

## EL MAÍZ SE FESTEJA EN LAS MESAS

Escrito por: Wendy Pérez  
29/09/2020

A través de tres chef nacionales te explicamos el papel del maíz en sus cocinas, razones que te harán querer celebrar aún más el 'Día Nacional del Maíz'.

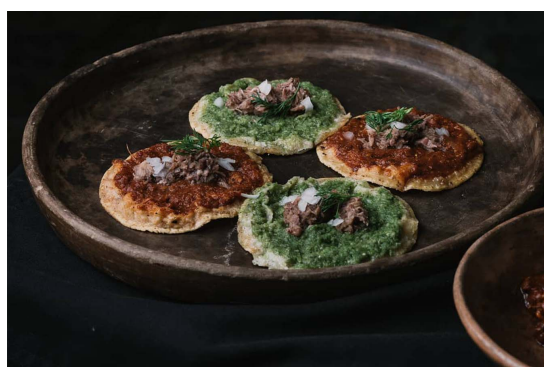


Cada 29 de septiembre, Día Nacional del Maíz, podemos comenzar el festejo con un [atole](#) y terminar con un zacahuil. Literal, de la "A" a la "Z" ya que este alimento milenario tiene recetas para todas las letras del abecedario; unas 650 preparaciones vienen al imaginario mexicano cuando de maíz se trata.

Con orgullo y buen diente diariamente demostramos el ¿porqué somos hijos del maíz? Se podría decir que nuestro consumo anual de 90 kilos per cápita, sólo de [tortillas](#), y el ingenio con el cual hombres y mujeres han empleado toda la planta, nos respaldan.

"El maíz es un universo completo", reflexiona el cocinero Daniel Nates. "Es increíble cómo un agrosistema (la milpa) creado por el ser humano tiene tanta lógica de la tierra, de nuestra nutrición y tanta lógica en los sabores, por eso es la columna vertebral de la cocina mexicana", y lo es también de su restaurante [Maizal Cocina](#), ubicado en Puebla.

No se cansó de mencionar la cita de Octavio Paz: "el invento del maíz por los mexicanos sólo es comparable con el invento del fuego por el hombre".



Chalupas de Ossobuco, Maizal Cocina

Para la chef Lula Martín del Campo este grano mueve espíritus. “Cuando te enamoras de tu origen llega solito el maíz y es cuando entiendes tu cultura, el significado de ser mexicano, pues este alimento no está sólo vinculado con la cocina, está en cada poro de nuestro ser, y a veces no lo valoramos”, dice la líder del restaurante [Cascabel](#), en CDMX.

Justo, de norte a sur de México, los cocineros no dejan silenciar la grandeza del maíz, y hoy más que nunca unen esfuerzos para visibilizar a través de sus menús varias de las historias de los más de dos millones de campesinos que aún cultivan maíces criollos o nativos.

“Considero que muy pocos volteaban a ver lo que siempre estuvo ahí, pues para mí no estamos descubriendo nada, sólo le estamos damos al maíz el lugar que se merece”, cuenta Juan Cabrera al frente de Fonda Fina, en CDMX; Fonda Independencia, en Querétaro, y el recién inaugurado [Casa Tijuana Project](#), en Baja California.

Para Lula, formada por maestros como Ricardo Muñoz Zurita, Edmundo Escamilla y Patricia Quintana, el maíz conlleva un tema de rescate, donde paso a paso se van ganando batallas que benefician a los productores, al cocinero y, por supuesto, al comensal. Y recuerda una victoria, Doña Reina, quien se encarga de las tortillas diariamente en Cascabel, con masa de una tortillería que todavía nixtamaliza en el pueblo de Santa Fe.



Sopa de maíz cacahuacintle, Cascabel. Fotografía: @antoli\_studio

“Como jóvenes cocineros es bastante irresponsable seguir consumiendo maíces no nativos, cuando nuestro papel sería revalorizar las variedades criollas rojas, blancas, azules y otros derivados, desde tortillas hasta pinoles”, subraya Daniel, de 26 años.

“Es muy importante que estemos constantemente buscando y estimulando nuestra forma de pensar, crear y consumir maíz”, y de ejemplo me cuenta que actualmente está entablando diálogos con un agricultor de la sierra norte de Puebla, al frente de una milpa experimental donde cultiva maíz ajo, teocintle y frijoles

## VÍNCULOS EN CRECIMIENTO

“Solo las ollas saben los hervores de su caldo”, y cuando se trata de sabiduría del maíz, el camino que coinciden los tres chefs a seguir es trabajar directamente con los productores, con los que saben los “hervores” de la tierra.

“La milpa es fuente de inspiración para cualquier cocinero, y el agricultor el maestro”, explica Daniel, que hace sinergia con productores poblanos de San Mateo Ozolco a través de [Mazolco](#), y de San Jerónimo Tecuanipan, de quienes adquiere maíz cónico azul, otro llamado Sangre de Cristo, maíz palomero y rojo.

Hasta Tijuana, Cabrera con más de 20 años de experiencia, lleva granos de maíz bolita y rojo oaxaqueño, del proyecto [Tamoá](#), y el azul cultivado por la Sra. Guillermina Muñoz, de Contla de Juan Cuamatzi, Tlaxcala, siguiendo con lo aprendido en dos de sus grandes escuelas culinarias, El Cardenal y Pujol.



Tostada de atún fresco en birria, Casa Tijuana

Por su parte, Lula trabaja con [La Comandanta](#), iniciativa que la acercó a la comunidad de Ozumba a las faldas del Popocatepetl.

“Con ellos conocí su cultivo ancestral basado en el ciclo de la luna y el riego natural; además me traen maíces del centro del país, sobre todo de Michoacán y Morelos, con los que hago un plato importante para mí: los esquites ancestrales”, resalta sobre esta receta para la cual remoja dos días los granos en cal viva, enjuaga y cuece con un poco de cal pero sin nixtamalizar, después los guisa con cebolla, epazote, mantequilla y caldo de pollo, para finalmente servirlos con una mayonesa de chapulín.

“Para los chilangos el esquite y el elote callejero es muy importante. Me traen los granos secos, son blancos, azules y rojos”.



Esquites ancestrales, Cascabel. Fotografía: @antoli\_studio

## NIXTAMALIZAR, EL CAMINO

Este entendimiento -cocinero y productor- es clave en opinión de Juan Cabrera, pues entre los muchos aprendizajes que deja el maíz está la [nixtamalización](#), una de las técnicas más fascinantes.

“Nixtamalizar te lleva a conocer del producto, su balance, cómo cocerlo, qué cantidad de cal, y cuando tienes la masa y pruebas un tlacoyo, sope o tortilla, tú como mexicano te das cuenta que nunca habías comido algo tan real.

“Es por eso que yo tengo un apartado que dice ‘Nixtamal’ es mis menús porque es importante que la gente conozca esta palabra y sepa qué significa. Incluso es clave poner en tu carta qué tipo de maíz es, de dónde viene y hasta el productor. Tan esencial es comprarlo como difundirlo”, declara el chef que imparte cursos en Tijuana dedicados a la cocina mexicana, donde la primera clase se llama Somos Maíz.

Nates menciona que ve más interés en dominar esta técnica, y pone de ejemplo a [Milli Cholula](#), que abona a la cultura poblana en el consumo de “tortillas limpias”, a partir del nixtamal: “como deberían ser todas”.

“Sé que al igual que yo hay muchos cocineros, está Óscar Segundo en Guadalajara, y Santiago Muñoz, en CDMX, que les cambió la vida entender sobre maíz criollo, nixtamalización y tortillas. Al menos para mí fue el descubrimiento de mi vida”, asevera Daniel.



Tlacoyos Casa Tijuana, Casa Tijuana

## EVOLUCIONAR JUNTO AL MAÍZ

El compromiso con el maíz es un punto para que la gente decida ir a tu restaurante, asegura Juan, pues cuando tienes productos auténticos y bien trabajados, los comensales te preguntan, se interesan y la experiencia es más completa.

Y él lo ha visto en Casa Tijuana, donde entre sus especialidades hay un tamal hecho de maíz bolita blanco oaxaqueño con chicharrón en salsa roja, muy popular.

“Cuando les acercó ‘tortillas de verdad’ se acuerdan del pasado porque muchas de las personas que viven aquí vienen de fuera, y el maíz es eso, identidad”, refiere este chef que entre sus creaciones maiceras más aplaudidas está un tamalito con maíz cónico azul mezclado con frijol entero, o el chiltamal hecho con maíz bolita blanco, que lo trabaja como corunda poniéndole cenizas de tortilla y salsa tatemada; ambos listos para probarse en [Fonda Fina](#), ya con cinco años de servicio en la Colonia Roma.

¿Pero, por qué no llevar el maíz a otras posibilidades? es la pregunta que siempre ronda en la cabeza de Daniel Nates, y que encuentra respuesta desde hace cinco años en las opciones que sirve en Maizal Cocina.

“Quise ver el maíz desde cero, es decir, como si no lo conociera, como si no supiera nada de él, y volver a estudiarlo. En el restaurante usamos no sólo los granos para hacer nixtamal, usamos el pelo, el totemoxtle (tierno o seco), el olote y estamos germinando granos de maíz y utilizamos los brotes, hojas y germen como otro ingrediente para sacar un sorbete del germen del maíz”.

De esta exploración surgió el quilamal con clorofila de quelites y masa fresca nixtamalizada, y el postre “Diversidad de Maíz”, que cambia según lo que la milpa va dando, a veces es con pinole, a veces maíz palomero y otras huitlacoche; le dice un postre vivo.



Postre

“Otra alternativa es como espesante. En la cocina francesa usan un roux hecho con harina que es mucho menos elegante que espesar un mole amarillo con masa de maíz. Para eso Tlaxcala es inspirador gracias a los maíces de colores que emplean para espesar sus moles”, sugiere Nates.

Cuando investigas de verdad, en el camino aprendes mucho más, suma a la reflexión Lula.

“Eso aprendí con Patricia Quintana, quien me jaló en los viajes gastronómicos que hacía; hoy es un crimen y un pecado el que no sabe, pues lo encuentras todo fácilmente, a lo mejor las fuentes no son las adecuadas, pero te da una noción, y saber de maíz es una tarea de todos los mexicanos, cocineros o no”.

Sin dudar, para estos chefs el maíz requiere pasión, y la nixtamalización convertirse en una devoción y disciplina.

“Respeto a los que no nixtamalizan, pero te aseguro que esos quisieran hacerlo”, concluye Cabrera.

## EXPLORA SUS PLATOS CON MAÍZ:

### Juan Cabrera

**Casa Tijuana Project:** Cambia el menú cada mes. Te recomendamos no perderte su tostada raspada para la cual marina el atún fresco con salsa de birria, pepino encurtido y un toque de jocoque.

**Av. De las Ferias 5, Burócratas Hipódromo, Tijuana, BC.**

**Horario:** Martes a domingo, de 12:00 a 18:00 horas. Prueba sus platillos a base de nixtamal también en Fonda Fina y Fonda Independencia.

### Daniel Nates

**Maizal Cocina:** Te sugerimos visitar su Maizal Bar dirigido por Antonio Nates y Jail Nava. Pide el trago “Mazorca”, un old fashioned para el cual usan whisky de maíz que maceran con pericón (flor), licor de maíz Nixta que fermentan con mermas del maizal, desde elote, totemoxtle y pelo, y terminan con un amargo hecho de huitlacoche con tuxca.

**7 Oriente 406, en Casona de los Sapos, Puebla.**

**Horario:** Martes de sábado, de 14:00 a 23:00 horas; domingo, 14:00 a 18:00 horas.

### Lula Martín del Campo

**Cascabel:** De su antojería es indispensable probar los tlacoyos de requesón en salsa verde y los tacos Cascabel con carnitas deshebradas, glaseadas al chile cascabel, crema ácida y pepinillos caseros.

**Javier Barros Sierra 540, en Park Plaza Santa Fe, CDMX.**

**Horario:** Revísalos en la web [restaurantescabel.com](http://restaurantescabel.com)