

Valencia, Venezuela, domingo 21 noviembre 1999



¡MEXICO Lindo!

blancaugarte@starmedia.com

¡México Lindo! Expresión que define, la belleza, cultura, colorido, don de gentes y por supuesto la bien sabrosa comida del pueblo mexicano. Un país de grandes contrastes, clima variado por la diferencia de altura, zona desértica, bellísimas playas y además dueño de una rica historia al haber sido el hogar de civilizaciones doradas de mayas y aztecas.

Los remotos orígenes de la comida mexicana provienen de los siglos XV y XVI época del descubrimiento y colonización del nuevo Mundo. Hoy en día se les llama a muchos de los ingredientes mexicanos con la pronunciación náhuatl (lengua de los aztecas): jitomate (xilt-tomalt), aguacate, pavo (guajalote), maní (cacahuate), chile (chuilli), chocolate (xocotlatl), maíz (centli), vainilla (ixtlíxochitl), aunque estos dos últimos términos náhuatl no se usan; además otros elementos que aportó el Nuevo Mundo figuran la calabaza, chirimoyas, guayaba, mamey, zapote, mangos, ciruelas, tejocotes, tunas, camotes (batatas), chayotas, etc. De Europa vino el trigo, arroz, azúcar, cítricos, aceites, gallinas, reses, cameros, cerdos, y sus

derivados como leche, quesos, cremas, manteca etc.

La cocina mexicana representa la feliz unión de ambos recursos: autóctonos y europeos. Se unen las tortillas calientitas de maíz, propia de los indígenas con las carnitas del cerdo y se gesta un mestizaje gastronómico... nace el taco. Cuenta la historia escrita por Bernal Díaz Castillo que el emperador azteca Moctezuma gozaba de un placer gastronómico que superaba incluso los de cualquier señor europeo de su tiempo. Era cotidiano en la mesa diaria del emperador disfrutar de hasta 300 platillos diferentes.

Empecemos disfrutando de estos platos al estilo mexicano, y lo digo así ya que no encontramos los ingredientes exactos como el tomatillo o los chiles secos que son fundamentales dentro de la cocina mexicana (en México se cultivan cerca de 200 variedades) y no crea usted que solo es el sazón picante sino que estos chiles le dan el sabor característico a muchos de los deliciosos platos mexicanos. Sin embargo adaptaremos lo que se encuentre a la mano.

TORTILLAS DE MAÍZ

Es el alimento distintivo de México y base para muchísimos platos .
Afortunadamente en nuestro medio se consigue la harina para ellas .
2 tazas de harina de maíz Maseca o Mazorca
11/3 taza de agua tibia
Un puntito de sal (opcional)



PREPARACIÓN:

- 1) Mezclar y dejar hidratar tres minutos
- 2) Amasar bien y dividir la masa en 15 pedazos iguales y formar bolitas con cada una.
- 3) Si tiene tortillera, úsela, si no coloque sobre una mesa plana un cuadrado de plástico (bolsa) coloque la bola de masa en el centro del plástico, cubra con otro plástico igual al anterior y aplaste presionando con una tabla plana (la de picar) para obtener círculos de aprox. 15 cm. de diámetro.
- 4) Destapar y colocarlo en la mano izquierda, despegar suavemente el plástico superior y luego con mucho cuidado pasar la tortilla a la otra mano para despegar el plástico restante cuidando que la tortilla se mantenga intacta (si se rompe un poquito por los bordes, no se preocupe, siga adelante).
- 5) Coloque los discos de la masa en el budare o plancha (previamente calentada) y cocínelas por 35 segundos darle vuelta y cocerla un minuto más volteándola sin que se queme ni dore, ero si debe tener manchas pequeñas color café. (Si en él momento de colocar la tortilla en el budare, ella no cae pareja, no trate de arreglarla sígala cocinando como se indicó).
- 6) Dejar enfriar y úselas o envuélvelas herméticamente y refrigérelas o congélelas en papel de aluminio.



TACOS CRUJIENTES ESTILO AMERICANO

15 tortillas de maíz o las que necesite relleno carne molida
Guarniciones o acompañamientos

Tener de antemano el relleno de carné:

- * 1/2 Kg. de carne molida sin grasa
- * 1 cebolla grande en daditos
- * 6 dientes de ajos machacados
- * 2 cucharadas de aceite
- * 1 ½ cucharadita de chile en polvo McCormick
- * Orégano.
- * 1/2 cucharadita de pimentón en polvo (páprika)
- * Comino
- * 1 1/2 taza de tomate rojo picadito sin cáscara ni semilla
- * Sal

Sofreír ajos y cebolla hasta que doren, añadir carne y dejar dorar por 12 minutos. Agregar condimentos, chile, pimentón en polvo. Revolver. Añadir tomate, tapar y dejar cocinar a fuego bajo hasta que espese.



Tener listo los acompañamientos

Tomate en cubitos,
Queso amarillo en tiritas
Lechuga en tiritas
Aguacate en cubitos
Crema ácida (Crema de leche al 25% de grasa y un chorrito de limón)

Preparación de los tacos

En una sartén de 25 cm. de diámetro o más agregar aceite hasta que cubra ½ cm. de altura, calentar. Agregar tortilla y freírla por 10 segundos. Con una pinza, agarrar la tortilla manteniendo en la sartén y doblar a la mitad manteniéndola semiabierta. Continuar friendo, luego voltear para terminar de freír el otro lado, más o menos por un minuto más. Debe quedar crujiente y en forma de media luna

Seguir con el resto de las tortillas, agregar aceite si es necesario y escurrir sobre papel absorbente.

Rellenar cada taco con dos o tres cucharadas de relleno y servir los acompañamientos como guarnición

Usted puede usar su ingenio y buen gusto para elaborar rellenos variados para sus tacos, siempre dándole el toque mexicano.