

EXPERIENCIAS CULINARIAS EN LOS TUXTLAS, VERACRUZ

Escrito por: Margarita Delgado Nute
14/06/2023

Yambigapan es una estancia rural que ofrece experiencias culturales y talleres enfocados en la gastronomía local de los Tuxtlas.



Los recuerdos son la sazón de Yambigapan. Conocer la historia detrás de la receta, de quien la prepara y de cómo la disfruta son parte de lo que se puede aprender en los talleres que se llevan a cabo en este espacio que abrió sus puertas hace poco más de 20 años a raíz de un proyecto de tesis.

“Comencé planeando talleres educativos y recreativos para niños, y así se empezó a dar cocina, dando énfasis en las tortillas y otros productos con masa como las empanadas, tamales o sopes. Una cosa me fue llevando a la otra. En este camino coincidí con investigadores que me llevaron a trabajar más de cerca el patrimonio inmaterial y su salvaguarda”, cuenta Nidia Patricia Hernández, creadora de este proyecto que busca hilar vivencias y aprendizajes por medio de la comida.

Oriunda de San Andrés Tuxtla, Veracruz, esta licenciada en administración en empresas turísticas relata cómo, si bien la cocina ha sido importante desde que era niña, pues su mamá siempre involucró tanto a ella como a su hermano en las tareas diarias, su gran interés fue naciendo al conocer el porqué de cada preparación.

“Era aprender a partir de ver. Comenzamos con las tortillas de maíz y los atoles. En todo el proceso de aprendizaje e investigación, lo que más me enamora de la cocina es cuando descubro las historias detrás de las recetas. Saber el por qué comíamos algo, o por qué lo preparaba mi abuela, cuándo debía hacerse...”, comparte esta gestora.



Nidia impartiendo un taller de cocina

Con la guía de la antropóloga Raquel Torres, a quien conoció a través de sus talleres de cocina, Nidia comienza a documentar los resultados de sus investigaciones. El conocer a alguien de fuera que tiene tanto conocimiento de la cocina Los Tuxtlas, detonó la motivación en Nidia para informarse mejor y contribuir a la promoción de su región de manera profesional. En lo personal, esta investigación sirvió para conocer mejor a su familia, pues se realizaron múltiples entrevistas que la llevaron a aprender más recetas y prácticas en el campo que su familia realizaba.

“Le agarré cariño a nuestra cocina y descubrí todo lo que cuesta desde cultivar hasta preparar productos. Nació también la responsabilidad de difundir”, menciona orgullosa.

La gastronomía de Los Tuxtlas, al igual que otras cocinas tradicionales del país, presenta características mestizas. Nidia comenta que es difícil elegir lo más representativo, pero considera muy importantes a los tubérculos como la yuca, el camote, el plátano, y a los totopostes, que son tortillas de maíz que se van cocinando y se raspan hasta adelgazarlas. Posteriormente se secan al sol y se comen fritas o doradas a las brasas.

“Descubrí la importancia de la influencia africana en la región. Al trabajar con las comunidades locales, me involucro también con el tema de producción en **campo**. Me fui dando cuenta de las necesidades de protección y difusión de los productos que dan identidad a nuestra región. El preparar comida local invita a comprar esos productos. Comer estructura una sociedad y en la nuestra hay toda una mezcla africana, indígena, europea y asiática”.



Maíz tostado

Esta odisea la fue conduciendo a abrir Yambigapan Estancia Rural, donde se dedica a brindar actividades que permitan acercar a locales y foráneos a experiencias gastronómicas con un significado. Este proyecto es liderado por Nidia, en colaboración otros miembros de su familia Hernández Medel. Yambigapan brinda servicios hoteleros, de alimentación, de recorridos, y didácticos con el propósito de conocer el patrimonio cultural de una manera cercana y cálida. Nidia nos comparte la historia alrededor de los tamales de frijol, un favorito de los talleres de cocina que brindan:

“Cuando estudiaba en Xalapa y venía de fin de semana, una tía me preparaba tamales de frijol. Era algo que me identificaba. Mi mamá me enseñó a hacerlos y me di cuenta de que era una receta fácil para ser replicada por los niños. Es por ello que algunos talleres, además de tortillas los preparamos porque involucra lo que es el **maíz**, el frijol morado de la zona y la hoja de becho, una hoja tropical que da aroma y sabor. Me regresa a mi infancia, porque hacerlos es ver a mis tías y a mi mamá platicando mientras envolvían y a los primos jugando. Ahora, ver la cara de los niños después de ellos haber amasado es muy significativo”, cuenta contenta, mientras menciona que también son los favoritos de su hija.

Para la elaboración de sus preparaciones, Yambigapan compra maíz rojo, morado, y amarillo de las comunidades de Coyoltepec, Los Mangos, San Rosa Loma Larga, entre otras. El objetivo es demostrar la variedad de productos, costumbres y tradiciones que se tienen en el lugar y promover lo local.



Tamales de frijol con hoja de plátano

“Cuando era pequeña, mi abuelo traía maíces de varios colores, y de repente ya solo se quería consumir maíz blanco. Esto causó que **semillas** se perdieran, ya fuera por migración o falta de interés. Se ha retomado de poco en poco y ahora ya podemos ver otra vez granos de tonos diferentes y ya se están cultivando maíces nativos nuevamente”.

Fiel a su labor, además de la Estancia, Nidia redactó el recetario *Cocina campesina de los Tuxtles y sus orígenes culturales. Viviendo nuestra realidad*, trabajo que refleja las anécdotas e historias de la comunidad.

“Querer saber tu origen contribuye a tu identidad y un sentido de pertenencia. La cocina representa transmisión de conocimiento y el hacerlo divertido y didáctico, la gente aprende de sus raíces”, menciona.

Conoce más de ellos:

IG: [@yambigapanexperiencias](https://www.instagram.com/yambigapanexperiencias)

[@nidia_hernandezm](https://www.instagram.com/nidia_hernandezm)

FB: https://www.facebook.com/RestaurantYambigapan/?locale=es_LA

Cam. Arroyo Seco 1, Laguna Encantada, 95780 San Andrés Tuxtla, Ver.

Teléfono: [294 129 1825](tel:2941291825)



Nidia Hernández

Fotografías: Nidia Hernández y Fundación Tortilla