

LA IMPORTANCIA DE LA CAL EN LAS TLAYUDAS

Escrito por: Alejandro Dungla
04/03/2022

La cal y el maíz son los protagonistas de las tradicionales tlayudas oaxaqueñas: Toña García, cocinera, nos explica su proceso de elaboración.



Un día normal de trabajo de Toña García, cocinera tradicional de Tlalixtac de Cabrera -un poblado al oeste de la capital oaxaqueña- comienza a las 6 de la mañana cuando se levanta a enjuagar el nixtamal que preparó la noche anterior. Toña, al igual que una gran parte de las mujeres de su pueblo, se dedica a la elaboración y venta de tlayudas y blandas: es su oficio y tradición.

“Desde la noche anterior yo me pongo a hacer mi nixtamal. Normalmente hago unos 16 kilos de maíz bolita. Al maíz ya con el agua caliente, que no debe hervir, le agrego su cal y lo dejo aproximadamente una hora y media”, explica Toña.



La cocinera oaxaqueña explica que todo el proceso de cocción del [nixtamal](#) se hace exclusivamente con leña. Ella cuece su maíz con cal por aproximadamente hora y media para después ir suavizando el fuego y terminar de cocer lentamente por media hora más.

“Como con cualquier tortilla de maíz nixtamalizado, en el proceso de elaboración de las tradicionales tlayudas oaxaqueñas es indispensable el uso de cal para la transformación del maíz y la obtención de una masa rica en calcio y nutrientes”, explica Jorge Limón, gerente de aplicaciones industriales de Calidra, empresa productora de [Nixtocal y Nixtocal Plus](#), cales especialmente fabricadas para realizar el proceso de nixtamalización del maíz.



Una faena diaria

Después de enjuagar su maíz, Toña sale con sus tenates y su carreta al molino que tan solo se encuentra a seis cuadras de su casa. A lo mucho se tarda media hora en el local, dependiendo si hay más gente esperando antes que ella o no.

“Cuando regreso a mi casa extendo la masa porque viene caliente. En lo que se enfría me hago mi desayuno. Acá acostumbramos diario un chocolate con pan de hojaldre o pan simple. Además, yo de ley me tomo mi atole y, aunque yo sé hacerlo, prefiero salir a comprarlo para apoyar la economía de las personas que se dedican a prepararlo”, detalla Toña.

Para elaborar las tlayudas, Toña nuevamente prende leña para calentar su comal de barro. En él puede preparar hasta cuatro **tlayudas** de 35 centímetros de diámetro al mismo tiempo.



“La tlayuda requiere de una cocción más lenta y aquí acostumbramos que enfrente del brasero ponemos, ya sea una piedra o un palito para que se pare la tortilla junto a las brasas y se termine de deshidratar”, explica la tlayudera.

Las tortillas suaves o blandas, explica Toña, se cocinan a fuego más rápido y se guardan luego luego en un tenate para que queden calientes.

Después de la faena de preparación, que le toma aproximadamente dos horas a la cocinera, sigue la venta. Ella vende aproximadamente 150 tlayudas y 50 tortillas blandas por día en el poblado de Santo Domingo Tomaltepec, a tan solo 20 minutos de su casa.

“Antes no me gustaba hacer tortillas, pero hoy en día me encanta. Es mi legado y me gusta mucho compartir lo que hacemos”, concluye.



Desde las tlayudas y tostadas hasta las tortillas y blandas, en la cocina tradicional de **Oaxaca** la cal acompaña al maíz como ingrediente fundamental en cocinas y negocios. Por esto, y por su importancia en la aportación nutricional que representa, es indispensable mantener la técnica de la nixtamalización con cal.

La cal de piedra o cal viva es la que se usa tradicionalmente en las comunidades de Oaxaca, pero también puede ser la **cal hidratada** en polvo, la cual otorga muchas ventajas de practicidad y seguridad para quienes la utilizan.



Nixtocal cal de grado alimenticio para tortillas y tlayudas