

LA CAL, UN INGREDIENTE PRESENTE EN PLATILLOS DE LA COCINA MEXICANA.

Escrito por: Fundación Tortilla
26/04/2023

Doña Clarita, embajadora de Nixtocal, hace una travesía por tres estados del país para descubrir diversas formas, sabores y colores de la masa nixtamalizada.



La nixtamalización es un proceso a partir del cual el maíz cocido con cal de grado alimenticio adquiere mejores cualidades, consistencia, sabor y se vuelve más nutritivo. En todo México se utiliza esta técnica para preparar distintos alimentos.

Doña Clarita ha visitado varias ciudades para identificar recetas y métodos de uso del maíz nixtamalizado. En Oaxaca, por ejemplo, se emocionó con las tlayudas, palabra que, según el Gran Diccionario del Náhuatl de la UNAM, proviene del vocablo *tlaoilli* que significa maíz desgranado, las cuales son similares a una tortilla de gran tamaño, de hasta 40 centímetros de diámetro, pero con un sabor diferente a las tortillas comunes, dado que se dejan cocer en un comal, comúnmente de barro, por más tiempo. Las hay de varios tipos: suaves, cocidas o tostadas, dependiendo del tiempo que se exponen al calor. Por lo general, las tlayudas tienen una consistencia característica: de flexibles a semiquebradizas, ligeramente húmedas y frescas, con un aroma muy sutil, como de tortilla quemada, casi imperceptible. En algunos casos, se le añade una ligera cantidad de sal a la masa de nixtamal, lo cual hace que la tlayuda dure más tiempo sin descomponerse. Usualmente, a las tlayudas se les unta asiento de puerco, queso, verduras, carne y salsa, pero hay muchas variantes. La tlayuda es la base de un alimento completo.



Tlayuda preparada

“La riqueza de la comida oaxaqueña es infinita. La tlayuda fue una gran sorpresa. El peso y el tamaño de la prensa y de

la misma tlayuda es increíble. Hasta tienen que usar el brazo para ponerla en el comal. La textura y los complementos, como el asiento, los frijoles y chorizo son únicos de allá, sin faltar el delicioso quesillo. Porque una tlayuda sin quesillo no es tlayuda”, nos cuenta Doña Clarita

A su vez, uno de los platillos más típicos y reconocidos de la cocina de San Luis Potosí son sus famosas enchiladas potosinas, las cuales, se suele contar, fueron creadas por accidente o por fortuna, por Cristina Jalomo, hace más de 100 años. Dice la leyenda que la Sra. Jalomo llevó al molino su masa nixtamalizada y cuando fue por ella se percató de que estaba mezclada con chile. Para no desperdiciarla optó por preparar tortillas con esa pasta rojiza. Agregó queso y salsa como relleno, las dobló como quesadillas y las llevó al comal. Por último, agregó queso rallado por fuera, crema y lechuga. Actualmente, la familia Jalomo continúa con la tradición de preparar enchiladas potosinas. Utilizan chile cascabel para mezclar con la masa y para el relleno preparan un guiso de jitomate y tres tipos de queso. Pueden ir fritas o al comal, con frijoles, papa, salsa y carne deshebrada.

“¡El color!, el color es lo que las hace únicas. Ahora la masa ya viene colorada desde el molino. En México somos millonarios en sabores. Me topé con estas delicias en un restaurante, ‘El México de Frida’ y ahí varios cocineros me ayudaron y me enseñaron a prepararlas. El secreto está en la masa y lo que marca la diferencia es el pequeño tamaño de la tortilla que al final son la base de sus enchiladas que quedan medio doraditas, riquísimas”, relata Doña Clarita, haciéndosele agua la boca.



Enchiladas potosinas

Las famosas quesadillas de la Ciudad de México, diferentes a las de otras partes del país, son otro de los más emblemáticos platillos preparados con masa nixtamalizada. En la cual se aprovecha la cal para potenciar su sabor y sus propiedades alimenticias, especialmente si se preparan con Nixtocal de Grupo Calidra. Las cuales, por más sencillas de preparar que parecen y que son una de las cenas más comunes en México, no están libres de controversias. En teoría se trata de una tortilla doblada con queso derretido adentro, pero en realidad el tema se complica cuando en el Valle de México, por ejemplo, no todas las quesadillas, a pesar de su nombre, llevan queso. En esta región del país las quesadillas pueden ser de distintos guisados: pollo, carne, flor de calabaza, huitlacoche, hongos, papa, chorizo, etc. y ser asadas o fritas. Lo único cierto es que las verdaderas se hacen con masa de maíz nixtamalizado.

Doña Clarita dice: “La Ciudad de México me encanta, hay de todo, incluso en las quesadillas. Las comidas callejeras en esa gran ciudad fomentan a la comedera sin parar. Mi quesadilla favorita es la de chicharrón prensado. Las quesadillas “Doña Lucha” de Coyoacán se distinguen de todos los puestos. Doña Lucha me prestó su anafre y me presumió sus muy distintos rellenos, además del queso”.

No cabe duda de la enorme de variedad de platillos que pueden prepararse con base en una buena masa preparada con maíz criollo, cal de grado alimenticio y agua. Tres ingredientes que no deben faltar en las mesas de todo el país, sobre todo si la cal es Nixtocal.



Quesadilla de la Ciudad de México

Puedes ver las experiencias de Doña Clarita en los siguientes enlaces:

[Doña Clarita en Oaxaca](#)

[Doña Clarita en San Luis Potosí](#)

[Doña Clarita en Ciudad de México](#)

Si necesitas asistencia de expertos de Nixtocal se puede contactar a José Rodrigo Carrasco Domínguez a través de correo electrónico: jcarrasco@calidra.com.mx, o visitar <https://www.calidra.com/localizador/> para identificar al distribuidor más cercano.

Fotografías: Calidra, Fundación Tortilla