La Junta es una cocina enorme

CORPO CREATIVO
INNOVACIÓN + CULTURA

Chihuahua
GOBIERNO DEL ESTADO

SECRETARÍA
DE CULTURA

Directorio

Gobierno del Estado de Chihuahua:

Javier Corral Jurado
Gobernador Constitucional del Estado de Chihuahua

María Concepción Landa Landa García Téllez
Secretaria de Cultura del Gobierno
del Estado de Chihuahua

Raúl Manriquez Moreno
Director General de Capital Cultural

Leonardo Daniel Miranda Cano
Director de Desarrollo Cultural

Luis Iván Carlos Hernández
Jefe del departamento de Programación
y Desarrollo Artístico

Equipo de CorpoCreativo

Laura Iveth Lopez Marin - *Directora*

Emmanuel Rojas Botello - *Director de Investigación y Evaluación*

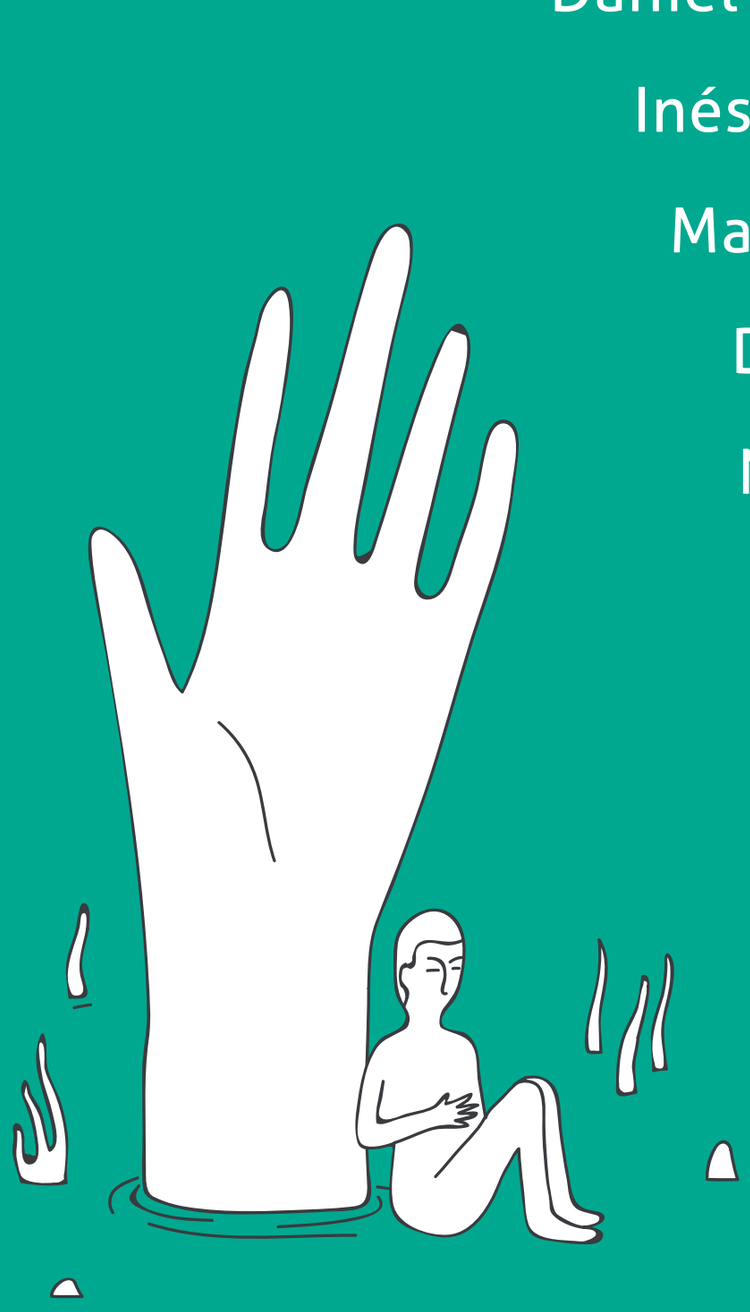
Daniel Lara Sánchez - *Coordinador general*

Inés Gutiérrez - *Coordinador General*

Mariela López Marin - *Facilitadora*

Dolores Garnica - *Facilitadora*

Natalia Fregoso - *Facilitadora*



INTRODUCCIÓN:

El siguiente trabajo es el resultado del Taller de Gastronomía y Crónica, el cual se llevó a cabo junto con mujeres de La Junta, Guerrero, Chihuahua, quienes compartieron acerca de su comunidad, su cultura y su historia utilizando la gastronomía. Del mismo modo, las imágenes que ilustran este documento son resultado del Taller de Principios Básicos de Fotografía impartido para jóvenes de la misma localidad.

Listas de asistencia talleres

Taller Principios Básicos de Fotografía

Carlos Javier Gutiérrez Jaime

Flor María Domínguez González

Jimena Colmenero Mariscal

Olga Patricia Rodríguez Escudero

Luis Ángel Sánchez Gutiérrez

Karla Maldonado

Fernanda Michell Armendáriz Lucero

Cristal Johana Estrada Caraveo

Dana Zaret Mendoza Córdova

Hortensia Guadalupe Prieto Aragón

Leyre Ninette Morales

Arleth Abitia Caballero

Taller Gastronomía y Crónica

Hortensia Guadalupe Prieto Aragón

Olga Patricia Rodríguez Escudero

Rosa Elva Sánchez

Loise Alejandra Fernandez Sanchez

Martha Olivia Estrada

Moraima Fong Rascón

Patricia Lorena Grijalva Bautista

La Junta es una cocina enorme

Dolores Garnica

Podemos decir que conocemos La Junta, en Chihuahua. Lo digo porque aunque nunca hemos estado allí, sí tenemos ya a más de diez amigas de esa linda tierra. Mariela, Daniel, Laura y yo nos hemos sentado con ellas en su cocina, con los chiles y la fruta arriba, oréandose. Hemos visto en nuestra imaginación sus hornos de leña y hasta hemos sentido el frío que se siente ahora. Olimos juntos el olor del pan y de la leche recién ordeñada. Viajamos en tren e incluso pasamos por debajo de él corriendo. Pero, sobre todo, hemos probado su maravillosa comida: mezcla increíble de pueblos, naciones, historias y comunidades. Del arroz con col de la familia Fong al pollo pasado en chile y el caldo de mariscos con influencia nayarita.

No hemos pisado el comedor de la familia Sánchez, Grijalba o Prieto, pero ya comimos con la abuela Trinidad de Rosa Elva que hacía milagros con poco en la despensa y nos fuimos muy tempranito a la ordeña con los tíos de Lupita, jugamos a la liga con dos sillas regresando de la escuela con Moraima, cosechamos zanahorias con la familia de Paty y descubrimos la nuez moscada con la mamá Flor. Comenzamos una tradición culinaria con Loise y después de la fiesta, en la cruda, nos curamos un caldo que durante tres días nos cocinó Martha. En Zoom, pero sobre todo, mediante la escritura afilada y deliciosa de nuestras compañeras, descubrimos una cultura, la de La Junta, poderosa, rica, intensa y, sobre todo, extraordinaria.

Gracias por el festín, queridas amigas.

Ensalada de calabaza para Nochebuena

Hortensia Guadalupe Prieto Aragón

Desde que vivía mi abuelita Elisa, la madre de mi madre, sin falta, los primeros días de noviembre veía que apartaban calabazas del casco de la cosecha, de esas que habían dejado madurar en la tierra hasta que se secara la guía y antes de que cayera la primera helada.

Las calabazas tenían que ser robustas y macizas, ya sea veteadas de verde o con variados tonos de amarillo ocre. Primero las pelaba en el patio, sobre un metate en una barda que había junto al viejo lavadero o sobre la piedra redonda en la que machacaban la carne seca. El cuchillo tenía que ser pesado y filoso, mientras que los pedacitos de cáscara volaban lejos con cada golpe, la calabaza dejaba ver su carne amarilla, casi naranja. Una vez pelada le quitaban el pezón y la partían en dos, escondidas entre las hebras gruesas mi abuela sacaba con las manos las semillas grandes y perladas y luego las dejaban secar al sol, porque esas semillas se utilizaban en la siembra del año venidero.

Ya en la cocina y sobre la tabla de picar, ella picaba la calabaza en trozos: ni muy grandes ni muy chicos. Después la cal que antes era cal del mineral de Calera, de aquí cerquita de La Junta, después, de donde se pudiera conseguir, como cal hidra de la ferretería; con las manos batía la cal para que no se asentara, mientras en el dorso de sus arrugadas manos se le formaban longos surcos blancos, un puño grande nomás, porque si no, se amargaba la calabaza.

En una olla grande se vaciaba la calabaza picada con la cal y se dejaba reposar alrededor de media hora, no más, de manera que con la inmersión en la cal se volviera dura al tacto. Entonces estaba lista y había que enjuagar la calabaza repetidamente bajo el chorro del agua, para que no quedara nada del amargor de la cal, esa era nuestra tarea, la de los niños.

En lo que pelaban, picaban y endurecían la calabaza en cal, ponían el piloncillo en agua a hervir, junto con canela y clavo (canela en rollo, no canelón, decía Flor, mi mamá), y al cabo de un rato se perfumaba el ambiente de todas las habitaciones con el caldo cobrizo primero, luego color caramelo tostado, tomado del tinte de las especias y del piloncillo oscuro porque no les gustaba el de color claro.

Para ese tiempo ya teníamos entre todos, picadas y peladas, bastantes manzanas, de las que habíamos guardado de finales de septiembre y octubre (en rejas y en lo oscuro y fresco de la habitación que hacía de despensa, para que no se hicieran arenosas). Las manzanas de la variedad más tardía, las Star Crimson, que se caracterizan por ser fragantes recién cortada, jugosa, de textura compacta y sabor agridulce, aunque cada manzana de aquí de la región tiene su textura y su sabor peculiar. También se agregaban unas Golden Delicius amarillas y arrugadas, a las que una mordida o asadas sobre la estufa le sacaban la miel de su interior, para que le agregara más dulzor a la ensalada y una que otra Red que había logrado escapar del recipiente para vinagre. Alguien más pelaba los cacahuates y las nueces y despegaba las uvas pasas, porque formaban, de tan dulces, un bloque compacto en los paquetes. A ella le gustaba agregar también algo que a mí me parecía inusual: papas sin cáscara y picadas. Una vez cocido todo, se reconocían las papas porque su textura es densa agradable entre el paladar y la lengua, y porque capturó todos los sabores de sus acompañantes. De la papa original no quedaba ni rastro.

Hoy día yo le agrego dátiles picados y arándanos, que no desentonan para nada con la versión original. Una vez que el piloncillo se derretía, se le agregaba la calabaza y se dejaba hasta que ya se palpaba cocida. Esto sucedía cuando abrías un pedacito con los dedos y el interior estaba blanda y con su capa exterior endurecida. Entonces le ponías las papas primero, luego de unos minutos, la manzana, las uvas pasas, los cacahuates y nueces y se dejaba todo cocer hasta que las pasas se agrandaban. Luego de cerrar el fogón, con la olla tapada, se dejaban enfriar hasta la mañana siguiente. Cuando era la hora de cenar la olla de ensalada se encontraba bastante disminuida porque parece que entre más comes más quieres; porque su sabor es delicado y fresco, suave al estómago.

Ingredientes:

- 1 calabaza de casco de buen tamaño
- 8-9 manzanas grandes
- 5-6 papas medianas al gusto
- 3-4 piloncillos grandes-oscuros
- 3 tazas de cacahuates pelados
- 1 taza de nuez picada gruesa o en mitades
- 3 tazas de pasas
- 2 tazas de dátiles picados
- 2 tazas de arándanos
- 2 trozos grandes de canela en rollo
- 1 cucharada sopera de clavo de olor
- 1 taza chica de cal
- Agua suficiente/ una olla grande con tapa

Preparación:

Se pela la calabaza y se corta en cubos pequeños y se pone en una olla con la cal disuelta y se revuelve, se deja reposar hasta que esté dura al tacto. Después se enjuaga bien, que no queden restos de cal. Se pican las manzanas y las papas.
En lo que la cal endurece la calabaza picada se pone a hervir agua en una olla profunda, con la tapa puesta. Cuando comience el hervor se agrega el piloncillo, canela y clavo. Cuando el piloncillo se disuelva se agrega la calabaza y se deja hasta que ablande su interior, luego de esto se le agrega las papas picadas, se dejan unos 10 minutos y al cabo de este tiempo se agrega la manzana picada, dátiles, arándanos, nueces, pasas, cacahuates. Se tapa la olla nuevamente y se continúa cocinando hasta que las pasas se agranden y toda la fruta esté cocida.

Se sirve a temperatura ambiente (fría) en vasos grandes y altos o en pocillos de peltre durante la Nochebuena o Navidad.

Foto: Carlos Javier Gutiérrez Jaime

Sopa de coditos con nuez moscada

Hortensia Guadalupe Prieto Aragón

Nunca supe que alguien más utilizara en mi barrio la nuez moscada para cocinar algo dulce o salado. El caso es que mi mami Flor la usaba bastante en los alimentos. Uno de los guisos favoritos de todos, que se ocupaba no solo como entrada sino hasta como plato principal, por los ingredientes que lleva, era la sopa de coditos con nuez moscada.

Fui una niña bastante consentida que no hacía labores, pero también de ver se aprende..., hasta mi adolescencia, cuando de pronto murió mi papá, alcancé a vislumbrar lo que son las ausencias. Cierto que mi mamá era tremenda trabajadora y para ella nunca existieron roles específicos: desde hacer hoyos con barra, poner árboles, colocar láminas en el techo, ordeñar, sembrar y cosechar, hasta hacer delicadas flores de azúcar glass y edificaciones de pastillaje sobre enormes pasteles, para bodas, cumpleaños y celebraciones familiares. Rezar mucho con una devoción que rayaba en la exageración y pedir en sus oraciones por todo el mundo, familiares, amigos, conocidos, desconocidos mediante una lista de nombres que su memoria prodigiosa no olvidaba; ah también leer libros de leyes, desde el código civil de Chihuahua hasta la Constitución: los libros de temas legales le fascinaban y a pesar de que la vida no le dio oportunidad de estudiar, nos ponía a todos "a raya" en operaciones matemáticas mentales. Así que viendo aprendí a hacer muchas cosas...

No sé. No tengo idea de dónde haya tomado la nuez moscada entre sus especias favoritas, a lo mejor se mencionaba en los catálogos de Sears Roebuck que hasta hace poco me encontré en guares gigantes entre el tejado de nuestra vieja casa familiar. En esos catálogos, me platicaba ella, encargaban los pantalones caqui de mi abuelo, sus zapatos bostonianos marca Canadá y las faldas tableadas de mi abuelita Elisa; los zapatos de tacón de clavo y los vestidos "nice" de mi mami y de mi tía Cuca, cuando ya eran señoritas e iban a los bailes.

En la personalidad recia y a veces hasta autoritaria de mi mami se entremezclaban la delicadeza, la lealtad y la religiosidad. Al cocinar cualquier cosa le echaba la señal de la cruz con la mano, esa bendición que lo mismo nos acompañaba al salir, servía como rito inicial inadvertido, rutinario, para que la comida saliera bien.

Rallaba la nuez con el borde de un cuchillo filoso sobre un platito hasta completar una cucharita cafetera, picaba cebolla y ajo finitos en una olla o una sartén grande, de fondo bajo. Echaba mano de la mantequilla y la ponía a derretir con movimientos circulares, no margarina, mantequilla, y si era ranchera mejor; pimienta que allí mismo molía sobre el ajo y cebolla. Luego, ya que tenía cocida la sopa de coditos, al dente, para que no se deshiciera al revolver, a la cebolla y a los ajos sofritos en la mantequilla les agregaba puré de tomate normal o sazonado, y no lo dejaba mucho sobre el fuego para que no se acidificara. Luego vaciaba la sopa y revolvía con cuidado hasta que ésta se mezclara con todo el tomate. Agregaba pollo desmenuzado si no había más, pero, si tenía a la mano, una charola de mollejas cocidas con sal, cebolla y ajo (las mollejas de pollo las picaba finitas), otras veces agregaba trocitos de pollo, hígado, corazón y la molleja de pollo fresco: todos bien cocidos y recuperado del caldo de pollo. Si se le pasaba un poco la cantidad de tomate agregaba un poco de leche.

Cuando agregaba la carne o las vísceras de pollo picaditos revolvía nuevamente. Para este punto tenía ya queso rallado que sumaba. Volvía a revolver desde abajo. Finalizaba con una capa grande de queso en la superficie, apagaba el fuego y cubría con una tapa o papel aluminio. Cuando se servía el queso estaba gratinado.

Ingredientes:

- 2 bolsas de sopa de coditos
- 1 barra de mantequilla menonita o ranchera
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cucharada de pimienta negra molida
- 1 cucharada de nuez moscada rallada
- 3-4 dientes de ajo picados finamente
- Media cebolla mediana picada finamente
- 2 cajas chicas de puré de tomate normal o sazonado
- Una charola de mollejas cocidas con sal, ajo y cebolla, picadas finamente/ o dos tazas de pollo cocido y desmenuzado
- Media taza de leche
- 2 Tazas de queso Chihuahua menonita (Tipo Cheddar o Chester suave)

Preparación:

Se cuece la sopa de coditos en un recipiente con suficiente agua, al que se agrega aceite de olivo y sal. Una vez cocida se enjuaga para parar la cocción y se escurre.

En una sartén o cazuela honda, a fuego medio, se pone la barra de mantequilla y se derrite junto con el aceite de oliva. Se agrega la cebolla y el ajo cuidando de que no se quemen, allí mismo agrega la pimienta y la cucharada de nuez moscada, de inmediato se pone el puré, únicamente hasta que se sazone por uno o dos minutos, para evitar que tome un dejo agrio. Agregar la sopa y revolver con cuidado y desde el fondo. Se agregan las mollejas picadas o el pollo desmenuzado, se revuelve hasta que todo se incorpore. Se le pone la mitad del queso poco a poco, revolviendo, se agrega la leche y se revuelve de nuevo. Terminar espolvoreando el resto del queso de manera uniforme. Se tapa para que al servir el queso se encuentre gratinado.

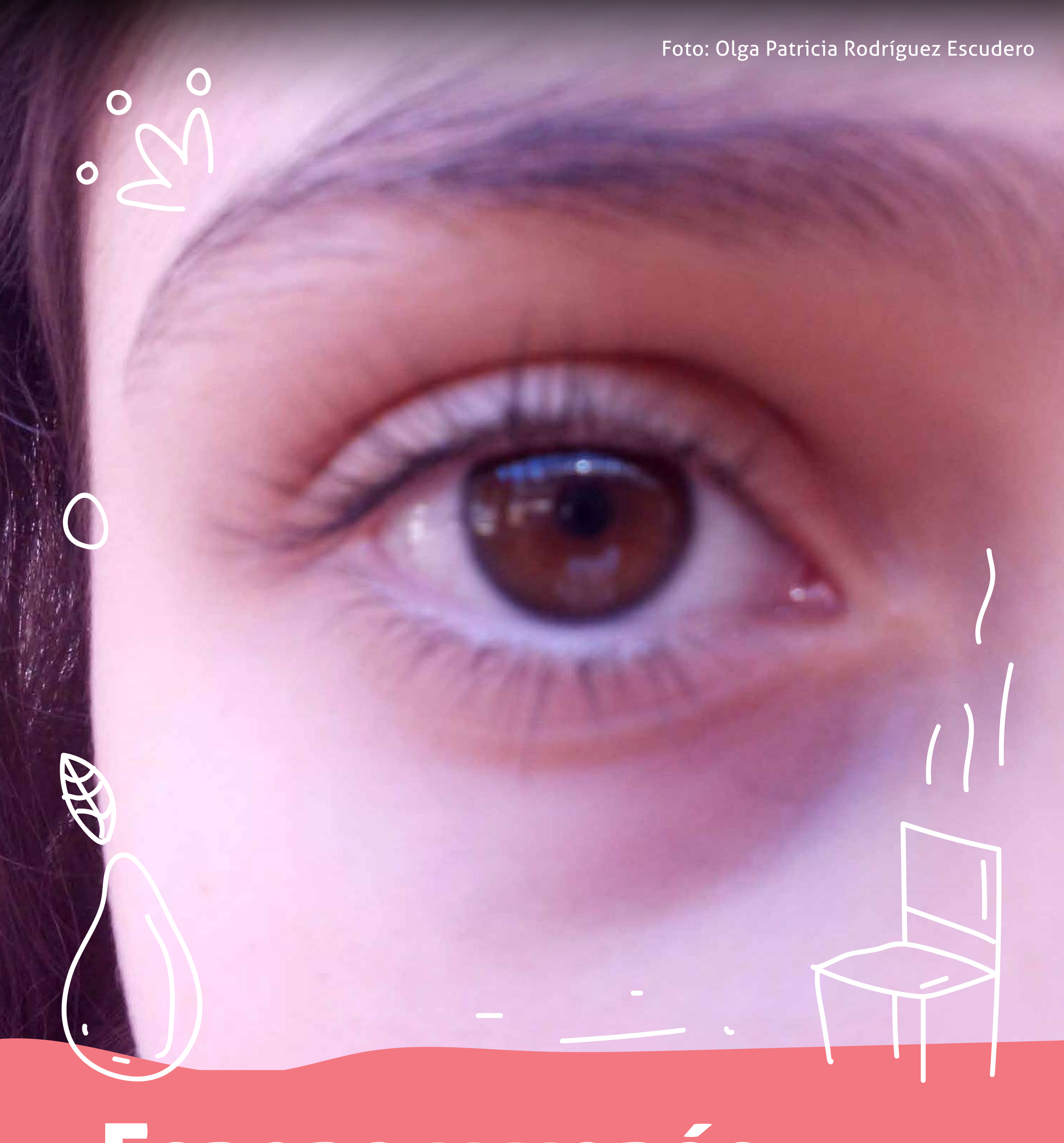


Foto: Olga Patricia Rodríguez Escudero

Espera y verás

Moraima Fong Rascón

Cuando era niña una noche mi papá estaba en la cocina. Entré y le pregunté "¿qué estás haciendo?" Él me respondió: "¡Espera y verás! Siéntate en la silla". Recuerdo que arriba del refri teníamos una televisión, la imagen era blanco y negro, y estaba encendida: lo más probable es que estaría el programa de El Chavo del Ocho. Mientras veía el programa papá batía unos huevos en un plato hondo y ya tenía repollo y cebolla picados. Vació el repollo y la cebolla a que medio se guisaran en una sartén con aceite. Enseguida le echó el huevo y me sirvió en un plato. Esa fue la primera vez que probé el repollo con huevo revuelto. La consistencia del repollo semicrudo y crujiente del huevo hacía una combinación que me encantó.

Ingredientes:

- 5 huevos
- ¼ de repollo picado finamente
- Cebolla al gusto
- Aceite y sal

Preparación:

Se cuece la sopa de coditos en un recipiente con suficiente agua, al que se agrega aceite de olivo y sal. Una vez cocida se enjuaga para parar la cocción y se escurre.

En una sartén o cazuela honda, a fuego medio, se pone la barra de mantequilla y se derrite junto con el aceite de oliva. Se agrega la cebolla y el ajo cuidando de que no se quemen, allí mismo agrega la pimienta y la cucharada de nuez moscada, de inmediato se pone el puré, únicamente hasta que se sazone por uno o dos minutos, para evitar que tome un dejo agrio. Agregar la sopa y revolver con cuidado y desde el fondo. Se agregan las mollejas picadas o el pollo desmenuzado, se revuelve hasta que todo se incorpore. Se le pone la mitad del queso poco a poco, revolviendo, se agrega la leche y se revuelve de nuevo. Terminar espolvoreando el resto del queso de manera uniforme. Se tapa para que al servir el queso se encuentre gratinado.

Foto: Luis Ángel Sánchez Gutiérrez

Arroz con chilaca

Loise Alejandra
Fernández Sánchez

Ingredientes:

- 2 tazas de arroz
- 6 chiles chilaca (chile verde)
- 1/4 kg queso menonita
- 300 g de jamón
- 1 lata grande de elote dulce
- 200 g de crema de leche

Preparación:

Se cuece el arroz. Se asan los chiles se limpian y se pican en trocitos. Se pica el jamón en cubos y se ralla el queso. Se coloca una capa de arroz en un refractario y se le coloca una capa de chile chilaca, jamón, queso, elote y crema. Se pone otra capa de arroz y otra capa de los demás ingredientes. Se hornea por treinta minutos y listo. Perfecto para acompañar las albóndigas al vapor.

Por cierto, no debe faltar una rica salsa para hacer felices a los invitados:

Foto: Arleth Abitia Caballero

La salsa de chile de árbol versión mi mamá Rosa Elva

Ingredientes:

- 1 lata de puré de tomate
- 4 o 5 chiles de árbol
- 1/2 cebolla
- 2 manzanas
- Cilantro, un mazo

Preparación:

Se cuecen los ingredientes, excepto el puré y el cilantro. Ya cocidos se muelen en la licuadora con el puré. Se pica finamente el cilantro y se agrega a la salsa. Voy a revelarles un secreto: mi mamá puede sustituir las manzanas por ciruelas, chabacano o albaricoque o por cualquier otra fruta que a ella le guste.

Guiso de la abuela Trinidad

Rosa Elva Sánchez Núñez

Mi abuela Trinidad me contó que unos años antes, durante la Segunda Guerra Mundial, losalimentos eran difíciles de conseguir y para suplir al café utilizaban garbanzo tostado. Tenían ganado pero no tenían flujo de efectivo. Sembraban algunas hortalizas o beneficiaban los frutos silvestres. Solía tener almácigos con lechuga, rábanos, calabaza, repollo, nabos y zanahorias, tampoco faltaban las cebollas de rabo y los tomates.

En las tierras de labranza le asignaban espacios pequeños para habas, tecómare (frijol grande), garbanzo, chícharo y maíz dulce. De hecho, otro de mis platillos predilectos es uno que integra jaltomates o tomatitos silvestres.

Ingredientes:

- 1 kg de carne de puerco en trozos pequeños
- 1 taza de jaltomates
- 6 o 7 ramas de cilantro
- 1 chile jalapeño
- 1/4 de cebolla
- 1 diente de ajo
- 1 bolita de nixtamal

Preparación:

Se cuecen los jaltomates, el chile, la cebolla y el ajo. Se fríe la carne hasta dejarla doradita.
En el molcajete se muelen los ingredientes cocidos junto con el cilantro. Se agrega todo a la carne guisada, adicionando la bolita de nixtamal como espesadura.
Se agrega agua suficiente para permitir que el guiso quede agüadito. Permitir hervir durante 10 minutos para que se integren los ingredientes. Yo lo llamo el guiso de la abuela Trinidad.

Foto: Jimena Colmenero Mariscal

Pollo relleno de chile pasado

Patricia Lorena Grijalva Bautista

Mi mamá Elisa les daba "cran" a los pollos. Elegía uno de buen tamaño, lo atrapaba y luego lo tomaba del pescuezo y le daba volteretas hasta que se fracturaba el cuello. Antes había trazado una cruz de sal en el patio: ella decía que para que murieran luego y en paz. Hoy parecería una muerte atroz, pero en realidad era bastante rápida: el pollo pasaba de este mundo al otro en un momento, ni alcanzaba a batir las alas.

Cuando los colocaba sobre la cruz de sal el cuerpo se aflojaba de inmediato. Ya tenía antes del crimen el agua hirviendo, así que tomaba al pollo muerto, lo sumergía unos instantes porque si lo dejaba más se cocía, de esta manera se le podían arrancar las plumas fácilmente. Cuando el pollo estaba pelón solo quedaban unos pocos vellos sobre su cuerpo, por lo que lo tomaba de las patas y cuello y lo pasaba por la llama de la estufa o con una antorcha de papel periódico para que se "charrascaran los pelos". Lo colgaba un rato de las patas a fin de que la sangre fluyera al cuello y no estropeara el resto del pollo.

Luego venía la lavada con bastante jabón de trastes y un estropajo. Se enjuagaba perfectamente y le cortaba el pescuezo para retirar la tráquea; luego con el cuchillo le hacía una incisión en la cola y le retiraba las vísceras. Lo volvía a lavar y apartaba el corazón y el hígado con mucha precaución para no derramar la hiel de la vesícula biliar. Limpiaba las mollejas y las tripas limpias se las arrojaba a los perros, porque siempre hemos tenido perros guardianes y de compañía, fieles y bellísimos.

Antes del proceso de la matanza del pollo ponía chiles pasado a remojar, enteros, con todo y cola y semillas; una vez que estaban blandos los tomaba de uno en uno, los abría y les quitaba las semillas dejando únicamente la carne. Tomaba todos los chiles ya listos y los partía con el cuchillo de una vez. También picaba cebolla finita, blanca o morada, lo que hubiera, ponía a derretir manteca de puerco en un sartén ancho: agregaba el chile, la cebolla, un poco de ajo y papas que previamente había sancochado, picadas en cuadritos. Sazonaba con sal y removía para que no se pegara el chile, hasta que las papas absorbían el color y sabor del chile pasado.

El pollo crudo se rellenaba con el guiso resultante y con hilo y aguja cosía las aberturas de la cola y el cuello, dejándolo bien sellado. También agregaba las vísceras que había apartado. Lo ponía en una olla grande a sancochar con menta, ajo y cebolla, cuidando de que no se cociera del todo. Una vez sancochado (lo sabía por la textura y apariencia de la piel) lo metía en una charola en el cocedor de la estufa de leña: el calor estable de la leña permitía que el pollo terminara de cocerse, tomando la piel un color dorado.

Cuando juzgaba que estaba listo lo ponía en la mesa y lo servía rebanándolo en porciones delgadas añadiendo relleno de chile, así el pollo tomaba un sabor espectacular. Hacía también frijoles caldosos fritos con manteca de puerco y le agregaba unos trozos de queso, directo del zarzo, que era un adminículo de madera suspendido del techo donde se oreaban los quesos. Allí encontrábamos en todo momento quesos amarillos, de corteza dura e interior blando, quesos tiernos y quesos duros, especiales para rallar. Ella cortaba trozos largos del queso amarillo con corteza dura y los ponía sobre los frijoles humeantes, por lo que el queso se comenzaba a derretir en el plato. Tortillas de maíz gruesas, calentadas al calor de la estufa de leña y para tomar café espeso, hervido con canela y clavo, negro, directo de la cafetera sin filtro.

Mi mamá Elisa hacía muy frecuentemente este pollo para que lo comiéramos junto con ella, después ya no tanto, pero cuando estaba ya muy viejecita no faltaba para los 7 de octubre, cumpleaños de Cuca mi tía, hermana de Flor.

Ingredientes:

- Un pollo mediano entero, con vísceras
- 300 g de chile pasado
- 5 papas medianas
- 1 cebolla grande
- 5 dientes de ajo
- 1 cucharada grande de pimienta negra entera
- 1 cucharón regular de manteca de puerco
- 2 cucharadas de mantequilla ranchera
- Sal al gusto

Preparación:

Se remoja el chile pasado. Una vez blando se retira la cola y semillas, se corta en trozos, se agrega la tercera parte de la cebolla picada finamente, junto con dos dientes de ajo también picados y se sofríen en manteca de puerco ya caliente. Se agregan las papas sancochadas (con piel o pelada, como prefieran), picadas en cuadritos. Sazonar con sal al gusto. Se reserva.
Al pollo se le retira la cola (por los depósitos de grasa), se sutura el cuello, se rellena por la cola de a poquito utilizando dedos o una cuchara con el guiso de chile pasado y las vísceras, cuando esté repleto se cose también por la cola de manera que quede bien sellado. Se le atan las patas y alas con un cordón, se pone a cocer en agua con el resto de la cebolla, ajo, sal y pimienta negra entera. Cuando esté sancochado se saca con cuidado de no quemarse, se quitan los cordones, se recubre con una capa de mantequilla ranchera y se pone en el horno en una charola cubierto con papel aluminio. Se cocina a fuego bajo hasta que esté bien cocido. Se le retira la cubierta de papel aluminio para que la piel se dore. Se rebana en lonchas delgadas y se acompaña con frijoles caldosos y tiras de queso artesanal.
La mantequilla es opcional. Si quiere el pollo crocante no le ponga mantequilla.

Albóndigas al vapor

Loise Alejandra Fernández Sánchez

Cuando nació el hijo de mi prima, hace ya dieciocho años, fue un gran acontecimiento porque ella siempre ha sido muy cercana con nosotros. Mi mamá dice que es como otra hija. Así que las celebraciones por su primer cumpleaños fueron por todo lo alto.

En el patio de su casa, donde reina un frondoso árbol de manzanas, pusieron mesas adornadas para recibir a los invitados. Julio es un mes que tiene muy agradable temperatura —si no llueve— y fue muy grato sentarse a picar los cueritos con salsa, bombones y otros antojitos mientras esperábamos lo que sería la comida formal. Las conversaciones eran acerca de lo bonito que se veía el lugar, de lo grande y guapo que estaba el niño, salpicadas de risas y repentinamente de uno que otro grito regañando a aquel que corría y podía tirar una mesa, o a los otros porque peleaban por coger las delicias de alguna mesa que aún estaba vacía.

Por fin sirvieron la comida, que ya era necesaria porque habíamos estado aguantando el hambre durante muchas horas. Una deliciosa sorpresa nos esperaba al desenvolver el aluminio de dos bolas que nos presentaron en un plato. Albóndigas en papel aluminio. Desenvolver una y cortar un trozo con el tenedor fue un solo movimiento. Valió la pena la espera.

A partir de ahí mi mamá pidió la receta y se adueñó de ella. Cocina las albóndigas en ocasiones especiales y para cumplir algún antojo. Ella dice que es el platillo perfecto por el tiempo y la oportunidad, porque las preparas con anticipación y las pones a cocer con el horario justo para que estén recién cocidas al momento de servir.

Ingredientes:

- 1 kg de carne de res molida
- 1 kg de carne de cerdo molida
- ½ kg de tocino finamente picado
- Salsa inglesa
- Salsa de soya
- Jugo Maggi
- Jamón en rebanadas delgadas
- Yerbas de olor

Preparación:

Se mezclan las carnes con el tocino, las salsas y el jugo. Se elaboran las albóndigas y se cubren con una rebanada de jamón, luego se envuelven en papel aluminio. En una vaporera se ponen las hierbas de olor en el agua, se coloca la rejilla, se ponen a cocer las albóndigas al vapor durante dos horas. Se sirve con una salsa al gusto.

Comida de amigos

Moraima Fong Rascón

Mis abuelos paternos emigraron de China en busca de trabajo y radicaron finalmente en La Junta. Aquí trabajaron en el comercio, teniendo la tienda ubicada casi frente a la estación de ferrocarril. Recuerdo que cuando era pequeña me gustaba invitar a comer a la casa a mis amigos y amigas, saliendo de la escuela.

Yo entraba muy feliz porque iba acompañada de mis amigos, y sabía que terminando de comer seguía toda una tarde de juegos (jugar a la liga con dos sillas, al globo, al lazo o hacer pastelitos de lodo).

Llegábamos y dejábamos las mochilas en el sillón y mi mamá nos decía que fuéramos al baño a lavarnos las manos, mientras ella nos servía la comida recién hecha y calientita.

Nos tenía preparado arroz blanco y repollo con carne, un platillo que a mi papá le gusta y que a mi abuela paterna le acostumbraba preparar. Para mí era muy común, casi siempre, comer arroz. Era como la tortilla de Maseca con las que normalmente acompañamos nuestras comidas.

Hoy, después de varios años mis amigos aún recuerdan esa comida que para mí era tan sencilla, pero que para ellos resultaba muy sabrosa y extraordinaria.

Ingredientes:

. Una taza de arroz por dos de agua
- Un repollo mediano
- Media cebolla
- Un diente de ajo
- Sal al gusto
- Un kilo de bistec o carne de puerto picado
- El aceite necesario para guisar la carne

Preparación:

Para el arroz: lavarlo y se pone a fuego alto con las dos tazas de agua. Cuando el arroz ha gastado ya casi por completo el agua, se baja la lumbre y se colocan en un comal para que se termine de cocer el arroz, aproximadamente 15 minutos.

Para el repollo: cortarlo finamente. Aparte se guisan la carne con cebolla y ajo, a lo que se agrega el repollo, sal al gusto y un poco de agua. Se cocina a fuego lento hasta que se cueza el repollo.

Foto: Flor María Domínguez González

Cocido dominical

Moraima Fong Rascón

Mi mamá, durante una larga temporada, todos los domingos hacía de comer cocido. Se levantaba a poner la olla y calentar el agua, y mientras hervía alistaba las verduras. A veces era repollo con papas, en otras ocasiones ejotes, calabacitas y zanahorias. Cuando el agua estaba lista echaba la carne del cocido, lo descremaba, y dejaba que se cociera por un buen rato. Nos lleva a misa a mis hermanos y a mí y cuando regresábamos, lo terminaba de hacer vaciando las verduras. Obviamente lo acompañaba con arroz blanco. De niña solo me gusta el caldo con verduras, arroz y un hueso blanco y grande sin carne.

Ahora de grande entiendo por qué en ciertas temporadas el cocido era con ejotes y calabacitas. Tentó un tío que toda su vida ha sembrado en su casa: le gustaba cosechar frijol e lotero, calabacitas, calabaza de casco y fresas, además, tiene árboles de durazno y pera. A sus 84 años sigue practicando la siembra. Con esas verduras orgánicas el cocido sabe muy sabroso.

Ingredientes:

- 1 kilo de cocido de Carrizo con hueso blanco
- Medio repollo
- 4 papas
- Ejotes
- 4 zanahorias
- Un diente de ajo
- Sal y pimienta al gusto
- Una taza de arroz

Foto: Flor María Domínguez González

Nabo en el cocido de res

Patricia Lorena Grijalva Bautista

Siempre poníamos un huerto familiar. Zanahorias, betabeles, lechugas, cebollas de rabo y nabos... ¡Cómo me acuerdo de los nabos! con sus hojas amplias y rizadas de tinte morado que sujetábamos con fuerza para poderlos arrancar del surco, emergiendo poco a poco esferas brillantes y blancas con esbozos púrpuras o violáceos de piel fina, aterciopelada y fresca.

Carne blanquísima y apretada, unos salían de la tierra negra de la parcela y otros de aquí pasando la calle, donde teníamos unos pocos árboles de manzana de variedades raras, como el" Banana" con frutos de color amarillo claro y cáscara cubierta de cera pegajosa.

También había duraznos y membrillos, las ramas de membrillos eran especiales por su flexibilidad para dar chicotazos a los niños malcriados. Los árboles se encontraban espaciados, de manera que entre ellos se aprovechaba el lugar para sembrar hortalizas. La tierra es "de grano", de esas que el azadón desprendía en pequeñas bolitas, de subsuelo barroso, por lo que no se tenía que exagerar en los riegos.

Esta tierra parecía ser especial para los nabos de tanto que crecían, sin abonos, por lo que siempre comíamos lo que ahora se ha vuelto moda, lo orgánico.

Si ya había zanahorias de buen tamaño las agregaba mi mamá Elisa o Flor, mi tía, al caldo de res. Si no habíamos matado una vaca entonces me mandaban por el cocido a la carnicería de los Quintana, cuando el mandado lo hacía a pie iba con el temor de que estuviera el tren atravesado, porque siempre tuve mucho miedo de pasar por abajo y que "pegara el jalón". Mis condiciones físicas de altura y esbeltez siempre me ayudaron a brincar velozmente pisando las muelas de acople, pero buscaba los carros tanque porque tenían más espacio por debajo y tanteaba pasar por el medio por si jalaba de pronto el tren, tuviera tiempo de pasar.

Tenía que traer menor cantidad de cocido de pecho, poco porque es más duro, pero tiene mucho sabor: carrizo, cola, cadera y costilla con el agregado de huesitos blancos para que "agarrara más sabor". La carne la envolvían en la carnicería con papel estraza café y encima le ponían papel periódico para que la humedad de la carne no deshiciera el papel, una vez que llegaba con el paquete intacto a la casa se sacaba la carne y le daban una lavada con el chorro del agua. Ya tenían puesta el agua a hervir, le echaban la carne toda al mismo tiempo y le ponían pimienta negra entera, dientes de ajo, cebolla partida en cuatro y una espolvoreada de comino y sal al final.

Los nabos se partían en ocho partes y suplían a las papas, porque cuando llevaba el caldo nabo, no tenía que tener papas. Se cortaban las zanahorias en triángulos, calabacitas mayeras y unos trozos de repollo, tampoco tanto repollo porque opacaba el sabor del nabo. Cuando la carne estaba casi cocida se le agregaba toda la verdura y se rectificaban las especias. Durante la cocción las ventanas se empañaban de vapor y la cocina se ponía fragante de olor a caldo, con el aroma peculiar del nabo.

Servían el caldo en cazuelas de barro de esas hondas, que comprábamos a los "ferieros" del 12 de octubre o que traíamos del estado de México. Luego lo primero que probaba eran los nabos que con la cocción tomaban un color amarillo pálido, verdoso. Su sabor es delicado, parecido al de las calabazas tiernas, con un picor muy sutil y su interior blando de carne más compacta que deshecha. Nunca vi que se deshiciera un trozo de nabo. El caldo de cocido con nabo se acompañaba con un arroz blanco, sencillo, aderezado solo con ajo, cebolla y sal o con unos fideos, de esos gruesos.

Ingredientes:

- 2 kilos de cocido mezclado (cola, pecho, cadera, carrizo) con huesitos blancos
- 1 cebolla grande cortada en cuatro partes
- 6 dientes de ajo
- Lo que tome con los dedos de pimienta negra sin moler
- 1 cucharada sopera de cominos
- ½ repollo (col) picado en 6 partes
- 6 zanahorias grandes
- 5 nabos grandes picados en 8 partes
- 3 calabacitas mayeras picadas en cuadros
- Sal al gusto

Preparación:

Se pone agua suficiente a hervir en una olla grande con tapa. Se agrega la carne lavada ya cortada en trozos regulares junto con los huesitos blancos, ajo, cebolla, pimienta y cominos. Cuando esté ya cocida se agregan las verduras, todas juntas, se rectifica la sal y la especias, y se deja hasta que se cuezan (sabes que están cocidas si pellizcas las zanahorias y el nabo y están blandos).

Huevos en salsa

Rosa Elva Sánchez Nuño

La abuela me maravillaba. No sabía leer ni escribir, pero era excelente haciendo cuentas. Tenía una sabiduría que creo le fue inyectada genéticamente. Recuerdo que me recitaba coplas atribuidas a Juan Rulfo. Estoy cierta de que la abuela sí sabía quién era tan ilustre escritor, no porque lo hubiera leído, quizás lo escuchó en algún programa de radio y eso era lo que me causaba admiración: la prodigiosa memoria que poseía.

Yo solía leer poesía sentada en el portal con su piso de tierra, o mi lugar favorito, un jardín en desnivel que en mi infancia me fue vetado. Ahí obligaba a un primo a ser testigo de todo el histrionismo del que yo era capaz mientras declamaba: “Sólo que sea por eso…”

La abuela nos miraba y quizás esa fue la razón por la que se sintió inclinada a compartir conmigo lo que guardaba en su memoria. Una tarde, mientras martajaba el maíz para preparar “cunque” (así llamaban al maíz quebrado para los pollos) me dijo: "También yo me sé unos versos" y procedió a recitar:

“Hermosa flor de pitaya, blanca flor de garambullo, aunque a México me vaya, éste corazón es tuyo.”

Y así siguió con las demás coplas.
Durante mi estancia en el rancho coincidí con un tío y dos de sus hijos. Era el tiempo de preparar la tierra y sembrarla. Salían temprano de casa y regresaban al mediodía. Un día de tantos vi que no había qué cocinar, a menos que contaran unos seis o siete chiles colorados y media cabeza de cebolla. Me sentía preocupada, no es que yo fuera a cocinar, la abuela, mamá y mi hermana corrían fama de buenas cocineras, yo, pues yo solo era el gen recesivo en la familia.

Le conté a la abuela mi inquietud y ella con calma me mandó al gallinero, pensé prontamente que quizá mataría una gallina para hacer un caldo. No, ella me pidió que recogiera todos los huevos que encontrara, menos los del nido de la gallina clueca.

Cuando llegué con el encargo, unos ocho huevos, la abuela ya había limpiado y tostado los chiles y los tenía en remojo para luego molerlos. Puso a freír la cebolla picada en juliana, agregó la salsa de chiles molidos. Al hervir agregó los huevos, removió la mezcla, dejó que el fuego de la leña terminara el proceso de cocción mientras “echaba” tortillas de nixtamal. “Echar” era el término para indicar que se hacían tortillas.

Llegaron los comensales y nos sentamos a degustar un platillo que me pareció el manjar más exquisito del mundo. Amé esa comida acompañada de un yerbanis caliente y dulce.

Esa comida tan sencilla me mostró la grandeza de una mujer que siempre alimentaba a los suyos y a quien tuviera la fortuna de visitar su hogar. Me hizo ver la infinita sabiduría y entereza de la gente mayor. Ese platillo no solo tenía chiles, huevos y cebolla. Tenía amor.

Foto: Karla Paulina Maldonado Mendoza

Bistec en salsa de molcajete

Loise Alejandra Fernández Sánchez

Recuerdo que cuando salía de la escuela mi abuela Odilia ya tenía la comida hecha. Cuando llegaba la casa olía muy bien, se sentía calientita por la comida, el pan y las empanadas que hacía mi abuela para vender.

Tengo muy presente aquel día que llegué de la escuela. Mi abuela había preparado un bistec con una rica salsa tatemada y molida en el molcajete. Estaba delicioso, aún lo recuerdo como si hubiera sido ayer. Es una comida sencilla y fácil de elaborar pero muy sabrosa.

Ingredientes:

- 1/2 kg de bistec
- 3 o 4 tomates
- Media cebolla
- 2 o 3 chiles jalapeños (también puede ser chilaca si lo desea)

Preparación:

Se ponen a tatemar los chiles, la cebolla y el tomate sobre un comal o sobre la estufa de leña. Se pica el bistec en trozos más o menos grandes y se guisa. En el molcajete se machaca el chile, tomate y cebolla y se le agrega sal al gusto. Una vez bien guisada la carne se le agrega la salsa ya molida.

Foto: Flor María Domínguez González

Vuelve a la Vida (rompe colchón)

Martha Olivia Estrada Aragón

1. Se cuecen el pulpo, los calamares, los mejillones, durante media hora, luego se pican muy pequeños los pimientos y las cebollas.

2. Después se colocan todos los ingredientes en un frasco de vidrio con tapa. Se mezclan, se sazonan y una vez fríos se meten en el refrigerador por tres días, tratando de mezclarlos todos los días. Una vez que está todo curtido se alistan: se sirve en un vaso corto, se agrega salsa inglesa y salsa de tomate al gusto.

3. Esta receta yo la preparo un día especial, ya sea en aniversario o fecha importante, ya que es tardada, pero al momento de probarla serán capaces de romper el colchón, el catre o el piso. Es afrodisíaca totalmente, y pues acompañada de una buena michelada ni se diga, ¡mmmmm!

4- Esto revive hasta un muerto. Buen provecho.

Ingredientes:

- 100 g de camarones
- 100 g de calamares
- 100 g de mejillones
- 100 g de chile
- 100 g de pulpo
- 50 g de ostras
- 100 g de pimentón
- 100 g de cebolla
- 50 ml de jugo de limón
- 1 litro de agua
- Una pizca de sal al gusto
- Una pizca de pimienta negra al gusto
- Un chorro de salsa inglesa al gusto
- 1 frasco de salsa de tomate

Natillas de leche con canela

Hortensia Guadalupe Prieto Aragón

La ordeña se realizaba muy temprano antes de sacar a las vacas al pasteadero. Ya estaban impolutos los brillantes baldes galvanizados, las correas largas de cuero con que ataban a las vacas y los banquitos de la ordeña..., intenté ordeñar siempre que pude pero nunca lograba sacar más que unas pocas gotas. Me encantaba presenciar la ordeña, nada más por el placer de tocar a los becerros de piel sedosa con sus narices húmedas y sus belfos aún con residuos espumosos y, por su olor a leche recién ordeñada, los becerros olían siempre a leche.

Ahora, solo puedo tomar leche deslactosada y light porque me hace daño, pero de niña lo primero que hacía cuando eran días de ordeña (porque había otros días en que les dejaban toda la leche a los becerros) era buscar un pocillo de plástico color rosa, que mi mami cuidaba mucho porque era la medida del agua que le ponía a un kilo de harina de trigo para las tortillas, ni más ni menos.

Esperaba a que el ordeñador "maneara" las patas traseras de la vaca y le inmovilizara la cola, todo con un nudo; que recogiera el banquito se sentara en él y sujetara el balde con las piernas. A ordeñar con las dos manos la leche caía con fuerza al fondo con chorros alternados que se entrecruzaban en el fondo del balde, con un sonido metálico, y poco a poco iba llenándose de dulce leche espumosa: la leche huele dependiendo de con qué se les alimenta a las vacas, si es invierno el olor y sabor es de alfalfa, avena y rastrojo, si es verano huele a pasto y malvas y tiene un dejo de ese sabor.

Pues allí me tenían esperando con el vaso rosa en las manos. En algún punto de la ordeña tomaban mi vaso y lo llenaban de leche, rebosante de gloriosa espuma alba y allí mismo lo bebía o tomaba la mitad y luego le pedía café a mi abuelita para completar el resto. Hurgaba en el cuarto alacena en las ollas grandes cubiertas con un mantel y su correspondiente tapa y sacaba de la olla uno, dos y hasta tres panecitos de "royal", para acompañar mi café con leche.

Una vez ordeñada la leche se colaba en coladores metálicos grandes, para atrapar alguna basurita caída al balde al ordeñar. Se separaba la leche que se iba a cuajar y el resto se colocaba a hervir con llama baja y se agregaba azúcar y canela en trozo. Una vez soltado el hervor, previamente se había disuelto harina de trigo en agua que se agregaba poco a poco a la leche hasta que espesaba. Se servía frío y si se deseaba se agregaban unas pasas como adorno al final.

Ingredientes:

- 2 Litros de leche bronca
- 1-1/2 taza de azúcar
- 1 taza de harina de trigo disuelta en agua, sin grumos
- 3 trozos de canela

Preparación:

Se pone la leche a hervir a fuego bajo. Cuando suelte el hervor se agrega el azúcar y la canela se revuelve para disolver el azúcar. Se agrega poco a poco la harina de trigo a la leche sin dejar de remover, hasta que espese. Se apaga el fuego y se deja enfriar. Se sirve en platito hondo para postre o copa alta para nieve.

Pastel económico doña Odilia

Rosa Elva Sánchez Núñez

Hay predisposición de mi parte para ensalzar su cocina. Sí. Obvio. Pero de verdad que la abuela sabía guisar, hasta unos comunes frijoles tenían esa calidad de excelencia. Aprendí que había mucho de dónde echar mano sin necesidad de ir a la tienda: los quelites de agua, los cenizos, las verdolagas, las bandadas de cóconos o guajolotes silvestres, los charales, apariques y matalotes en el arroyo.

Mi abuela no era una mujer dulce, más bien era recia, acostumbrada a resolver situaciones. En una ocasión quise ayudar a barrer, tendría ocho o nueve años, y la abuela dijo que no, que barriera mi prima Paula porque yo barría como las gallinas: un escobazo aquí, un escobazo allá.

No ponía muchos miramientos en expresar su opinión. Te saludaba diciendo: "¡Buenos días te de Dios!". Al llegar a la cocina por la mañana lo primero que hacía era limpiar la mesa con un trapo limpio y húmedo, aun y cuando la noche anterior su colorido mantel de hule hubiera sido perfectamente limpiado después de lavar los trastes. Nunca supe que dejara los trastes sucios para lavarlos al día siguiente. ¡Ah, y lavaba primorosamente! Era una vista espectacular ver en el tendedero la ropa blanca, prístina y eso que por la edad —ya pasaba los noventa— no tenía muy buena vista.

Un día quise hacer un pastel, receta de mi madre, pero todo lo quería hacer medido o pesado. Ella me dijo que no era necesario, que calculara más o menos. Y me animé, "medí' usando recipientes. Por la tarde, cuando llegaron mi tío y mis primos, la abuela dijo que yo había hecho un pan tan sabroso como el de mi madre.

Ingredientes:

- 350 g de harina
- 125 g de mantequilla
- 200 g de azúcar
- 100 g de pasas
- Tres huevos
- Tres cucharaditas de polvo de hornear
- Ralladura y jugo de dos limones
- Leche para amasar

Preparación:

La preparación del pastel debe de ser metódica para conseguir un buen esponjado. Se cascan los huevos poniendo en recipientes separados las yemas y las claras. Se remojan las pasas en la leche, eso hará que se distribuyan en todo el pastel. Se acrema la mantequilla con espátula de madera. Se agregan una a una las yemas junto con pequeñas cantidades de azúcar. Se cierne la harina junto con el polvo de hornear. Se va agregando la harina y la leche con las pasas. Se agrega la ralladura de limón y el jugo. Por último, con movimientos envolventes, se incorporan las claras batidas a punto de turrón. Se vierte la mezcla en un molde engrasado y enharinado y se hornea por aproximadamente 40 minutos a 180 grados.

La Junta es una cocina enorme

CORPO
CREATIVO
INNOVACIÓN + CULTURA