

## ¿QUÉ TAL UNOS WAFFLES O HOT CAKES CON HARINA DE MAÍZ NATIVO?

Escrito por: Wendy Pérez  
29/03/2021

La cocinera oaxaqueña Olga Cabrera Oropeza desarrolló una línea de harinas a partir de maíces criollos, ideal para panqueques y hasta champurrado.



Aquí va la propuesta: un plato con varios waffles preparados con harina de maíz amarillo criollo, copeteados de miel multiflora que llega de la costa oaxaqueña, unas almendras fileteadas y toques de coco rallado.

¿Qué les parece?, pues a decir de los comensales del restaurante Tierra del Sol, de la chef Olga Cabrera Oropeza, son imperdibles desde hace tres años cuando aparecieron en el menú del sitio enclavado en la capital de Oaxaca.

Hoy día, y tras un arduo trabajo que hizo la chef para perfeccionar el producto, lanzó una línea de [harinas de maíces](#) criollos que puedes llevar a casa y replicar esta experiencia cuando quieras.

“Aunque al principio fue complejo que los clientes se abrieran a unos waffles o hot cakes con harina de maíz, ahora son muy socorridos, lo que nos incentivó a usar diversos granos”, relata la mixteca con más de 20 años al frente de este comedor.

La consecuencia es una línea que vende en Masea, la panadería que Olga arrancó el año pasado inspirada en la tradición harinera de su natal Huajuapán de León.

“Tengo de alternativas harina de maíz azul con un sabor bastante dulce; harina de maíz amarillo que complementamos con rosita de cacao, coco rallado y arándanos, pero sin azúcar añadida. Le sigue una tercera opción, la harina de maíz colorado que lleva cardamomo y ésta sí contiene 10 por ciento de azúcar.

“Todo lo empaquetamos al vacío y ahorita empleamos maíces de zonas como Chinantla, pero igual pueden provenir de la costa, la mixteca y los valles centrales, pero siempre serán criollos”, enfatiza.



Fotografía: Masea

## LLÉVATELA A TU CASA

La idea de Olga Cabrera y del equipo con el que desarrolló por meses la receta era y es resaltar las características de sabor de los maíces.

“En casa es una preparación muy sencilla de preparar, como de una harina comercial, pero con bondades en esponjosidad y dulzor que sólo estos maíces tienen”, dice sobre los paquetes de medio kilo que vende, y de los que salen entre 5 a 7 piezas.

Describe que el proceso arranca cuando consigue el maíz criollo, el cual limpian muy bien para después llevarlo al molino de piedra donde se tritura una o dos veces según las necesidades. Pasados estos pasos se deshidrata porque sale caliente y se le integra sal y bicarbonato para finalmente empaquetarlo.

En Masea también tienen harina de maíz blanco para hacer champurrado que va mezclada con chocolate oaxaqueño y a la cual sólo se le añade agua, se hierve por 10 minutos y listo.

Actualmente, cuenta, está trabajando en sacar la tabla nutricional y lograr varios sellos que permita abrir el mercado en el extranjero a su línea de harinas de maíces criollos.



Fotografía: Masea

## NO PARAR NUNCA

Así que si eres fan de los waffles ve directo a [Tierra de Sol](#) pues ahí los preparan en esa versión, pero si prefieres los hot cakes dirígete al otro sitio de Olga, el restaurante Baltazar, donde hasta con huevos criollos al comal te los sirven; o bien pasa a su Panadería por tus paquetes.

“Igualmente en Masea hay conchas, mazorcas, galletas y otros [panes hechos con trigo y maíz](#)”, complementa esta emprendedora que muy recientemente lanzó "Mujeres del Fuego" junto a sus colegas y amigas Carina Santiago Bautista, cocinera y propietaria del restaurante Tierra Antigua, y de Yira Vallejo Ibarra, del taller experimental de destilados de granos antiguos.

Se trata de una iniciativa que busca generar lazos entre mujeres que ejercen diversos oficios, con la finalidad de visibilizar los talentos femeninos que inundan Oaxaca, el país y paulatinamente otros lugares del mundo.

“Es una plataforma digital ([www.mujeresdelfuego.com](http://www.mujeresdelfuego.com)) donde exponemos las vivencias de nosotras las mujeres, cómo la estamos pasando, con la idea de hacer eco y empoderarnos”, explica Olga, quien cree fielmente que debemos romper con la idea de que entre mujeres no nos podemos ayudar. Para conocer más sobre “Mujeres del Fuego” búscalas en Youtube y Spotify.

Como pudieron leer Olga es imparable, las dos décadas ininterrumpidas al frente de Tierra del Sol, dando empleo a muchas [mujeres](#), y sus ganas de no dejar en el olvido lo aprendido de su madre, tías y abuela, sigue reflejándose en su amor a la cocina mexicana y, sobre todo, a la columna vertebral de ésta: el maíz.

Encuentra en el centro de Oaxaca [Tierra del Sol](#) y [Masea](#) en calle Reforma 411, y Baltazar en calle Jesús Carranza 113 y no te pierdas estos deliciosos waffles y hot cakes con harina de maíces oaxaqueños.



Fotografía: Masea