

## TORTILLAS CON NOPAL Y MÁS TESOROS DE LA MILPA TLAXCALTECA

Escrito por: Margarita Delgado Nute  
24/01/2022

La productora agroecológica y cocinera tradicional Flavia de Albino hace con la milpa un sinfín de derivados de maíz, nopal y otros alimentos



Cuando Flavia de Albino comienza a hablar del campo se nota alegría en su voz. Entusiasmada, comenta cómo aprendió a cocinar desde niña y que el maíz fue aquel ingrediente gestor de lo que sería su Huerta Gosen, en Huamantla, Tlaxcala.

“Nosotras somos transformadoras; al maíz lo cultivamos, los nixtamalizamos y luego vamos haciendo diferentes recetas que fui aprendiendo de niña o que voy aprendiendo a través de otras personas que me las han ido compartiendo”, cuenta esta productora y cocinera de 58 años.

Trabajando codo a codo con su hija Gloria y su nieta Alexa, cultivan maíces criollos de diferentes colores como morado, rosa, blanco, rojo; así como nopales, con los que realizan sus famosas tortillas con nopal, que para Flavia resultaron toda una odisea perfeccionarlas y venderlas.

“Las aprendí gracias a una señora del mercado que me dijo cómo. Conseguí el maíz y los nopales que traía del cerro, pero no mucho tiempo después preparé mi tierra porque quería ser productora”.

La experimentación añade es parte de su forma de trabajar, y en el caso de las tortillas de nopal, más.



Fotografía: Flavia de Albino

“Mis tortillas son 50 por ciento maíz, 50 por ciento fibra de nopal, sin conservadores, sabores o colorantes artificiales.

“Son una ricura, aunque hay algunas personas que son reacias a comprarlas por la textura que le da la fibra, o porque tienen la idea de que una tortilla de nopal no lleva maíz. Ha sido todo un proceso”.

Igualmente esto la llevó a aprovechar otros ingredientes de su milpa como la calabaza, el frijol y los quelites que utiliza para diferentes productos como tostadas de calabaza o tuna que vende junto a su familia en el mercado de la Hacienda Soltepec, o bien, enseña en talleres vivenciales que imparte en su casa: la Huerta Gosen.

“Mis talleres los bauticé como Nochtli (tuna en náhuatl). Los doy en mi huerta con el fin de que las personas que me visitan puedan ver el campo y el proceso completo en la elaboración de un platillo que al final disfrutarán”.



Fotografía: Flavia de Albino

Flavia comenta que cuando se crece en el campo, aprendes de los ingredientes y de las elaboraciones por medio de las mamás o las abuelitas.

“Les enseñamos el cultivo, a desgranar, cómo se sopla el maicito, lavarlo, poner la cal viva, la nixtamalización y hasta lo trituramos en el metate para luego hacer las memelas o las tortillas, todo hecho a mano”, dice la cocinera, fiel promotora del consumo responsable.

Incluso, si llegan temprano a los talleres, alcanzan a beber un atole de masa con nopal, o puede ser de tuna, naranja, tejocote, calabaza, capulín o quelite, acompañado de quesadilla o tamales.

“Ya al terminar el taller se come y siempre nos gusta dar algo diferente. Hemos servido sopa de nopal, sopa de haba con calabaza o un pipián; de postre son a base de maíz, nopal y tuna, como los burritos de granos de maíz, de preferencia azul, que se ponen en un comal o cazuela de barro y se tuestan, entonces se les suelta azúcar y quedan como garapiñados, o mermelada de nopal o tuna”.



Fotografía: Flavia de Albino

Para Flavia es muy importante la conservación y transmisión de los ingredientes y las **recetas**, por lo que le alegra que haya siempre interesados en sus talleres, desde estudiantes de gastronomía, extranjeros a chefs.

“A mí me encanta explicar las recetas y todo lo que puede dar un ingrediente. Creo que uno enseña lo que fue

aprendiendo en la vida.

“Una forma de poder conservar la cocina tradicional es así; transmitir los conocimientos y estar siempre abierta a seguir aprendiendo; fue de esa manera que supe cómo hacer el azabache de frijol, un dulce tradicional tlaxcalteca que lleva leche, mantequilla, huevo criollo y nuez, que me lo contó una amiga. Ella me compartió su historia y sus recetas, y eso es lo que yo hago con mi hija, mi nieta y con todos aquellos que vienen a mi cocina”, concluye esta mujer perteneciente al grupo de cocineras tradicionales tlaxcaltecas Guardianas de la Tierra del Maíz.

Adquiere sus productos y apoya su proyecto. Encuentra todos sus datos de contacto [aquí](#).



Fotografía: Flavia de Albino