

LA MILPA EN LA COCINA OAXAQUEÑA DESDE LOS OJOS DE CELIA FLORIÁN

Escrito por: Wendy Pérez
08/12/2021

Esta cocinera e impulsora de los saberes culinarios de Oaxaca ve por la puesta en valor del maíz y otros productos de la milpa.



“No hay ningún secreto que para el mexicano y, principalmente para el oaxaqueño, la milpa es base cultural y alimentaria. Y no solamente uno de sus grandes productos: el maíz, sino todo lo que se relaciona con él”. A partir de esta frase comienza la conversación con Celia Florián, maestra cocinera al frente del restaurante Las Quince Letras.

“Es el maíz, la calabaza, el frijol, el chile y los quelites los que conforman la milpa y un ecosistema que nos define, y para muchos afortunados fue y es la realidad familiar con la que vivimos”, rememora Florián, quien el 25 de diciembre cumple 29 años desde aquel día de arranque de su comedor en la capital oaxaqueña.

Pronto viene a la conversación cómo la calabaza ayuda en la milpa a evitar las plagas de roedores por tener hojas “rasposas”; por qué los frijoles nutren la tierra, y cómo de la milpa también se obtiene alimento para el ganado.



Fotografía: Celia Florian

“Y si hablamos de consecuencias culinarias hay miles”. Momento que aprovecho para saber más sobre la sopa de guías de calabaza, tan socorrida en Oaxaca.

“Es una delicia, es una sopa de hierbas que no solamente lleva el tallo de la calabaza sino también las hojas picadas, la flor y los quelites, que vendrían siendo el piojito, el chepil, y maíz... ¿me pregunto cómo hicieron nuestros antepasados

para saber que esas hierbas al tener contacto con agua caliente iban a saber tan deliciosas, porque la guía de la calabaza te sabe a hierba, pero ya los quelites que la acompañan proporcionan un sabor bastante bueno y hacen que esto sea un gran alimento”, profundiza Celia sobre la receta que comúnmente se cocina con güicha, una calabaza dulce y deliciosa.

Esta preparación nunca pasa desapercibida para cualquier oaxaqueño, pues como dice, conlleva ritualidad.

“Con ella le agradecemos a la Madre Tierra por la cosecha recibida... Yo me acuerdo que mi abuelo Arturo Castellanos cuando ya estaban los **elotes** nos íbamos al campo, allá en La Ciénega, Zimatlán, y juntábamos leña con mi madre Carmen, mi abuela Antonia y hacíamos un fogón cerca de la milpa y se llevaba una olla muy grande. Había un río que se llamaba Río Seco pero que tenía mucha agua (ahora tristemente sí está seco). En esa olla cocinábamos primero el elote, luego la calabaza y en lo que hervía se limpiaba las hierbitas para quitarle todas las fibras y añadirlas después. Era un festín para celebrar que había elotes, pero al mismo tiempo celebrar todo lo que creció y que poníamos en la sopa, alimentos que salían de la milpa. Un verdadero festín lo que se daba uno como campesino”, explica la impulsora de la Asociación de Cocineras Tradicionales de Oaxaca, por la cual recibió el galardón Guardianas de la Tradición en el primer Congreso Internacional de Gastronomía, Mujeres y Medio Rural, con sede en Asturias, España.

Lo maravilloso de la milpa es que nos nutre y se nutre así misma, añade.



Fotografía: Celia Florián

“Todos los que tuvimos la fortuna de estar inmersos en la milpa sabemos que es un milagro, que continúa con el maíz ya **nixtamalizado**, una sabia técnica que especialmente dominamos las mujeres”.

La fortuna de la que habla Celia aún se vive en la capital oaxaqueña donde gracias a esas mujeres de los pueblos colindantes se tiene acceso a producto nixtamalizado de calidad.

“Tú comes en la capital y te están haciendo las tortillas en el momento y a mano, siempre de masa nixtamalizada en el restaurante, y si no lo hacen así se la compran a mujeres que nixtamalizan, pero no la compran en la tortillería comercial”.

Esta sabiduría que no conoce de protocolos sino de mera práctica cotidiana por parte de mujeres de pueblos como Tlacolula, San Miguel del Valle, Magdalena Teitipac, Tlaxiactac de Cabrera, San Antonino Castillo Velasco, San Agustín de las Juntas, San Antonio de la Cal, San Felipe del Agua, San Agustín Yatareni, Teotitlán del Valle o San Juan Guelavía, hace que sus masas sean joyas.

“Hubo un tiempo en el que yo sí estaba muy preocupada con el tema del maíz y la milpa, pero ahora se está volviendo a revalorar. Los jóvenes están preguntándose acerca de la nixtamalización, y eso es clave.

“Los chefs de otras partes vienen a investigar cómo se nixtamaliza, y lo más normal es que preguntan por un kilo de maíz **cuánto se le pone de cal**, y déjame decirte que esto no se basa en gramos o kilos, sino en saber hasta dónde se le pone de agua a la olla, qué tanto de cal de piedra (no la usamos en polvo), cuánto esperar a que pinte el agua amarillita para echar el maíz, las razones de la importancia del reposo, que leí es cuando se potencializan los nutrientes. Todo es sabiduría que sólo estando aquí y practicando se obtiene”.



Fotografía: Celia Florián

EL VALOR DEL NIXTAMAL

Los oaxaqueños no son tímidos cuando se trata de presumir tortillas, tlayudas o blandas, pues bien saben que sus maíces nativos y su nixtamalización los respaldan.

“Yo recuerdo que de niña para poder ir a jugar o hacer la tarea, primero debía desgranar el maíz que se iba a nixtamalizar para hacer tortillas, tamales, **tlayudas o tostadas**, porque aquí en Oaxaca tenemos la fortuna de tener muchos tipos de tortilla y cada una de estas dependen del maíz que se use o la cocción que tengan, por ello cambian de nombre.

“Cuando desgranaba el maíz pobre de mí que se me cayera un granito al suelo, es sagrado. Ahora veo a muchos que se les cae y no le dan valor, entonces yo les digo que si no les enseñaron a tener respeto por nuestro alimento”, resalta esta mujer de 57 años.



Fotografía: Celia Florián

Celia y su esposo Fidel Méndez obtienen los maíces criollos con **productores** oaxaqueños como Hugo Martínez Méndez, en San Martín Tilcajete; Arnulfo Valentín Pérez, del Rancho Las Flores de San Mateo Yetla, y Alejandro Santiago Chompa, de San Antonino Castillo Velasco.

“Por todos los medios tratamos de no utilizar maíz híbrido en la nixtamalización que hacemos en el restaurante”, menciona sobre la práctica que constantemente los visitantes piden ver cómo se realiza.

“Los pasamos a la cocina, les enseñamos la olla de nixtamal que se pone por las mañanas, si tienen tiempo les decimos que pasen al día siguiente para que aprendan a hacerlo para reforzar esta idea que te mencioné al principio: la cocina tradicional se contrapone a la estandarización del gusto”, finaliza Florián, reconocida en 2021 con el premio a “la Cocina Auténtica y Artesanal”, otorgado por La Liste.

Para probar las preparaciones que se hacen con estos maíces nativos y nixtamalizados en Las Quince Letras, ve a Mariano Abasolo 300, Centro, Oaxaca de Juárez; y sigue el trabajo de la cocinera en su IG: [@celia_florian](https://www.instagram.com/celia_florian).



Fotografía: Celia Florián