

HUITLACOCHÉ, ENTRE QUESADILLAS, MOLES Y ATOLES

Escrito por: Wendy Pérez
18/09/2020

A lo largo de México este hongo del maíz muestra su versatilidad en platillos que a todos encantan.



Contaban las abuelas de Dalia Rodríguez Hernández, cocinera tradicional de Tlaxcala, que cuando el cielo tronaba por las tormentas era porque había brotado el huitlacoche, y al día siguiente había que ir a recolectarlo a la milpa. Y así lo ha hecho desde que tiene seis años.

“Recuerden que el huitlacoche viene del maíz y nosotros estamos hechos de maíz, por eso es tan importante este hongo para nosotros”, explica Dalia, integrante del grupo de cocineras tlaxcaltecas [Guardianas de la Tierra del Maíz](#).

Contenta porque este año, a pesar de la pandemia que paralizó su trabajo como cocinera, el maíz no se rajó y produjo bastante huitlacoche, indispensable para varios de sus platillos más representativos y ceremoniales, en especial el mole seco.

“Para hacer este mole que cocinamos para el Día de Todos los Santos (1 de noviembre), tendemos (sobre mantas) en techos y patios el huitlacoche desde ahorita en septiembre para poder cocinarlo cercano a la fecha y ofrendarlo en los altares de muerto.

“Se trata de una preparación a base de **maíz azul**, un poco de huitlacoche fresco y el que deshidratamos por meses que hacemos polvo o ceniza, que simboliza lo que somos: ‘del polvo nacemos y en polvo nos convertiremos’, al igual que este producto que secamos”, me narra la originaria de Contla de Juan Cuamatzi.

Y no sólo los fieles difuntos pueden disfrutar de esta preparación, pues también se guarda un poco para las visitas especiales, ya que su proceso es muy complejo. Aquí les va un dato que me compartió Dalia: pone a secar 30 kilos de huitlacoche fresco, pero al final se consume para producir únicamente kilo y medio del producto ya seco.

Esta complejidad se traduce en una tradición que todo el estado de Tlaxcala comparte, y que es heredado generación tras generación, principalmente a las mujeres.

“Como mujer debes conocer todo tipo de alimentos que puedes encontrar en la milpa, pues aquí se da la flor de calabaza, el chilacayote, el frijolillo y hasta habas, y sobre todo nuestro maíz criollo blanco, azul y rosa, que llevamos a bendecir el 2 de febrero (Día del Santo Niño)”.



Esta cocinera junto a su madre Nicolasa Hernández, a quien llama maestra e inspiración, cuidan su maíz y el hongo cual tesoros.

“Al huitlacoche hay que vigilarlo, ¡córrele si llueve cuando lo tienes tendido!, no se puede humedecer”, me ilustra entre risas.

“Al paso de los meses se junta lo secado y en el metate se hace el polvo que usamos para la receta de mole seco o prieto. En realidad sale muy poco polvo o ceniza, pero el resultado es un mole brillante”.

Otra forma de emplearlo cuando está seco es en atole, y si es fresco lo recomienda guisar con chile, jitomate y cebolla para después agregarlo a quesadillas, tacos y tamales. Idea que cualquiera puede replicar en su casa.

“Acá preparamos unos esquites con huitlacoche. Se hacen friendo el grano y cuando lo sentimos un poco más suave se le vierte el hongo y se deja cocer un rato”, relata.

Un consejo que no se le pasa mencionarme es usar el epazote en las quesadillas de huitlacoche. “Le da un sabor increíble, ya lo verán”.



TIENE SU TIEMPO

Aprovechar la temporada es clave para Dalia, y en ello coincide Xrysw Ruelas, chef al frente de [Xokol Antojería](#), en el barrio de Santa Tere, Guadalajara, donde el maíz es hilo conductor de su propuesta.

“Las quesadillas con huitlacoche en temporada saben mejor, el hongo es más dulce. Nosotros lo confitamos con pericón (una flor) y epazote zapoteco que es muy aromático, y así no se maltrata tanto y queda entero.

Como acompañante de moles es otra forma presente en su menú. Ellos sirven un mole Mazahua aprendido en Santa María Citendeje, Estado de México, hogar de Juana, mamá de su compañero y chef Óscar Segundo, que hacen en molino de piedra, y sobre de él colocan el huitlacoche.

En Tuxpan de Bolaños, Jalisco, la comunidad *wixarika* elabora un **atole** negro o *tsinari* dejando fermentar un par de días maíz molido con huitlacoche, luego se cuele y se cuece por 20 minutos en agua hirviendo, sin dejar de menear. Ya que casi esté se le echa un puño de sal, se retira del fuego y se sirve para que al enfriar se le adicione chile. La tradición dicta que es una alimento-bebida para las personas mayores.



Fotografía: Gilberto Hernández

SABROSO Y NUTRITIVO

De julio a septiembre se podría considerar la época de oro de este alimento que los *náhuatl*s llamaban *cuitlatl* (excremento) y *cochtli* (dormido), del cual no existe dato arqueológico sobre su uso en Mesoamérica, sólo hay menciones en las crónicas de fray Bernardino de Sahagún, donde lo bautizaron como *cujtlacoche*. Esta ausencia de registro no excluye que sí se haya consumido anteriormente, pues como menciona Dalia: hay ingredientes que nacieron el uno para el otro, y en la dieta de los mexicanos encontraron cobijo.

Su sabor dulzón y terroso, o a “tierra húmeda”, como escuché definirlo al chef vasco Juan Mari Arzak, requiere de una serie de cuidados para su mayor aprovechamiento culinario.

Xrysw Ruelas cuenta que debe comenzar desde la selección, que no esté maltratado sino entero.

“En cuanto a la apariencia lo mejor es adquirirlo no muy negro ni totalmente blanco o con puntos amarillos, lo menos que tenga de eso. Ya en casa guardar en un contenedor con toalla absorbente o papelito; lo importante es que no le pegue tanto la humedad”, sugiere la chef.



En la zona tlaxcalteca de Dalia la costumbre dicta dejarlo sobre canastillas estilo chiquihuite o chiquipextle, y nunca en la cocina por ser un espacio muy caliente. “Yo lo dejo afuera en la sombra y así se mantiene al menos tres días, y eso sí ¡nunca usen bolsas! para guardarlo y menos de plástico porque se echará a perder”, sentencia.

Especialmente en estados como Tlaxcala, así como Puebla, Hidalgo, Estado de México y Michoacán, el hongo *Ustilago maydis*, generador del huitlacoche se da generosamente en sus diversos maíces, aunque también existe la opción de cultivo que ha incrementado en Morelos, Puebla, Hidalgo y San Luis Potosí, menciona Clemente Villanueva, experto en métodos de inocular (sembrar) esporas del hongo en los elotes, con lo cual es posible producir huitlacoche.

“Este hongo parásito del maíz se podría calificar como un súperalimento, tiene tantas proteínas como los otros hongos consumidos en el mundo y domesticados, entre ellos el champiñón, con la ventaja de que contiene más antioxidantes y propiedades medicinales”, enumera el también autor del libro “El Cuitlacoche y su Cultivo”.

Lo cierto es que en una milpa tradicional son muy pocos los elotes que los producen de forma natural y es por ello que se le considera como un alimento especial.

“Es una lástima que los nutriólogos o en casa no se fomente más su consumo y no se vea el potencial que tiene también por sus carbohidratos, proteínas, fósforo, magnesio y calcio. Es un regalo para la salud humana”, concluye Clemente, quien ha dedicado su vida profesional al estudio y reproducción del huitlacoche.