

Boletín N° 389
4 de octubre de 2019

Destacan el valor y las bondades de la comida tradicional oaxaqueña

*** Como parte de la XXX Feria Internacional del Libro de Antropología e Historia, se celebró el conversatorio “Las cocinas tradicionales de Oaxaca”

*** El papel de las cocineras es importante no solamente como las mujeres que preparan los alimentos, sino como el eje central de las cocinas tradicionales

La magia y sabor de la comida tradicional oaxaqueña, reconocida mundialmente como una de las más variadas, únicas e inigualables, fue “desmenuzada” este viernes 4 de octubre, en el conversatorio que formó parte de las actividades de la XXX Feria Internacional del Libro de Antropología e Historia (INAH), donde se analizó su importancia y complejidad.

“Las cocinas tradicionales de Oaxaca”, fue el título de la charla celebrada en el Auditorio Tláloc del Museo Nacional de Antropología (MNA), como parte de las actividades del festín literario organizado por el Instituto Nacional de Antropología e Historia (INAH).

Itzel Hernández León, de la Dirección de Culturas Populares, Indígenas y Urbanas de la Secretaría de Cultura, moderadora del evento, indicó que México es un país diverso en cuanto a cocina tradicional, y Oaxaca, uno de los iconos de esa diversidad.

Para la maestra cocinera Celia Florián, presidenta de la Asociación de Cocineras Tradicionales de Oaxaca, hablar de las cocinas de Oaxaca es hablar de un mundo, de diversas microrregiones, productos, ingredientes, bebidas a base de cacao —la mayoría ceremoniales—, de maíces, “no de maíz sino de maíces, porque de las 64 especies que existen en México, el estado posee más de la mitad”.

Prosiguió que Oaxaca cuenta con el mayor número de agaves silvestres de América Latina, además de más de la mitad de especies de chiles endémicos del país, así como de más de 500 tipos de quelites silvestres y una amplia variedad de tomates.

“Puedo afirmar que Oaxaca es la meca de la comida en México, lo digo con toda sinceridad, gente de diversos estados, cocineros —cuando he ido a exponer o dar alguna conferencia— me dicen que es la capital de la cocina tradicional en el país”.

Este legado gastronómico, dijo, se conserva en esa entidad porque muchas de sus regiones se rigen por usos y costumbres, lo cual ha mantenido viva y fuerte esa herencia. Un ejemplo de ello es la Guelaguetza, entendida ésta como el dar y recibir, no solamente como la reunión cultural de las diversas regiones que conforman el estado, es una cultura de ayuda mutua.

Con sus investigaciones, la maestra cocinera busca eliminar el lema de los “siete moles” de Oaxaca, por lo que se refirió a este platillo como los “mil y un moles”, ya que en cada región que visita conoce uno diferente.

“Hay dos vertientes de este platillo: los de fiesta y los de diario; el primero tiene que ver con el mestizaje, y el segundo con su procedencia indígena, no prehispánica, propiamente, porque en él se incluyen ingredientes europeos, asiáticos y hasta africanos”, comentó.

Parte de este conocimiento es plasmado en el libro *Oaxaca y sus cocineras. Tesoros gastronómicos de México*, coordinado por Claudio Poblete e Ignacio Urquiza, resultado del Encuentro de Cocineras Tradicionales, organizado en esa entidad, en 2018, por la maestra Florián.

“Cuenta con el testimonio de cada una de las maestras cocineras participantes del estado, quienes nos relatan su historia de vida y comparten sus recetas; es un reconocimiento y homenaje a cada una de ellas”, apuntó.

Por su parte, Socorro Toledo, cocinera zapoteca, proveniente del Istmo de Tehuantepec y coordinadora del libro *Cocina tradicional y popular del Istmo*, relató que desde pequeña le gustaba la cocina, por lo que aprendió viendo, “vengo de una familia de cocineras, de chica empecé hacer memelas y totopos”.

Expresó que en la región del Istmo de Tehuantepec hay un pequeño poblado llamado Espinal, del cual proviene ella y cuenta con una rica variedad de platillos, entre los que destaca el estofado de res, como parte importante de toda festividad o celebración, tales como XV años, bodas, velorios, entre otras.

“Lo servimos con puré horneado, tortillas y chiles en escabeche, anteriormente se servía en platos de barro, hechos por artesanos de Ixtaltepec, un poblado cercano. En el Istmo hay una infinidad de variantes de este plato”, dijo.

Sobre el libro, detalló que fue elaborado con el testimonio de cocineras y cocineros de Chiapas, Oaxaca, Tabasco y Veracruz, y se integra de dos volúmenes: uno contiene las recetas, y el otro, diversos ensayos sobre la cocina de esa región. Además, se incluyen dos discos compactos con narraciones, algunas en zapoteco, de las cocineras sobre cómo elaboran sus platillos.

Finalmente, Itzel Hernández retomó la palabra para reafirmar la importancia de las cocineras, no solo por preparar los alimentos, sino como el eje central de las cocinas tradicionales, con todos los secretos que en sí mismo guardan. “Porque no es solamente saber cuáles son los ingredientes y el momento para agregar cada uno, sino saber las técnicas específicas para elaborar un determinado platillo, información que no necesariamente viene en los recetarios, y la cual sólo se aprende al acercarse al fogón o al *comixcal*”, concluyó.