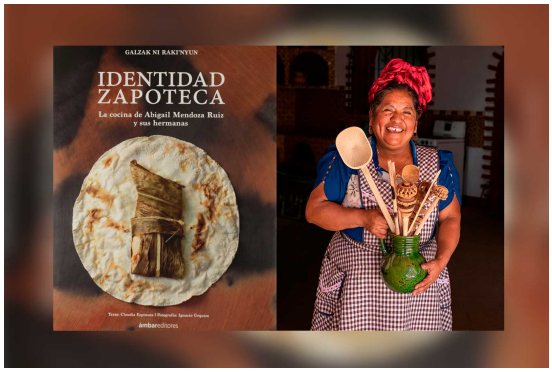
**LIBRO “IDENTIDAD ZAPOTECA” MUESTRA LOS SABORES DE ABIGAIL MENDOZA**

Escrito por: Wendy Pérez
20/10/2022

Desde el corazón de la familia de esta cocinera tradicional en Teotitlán del Valle, Oaxaca, nace un libro lleno de raíces culinarias y emocionales.




“A mí papá Emiliano le gustaba todo. Nunca me dijo: 'Esto no está bien’. Siempre decía: ‘Hazlo, lo vas a mejorar’. Así desde que empecé a hacer tortillas él las comía; eran tortillas feas, no estaban buenas”, rememora la cocinera tradicional Abigail Mendoza en uno de los pasajes de su libro “Identidad Zapoteca. La Cocina de Abigail Mendoza Ruiz y sus Hermanas”.

Con el tiempo mejoró, y a la usanza de su pueblo en Teotitlán del Valle, Oaxaca, en cuanto le salieron a la perfección corrió a ofrecerlas a casa de un familiar de respeto, en su caso, a la de su tía Zenaida, pues había que celebrar el dominio de una de las técnicas más importantes en la cocina de su tierra y de México. Un aprendizaje que ofreció, incluso, a la Virgen de Juquila, para que con su “bendición” lograra que sus tortillas salieran más grandes y perfectas.

“Cuando era pequeña le pedía a la luna llena que me ayudara a hacer las tortillas tan redondas como ella y torteaba mis manos diciéndole: luna, luna, quiero unas tortillas como tú”.



Fotografía: Ignacio Urquiza

Así se conforma página a página un texto que reúne más de 90 **recetas** que visibilizan los usos y costumbres de la familia Mendoza. Eco de una comunidad llena de historia alrededor del campo, los tejidos y la colectividad.

Abigail -al frente del restaurante *Tlamanalli*, que significa Dios de la Comida en náhuatl- fue la primera mujer de 10 hermanos con un camino marcado: cocinar para toda su familia. Lo que la vida le enseñaría es que también podría hacerlo para otros, muchos de otros países y lenguas, en este restaurante aperturado oficialmente el 14 de febrero de 1990 que al paso del tiempo se consideraría uno de los mejores del mundo.



Fotografía: Ignacio Urquiza

“Como fotógrafo estar en Teotitlán trabajando y compartiendo con Abigail y sus hermanas siempre ha sido un placer y una brisa de cultura milenaria, de sabores y de hospitalidad desmedida.

“Cada cosa que cocinan, cada vez que están en el metate, en el molcajete o en el fogón se ve el conocimiento en sus manos sabias. Sin duda fue una gran experiencia hacer este libro”, resalta Urquiza sobre lo que capturó con su lente.



Fotografía: Ignacio Urquiza

En este retrato familiar, aquel primer recuerdo de la maestría que se requiere para hacer tortillas ocupa un capítulo de los 15 que lo divide. En él se develan secretos sobre la **nixtamalización**, por ejemplo, se explica cuánta cal se necesita: “prueba el líquido poniendo unas gotitas en la lengua, si pica un poco o sabe agrio es que está bien. Si pica mucho hay que agregar agua”. Además, se desprenden recetas de la tortilla de maíz amartajado; la blanda, la famosa tlayuda, la tostada y una muy especial: la tortilla para bebé.

“Son especiales para los bebés, y se les unta un poco de agua y sal…Se necesita una taza de masa de maíz molido firmemente que se amasa con agua. Se enciende el brasero, y una vez que esté con fuego fuerte, se pone un comal de barro al que se le unta cal para que las tortillas salgan limpias y bonitas.

“Cuando el comal esté caliente se agarra un poco de masa y se forma una barita de masa, enrollando la masa a la medida de un dedo meñique, y se aplasta ligeramente.

“Ya que se tenga la pequeña tortilla alargada y gordita, se pone en el comal. Se recomienda poner todas estas tortillas juntas para prepararse en el comal, ya que son muy pequeñas.

“Una vez en el **comal**, no tardan mucho en ponerse secas, para que pueda voltearse y se dejan cocer hasta que se formen unas líneas color café oscuro por el frente y atrás de la tortilla”.



Fotografía: Ignacio Urquiza

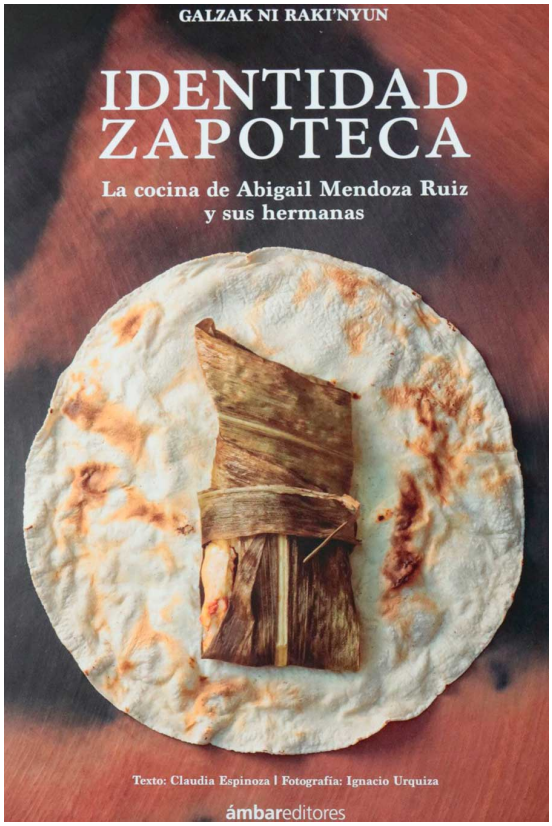
Esta cocinera tradicional y sus hermanas Adelina, Rosario, Marcelina, María Luis y Rufina son, como bien menciona la investigadora y redactora del libro, Claudia Espinoza, el resumen de un oficio milenario: pura experiencia y sabiduría, donde el metate es el instrumento estelar y la milpa el conducto para llevar sobre la mesa una cocina de nutrición ancestral.

Chepiche, poleo, chepil, flor de calabaza, cilantro criollo, papa, aguacate, tomate de riñón, hierba santa, guaje rojo, epazote, tomatillo de milpa, piojito, quintonil, nopal de lengüita, maíz amarillo, rojo y blanco, pitiona, ejote y orégano tierno son parte de los productos que aparecen en las preparaciones de “Identidad Zapoteca. La Cocina de Abigail Mendoza Ruiz y sus Hermanas”, productos locales con los que crecieron las y los Mendoza, y que la fotografía de Ignacio Urquiza capturó en las 300 páginas de trabajo hecho en conjunto con Ámbar Editores, como directora editorial Adriana Sánchez, y de editora gastronómica a Laura Cordera.



Fotografía: Ignacio Urquiza

Para Abigail este libro es una forma de no olvidar su esencia, lo que se come en su comunidad y a la vez cuidar a la madre naturaleza tan bondadosa. Puedes adquirirlo en Ámbar Editores, librerías Gandhi y Fondo de Cultura Económica. También puedes conocer más sobre la cocina tradicional de Abigail y sus hermanas visitando su restaurante *Tlamanalli,* en Teotitlán del Valle, Oaxaca, consulta aquí todos **sus datos de contacto** y haz tu reservación.



Fotografía: Ignacio Urquiza

Este texto es propiedad de su autor y forma parte del acervo editorial de Tortilla de Maíz Mexicana, A. C. una organización mexicana sin fines de lucro. Consulta más información en www.fundaciontortilla.org