y el chileajo rojo, Baruc y Hugo el mole de caderas, Paco bistec molido en metate con salsa verde; para su nietos: Diego Baruc es el adobo, para Paquito y su hija Cecy son las albóndigas, para Tita la pancita y el pozole, Cynthia adobo y tamales de hoja de plátano,

Edw carne frita y mole de gallina, a sus nueras: Coco el chileajo amarillo y a Aracely chiles rellenos y el chileajo amarillo, conoce los gustos de cada uno de los integrantes de su familia, no hay mayor placer en su vida que prepararles sus comidas preferidas. La facilidad con la que se mueve en la cocina, la sabiduría acumulada en sus dedos mágicos que agregan los ingredientes necesarios para darle un sabor único a su comida; el goce con el que cocina para que otros disfruten de su comida, para ella no existe algo más importante en el mundo que cocinar para que su comida les agrade a otras personas, lo dadivosa y abundante que es en servir comida en su mesa y para que te la llesves a tu casa”. Pág. 9/10.

Hoy la ventana principal de mi sala proyecta más luz, afuera el ruido de los pajarillos se intensifica poco a poco, me asomo a mirar mis plantas y empiezo a notar como van brotando las primeras hojas. Parece como si mis sentidos tuvieran magia y revelaran los cambios que se inician en la parte del suelo que me toca vivir, la inclinación, rotación y la traslación de nuestra madre tierra se hace presente en su cambio de temperatura, pocas veces se hacen altos para mirar, para mirarnos hacia adentro y digo hacia dentro,



porque es mirar al interior de nuestra madre naturaleza.

La vida de muchos productos agrícolas se reinicia, se empiezan a ver frutos que se combinan con nuestras cosmovisiones y que, sin duda, alguna van a parar en ricos y succulentos platillos que por la producción del momento se vuelven de temporada; nuestros ancestros tenían bien

alistados todos los sentidos, observaron con detenimientos todos estos cambios y elaboraron con los productos agrícolas que se daban en estas fechas una variedad impresionante de platillos. Para mi familia, esta época es el inicio de la Cuaresma y la preparación para la llegada de la Semana Santa. Es curioso poder reflexionar sobre estos elementos, por un lado, los



cambios originados por la inclinación de la tierra y por otro lado esta conformación judea-cristiana que hace que el alimento sea algo importante en estas fechas. El rito del ayuno, el de no comer carne, hace que la creatividad del mixteco haga maravillas para degustar los platillos de cuaresma.

Recuerdos se agolpan en mi mente con la presencia de la comida de marzo y abril, como si solo existiera un motivo para preparar los alimentos ligados a lo completamente religioso, recordar como eran esos tiempos en que se preparaba el cuerpo para vivir la pasión de Jesús Cristo, es como si se quedaran por fuera los cambios en el partir de los alimentos de la madre tierra, como si el cambio de la temperatura no afectara en nada los procesos del vientre interno de toda la vida en la tierra. Esto me lleva a

pesar en todos esos momentos que se fusionan: imposición – resistencia – adecuación que dan origen a esos excelentes platillos que son tradicionales en la cocina mixteca y sobre todo en mi casa, en su casa en Huajuapán de León, guisados y heredados por Carmen Mendoza Chávez.

El miércoles de ceniza, inicio de la Cuaresma, está marcado desde temprano por el silencio en la casa, se preparara el cuerpo y la mente para el ayuno y la abstinencia de carne, se elabora una salsa macha con chile costeño de preferencia rojo, se despedaza y se tuesta, se muele en el molcajete con ajo y poca sal blanca y sal buena, se le agrega agua y listo ya está la salsa que acompañara unos huevos duros, con frijoles y tortillas a mano, de tomar puede ser té, café,

atole blanco de granillo o leche, y como dijera mi tío Mario, aunque sea con pan. Por la tarde se entra en el proceso de preparar frijol molido que puede ser usado como sopa, se requiere el frijol criollo molido (en polvo), se hierva agua, se le agrega ajo y cebolla, posteriormente se disuelve en otro recipiente el polvo del frijol en agua fría, ya que esté bien disuelto se le agrega al agua hirviendo y se va meneando poco a poco hasta que quede bien integrado. Se le puede agregar chile costeño molido para los

que gusten de picante, se adereza con epazote y sal al gusto.

Para el plato fuerte se hace la tradicional torta de camarón, se muele camarón seco con arroz, previamente tostado, este polvo se usará para preparar la torta. Por otra parte se prepara un mole hecho con chile guajillo, chile puya, ajo, orégano, canela, clavo, tomate verde criollo y jitomate, se muele, se sazona a fuego lento y se le agrega sal al gusto, posteriormente se baten las claras de



huevo a punto de turrón, se le agregan las yemas y el polvo de camarón, con el resultado de la mezcla de estos ingredientes en porciones pequeñas, se vierten en un recipiente con aceite hirviendo para formar las tortitas de camarón, una vez fritas, se agregan al molito previamente hecho y se deja hervir un rato, para servirlos se les agrega nopales hervidos.

El aroma que desprende la cocina con todas estas mezclas va despertando nuestros sentidos, hasta se hace “agua la boca”. Para complementar esta vianda, se acompaña con frijoles con tinados, que son propios de la región, especialmente en la zona de Cuyotepejí, en esta temporada se dan los tinados o también llamados aceitunas mixtecas, antes de agregarlos a los frijoles se hierven con sal, posteriormente se dejan hervir con los frijoles y se aderezan con sal y epazote. La verdad es un lujo el poder elaborar y disfrutar de estas delicias mixtecas, pero sobre todo familiares.

El recorrido en darles pormenores de las recetas es largo, por lo tanto solo iré mencionando algunos platillos como el Caldo de garbanzo, que se prepara con garbanzo que se tuesta y posteriormente se muele, el polvo se disuelve en agua fría, en otro recipiente se hierve agua con ajo y cebolla y se la agrega el garbanzo ya disuelto en agua fría, se menea con una cuchara hasta que las dos mezclas se incorporan bien, se le agrega sal al gusto y se adereza con hierba buena, cuando esta en su proceso de ebullición se le puede agregar huevos

crudos para que hiervan juntos, la verdad la combinación de sabores es extraordinaria.

No pretendo dar todas las recetas de casa, es mejor invitarlos a cocinar en nuestros espacios para que la experiencia sea vivencial, porque alrededor de cada una de estas recetas se tejen y se bordan historias muy familiares. Comparto, solo una de esas historias narradas en cartas, para poder entender como se entreteje la madre tierra, la tendencia religiosa, las raíces familiares en torno a las manos mágicas de Carmen Mendoza; la carta es de su nieta Patricia Alavez Cruz:

“Siempre me ha gustado la casa, su casa abuelita, creo que todos los integrantes de mi familia tenemos hermosos recuerdos ahí. A veces escucho a mis tíos platicar de cómo era la casa antes, cuando no estaba la fuente, el tinaco o las escaleras de madera y de las grandes aventuras que vivieron, luego escucho a mis primos platicar de las veces que jugaron ahí, y de pronto, veo a mis sobrinos correr de un lado a otro por todo el patio. Y me sorprende ver como esa construcción ha sido testigo de grandes momentos en la vida de cada uno de mis familiares, y no solo de ellos, sino que, además, ha visto pasar un sinfín de amistades que han sido participes de la alegría que se vive en esa casa. Pero lo que más me asombra es como una persona puede darle tanto significado a un lugar, porque sin usted abuelita, jamás



hubiera tomado el enorme valor que hoy en día tiene para todos los que alguna vez hemos estado ahí. Su cocina ha sido espectadora de grandes recuerdos para mí, como cuando era pequeña de quizá unos 6 años y le ayudaba a hacer chocolate o cuando hacíamos tamales de hoja de plátano, de canario y siempre me dejaba hacer unos chiquitos para mí, o las veces que hacía picaditas todas deformes (en las cuales apenas y alcanzaba una gotita de salsa) para usted y para mi papá. O de unos años después, en los que aprendí a hacer hot cakes, pasteles y ahora era yo quien los hacía para usted. Pero hay un momento que jamás se me va a olvidar, sucedió durante la pandemia cuando tuve la

oportunidad de vivir el encierro con usted, con mi papá, mi tío Geovany y mi tía Laura. Haciendo sobremesa después de comer, nos platicó de cuando hacía donas y buñuelos en los cumpleaños de mis tíos de cuando eran niños. Y entonces nos dijo que le encargáramos el material para hacer unas donas, y así fue como los cinco estuvimos algunas horas en esa cocina haciéndolas. Usted nos decía que cantidades echar, mi tía Laura y yo le ayudábamos a amasar y a darles forma, mi tío Geovany las freía y mi papá pasaba a supervisar que todo fuera bien. Tristemente no nos salieron, creemos que el problema estuvo en no medir las cantidades exactas o quizá estábamos disfrutando tanto



el momento, platicando y riendo que se nos pasó prestar más atención a la mezcla. Pero a pesar de que no pudimos comerlas, tuve el placer de verla sentada amasando después de haberla visto semanas atrás enferma, y fui testigo una vez más de esa gran fortaleza y valentía que tiene por salir adelante ante cualquier situación.” Carmelita, Olor, sabor y color en manos de una mujer mixteca”. Editorial Casa de las preguntas, página 57/58. Oaxaca, México.

Esta unión de elementos me hace recordar a Facundo Cabral, cuando habla de la abuelita milagros que hace pan de la nada. Creo que la comida es un motivo importante

en la que se congrega la familia, la madre naturaleza y en este caso la cosmovisión. Como el ayuno, el no poder comer carne y ese fortalecimiento cultural que se funciona fuertemente y que hace que muchas cosas se pierdan en la explicación, pero se gane en el paladar.

En esta temporada se elaboran los chiles rellenos de sardina.

Se hierven en agua, sal y aceite los chiles jalapeños o cuaresmeños, ya fríos se limpian y se desvenan. Por otra parte, las sardinas hervidas se deshuesan, posteriormente se rellenan los chiles con las sardinas, se colocan

en un recipiente todos los chiles ya rellenos, se les cubre con lechuga finamente picada, se les cubre con salsa dulce de tomate tipo capsu, se les pone encima cebolla en rodajas y rábanos y a disfrutarlos...son una delicia!

No pueden faltar las tortas de papa en diversas versiones, el pescado en orégano, el chilate de nopales con camarones, el chilate de nopales con huevos ahogados, la salsa de huevo en salsa macha aderezada con epazote, los frijoles martajados, el chileajo de guajes con queso asado, huevos al comal en hoja de hierba santa, y un largo etc.

La casa de mi madre en esta temporada huele a camarón, a nopales, a ajo, cebolla, chiles, pescado, queso, epazote, frijoles, hierba santa y a muchos ingredientes más, se funde con el humo del tostado de chile, con el vapor de las ollas hirviendo, con el color del rojo del tomate, del amarillo del chile costeño, del verde de los tinados, pero sobre todo se mezcla con la madre tierra, con la cosmovisión, con la familia y con el beso de las manos mágicas de una cocinera mixteca que es mi madre.

Lo que hemos estado compartiendo no solo es el hecho biológico de comer, sino es toda la vivencia que se teje silenciosamente en todos los sentidos sociales, familiares, políticos, económicos y culturales, que considero deben salir a la luz desde

nuestros propios entornos para ser revalorizados en el sentir y pensar de nuestros pueblos.

Los invito a disfrutar nuestra cocina.

