

LA PUZKUA, OTRA CARA DEL MAÍZ

Escrito por: Fundación Tortilla
06/09/2020

Rosalba Morales explica una de las recetas base de la cocina purépecha.



La puzkua es una preparación que se elabora a base de maíz que, a diferencia de otros platillos no lleva un proceso de nixtamalización pues no se cuece con cal ni ceniza. Este maíz se muele en el metate generando una masa perfecta para hacer varias recetas michoacanas, entre ellas atoles, tamales y atapakuas.

Rosalba Morales, **cocinera tradicional de Michoacán** eligió el maíz rojo para guiarnos en la preparación de uno, pues dice que esta variedad es muy suave y rica.

“A mí me encanta porque tiene un saborcito medio dulcecito, más cuando está recién cosechado”, menciona la michoacana asentada en San Jerónimo Purenchécuaro, municipio de Quiroga.

Para hacer este atole, al maíz molido se le agrega agua para desbaratarlo y después colarlo. Ella utiliza un tergal o colador de tela con los poros muy delgados para que se cuele por completo.

Muchos aprovechan la tecnología y lo hacen en su licuadora”, comenta Rosalba, pero ella prefiere lo tradicional.

Ya colado se añade a una olla con agua hirviendo, donde toma un color es maravilloso, “un rosado muy bonito”, dice.

“Si el atole está quedando muy espeso sólo se necesita agregar más agua y listo, en unos minutos tendrás un delicioso atole”.

Es muy importante resalta que no lleva azúcar, piloncillo o cualquier ingrediente adicional, sólo es el sabor del maíz, en este caso rojo.

“Este atole es sano, ayuda a los riñones y se bebe con la comida como si fuera un vaso con agua”, cierra la charla Rosalba, invitándonos a ver el paso a paso que hizo para Fundación Tortilla.

Visitar en youtube <https://www.youtube.com/watch?v=dzMAEY9yMhw>

