



Cocina Colaboratorio

Compartiendo Saberes y Sabores
Celebración Culinaria - Santo Domingo Tomaltepec



Compartiendo Saberes y Sabores

Santo Domingo Tomaltepec, Oaxaca

15 de julio 2021.

Cocina Colaboratorio pasó un mes de trabajo de campo en Santo Domingo Tomaltepec. En ese mes se compartieron muchas historias y semillas, se hicieron macetas y mapas, prendimos y apagamos muchos fuegos.

Todos los días a la hora de comer, mujeres que llevan cocinando toda la vida, nos sorprendían con platillos deliciosos sobre la mesa, mole negro, verde, amarillo, empanadas, agua de horchata con tuna, ahora un postrecito, *“no dejen de probar el pan de yema y aquí va otra tortillita calentita”, “seguro que quieres más”, “si no repites es porque no te gustó”. “No se vayan sin probar el atole espuma”, “las espero el sábado para hacerlo juntas”. “A ti te hice este plato especial, solo para ti, sin pimienta, sin mucho chile, sin carne, ni queso, pero con mucho cariño para que lo comas y te guste”.*

Y claro que dábamos las gracias, claro que repetíamos, una vez, dos, algunas hasta tres o cuatro veces. ¡Qué delicioso quedó todo!

Hubo veces que nosotras queríamos ser quienes llevaran la delantera en compartir algo lindo, pero de pronto ya nos encontrábamos sentadas en su mesa, rodeadas de más atole espuma, más pan de yema y en la segunda memela. Y el cariño no es de una vía, es recíproco, pero nos quedamos con ganas de que al menos por un día, ellas fueran las sentadas en la mesa.

Así nos surgió la idea de un día cocinarles.



Las recetas que tienen en sus manos y el momento que compartimos juntas es un agradecimiento por el tiempo, las palabras, los saberes y sabores que desde cada una de sus casas, cocinas y experiencias, nos brindaron.

Gracias por abrirnos sus casas y sus corazones para construir juntas momentos, recuerdos y sabores que nos sirvan de inspiración.

Que sea este también un motivo para celebrar la vida, de las y los que estamos, pero también de todas las personas que se adelantaron en este camino por la vida ... personas que estuvieron presentes en cada encuentro, en cada sabor, en cada casa ...

A todas, GRACIAS.



ENTRADA

Patacones: un pedacito de Colombia en Sto. Domingo Tomaltepec

Este platillo evoca los sabores y recuerdos de muchas regiones de Colombia. Sabores que permiten variaciones, experimentación y creatividad. En sus manos está crear nuevos sabores y compartir esta forma de disfrutar del plátano macho.

Ingredientes para 4 personas		
Patacones	Salsa Criolla	Guacamole
<ul style="list-style-type: none">•3 plátanos machos (de cada plátano salen tres piezas). Nota: Puede estar verde o maduro ... cada quien deberá encontrar el punto perfecto de sus patacones.•Aceite para freír	<ul style="list-style-type: none">•3 tomates•1 cebolla•3 dientes de ajo•Carne desmechada•Sal•Quesillo•Chile (opcional)	<ul style="list-style-type: none">•3 aguacates•½ Cebolla•2 tomates•Chile (al gusto)•Sal•Aceite•3 limones

Para los patacones

Calentar abundante aceite a fuego alto, mientras se pelan y parten en tres partes iguales los plátanos. Cuando el aceite está caliente se pasa a fuego medio, se llevan las piezas de plátano y se dejan dorar mientras se van girando.

Cuando están dorados por todas partes se retiran del aceite y se dejan enfriar un poco, posteriormente se ponen dentro de una bolsa de plástico para aplastarlos con una tabla o un plato sobre una superficie sólida, sin necesidad de hacer mucha fuerza.

Una vez que se han aplastado, y con el aceite caliente se vuelven a freír hasta que se vean dorados por los dos lados. Se sacan del aceite y están listos para acompañar con las salsas de su preferencia.





Para la salsa criolla

Es importante mencionar que la carne desmechada se puede omitir o se puede cambiar por pollo deshebrado o cualquier tipo de carne.

Para esto, será necesario tener la carne lista antes de preparar la salsa.

Para la salsa, después de picar todos los ingredientes, se van integrando a un sartén con un poco de aceite caliente. Primero el ajo y la cebolla, cuando ya están un poco transparentes se integra el tomate y el chile, se deja a fuego medio para que se reduzca.

Al final se agrega la carne previamente cocida y desmechada y se ajustan sabores con sal (o azúcar si esta un poco ácida). Finalmente se sirven sobre patacones con unas tiras de queso.

Para el guacamole

Se pican y revuelven todos los ingredientes



PLATO FUERTE

Raviolis: fusión de sabores y saberes

Esta receta nació de la intención de mostrar nuevas formas de consumir algunos de nuestros alimentos cotidianos en una nueva presentación. Es una forma de reconocer el dinamismo de la alimentación en nuestros días, sin perder de vista la importancia de integrar los saberes y sabores locales.

Los raviolis son un tipo de pasta rellena a base de harina de trigo y huevo. El relleno, como en los patacones, permite crear y experimentar.

Ingredientes - 4 personas		
Masa	Relleno flor de calabaza / epazote	Bechamel de champiñones y chipotle
<ul style="list-style-type: none">•400 gr de harina de trigo•4 huevos•1 cucharadita de aceite•sal <p>* un huevo por cada 100 gr de harina y 100 gr de harina por cada persona.</p>	<ul style="list-style-type: none">•Queso (recomendamos panela o queso fresco)•Flor de calabaza•Epazote•Ajo•Sal•Aceite oliva	<ul style="list-style-type: none">•Champiñones•Caldo de pollo•Harina tostada•Mantequilla

Para la masa

Sobre una mesa se hace un volcán con la harina, en medio se ponen los huevos batidos y una cucharadita de aceite y una pizca de sal.

Con las manos, se comienza a integrar la harina con los huevos hasta que se consigue una bola de una textura uniforme. El punto en el que se sabe que la harina esta lista, es cuando al apretarle con un dedo la masa vuelve a su posición original en pocos segundos, si la huella del dedo queda en la masa, es necesario seguir amasando un poco más.



Una vez encontrado el punto de la masa se reserva en la nevera por al menos 30 minutos -si se queda más tiempo no pasa nada.

Posteriormente se saca de la nevera y se parte en cuatro, se toma de una de las partes y el resto se lleva de nuevo a refrigeración.

Es una masa muy delicada que no puede recibir mucho aire porque se seca. Primero se le da un poco de calor a la masa con las manos y se forma una bola uniforme. Con bastante harina en el mesón o la mesa se comienza a aplastar con la ayuda de un rodillo o una botella.

Es importante ir agregando harina al mesón y a la masa para que no se pegue a la superficie. El punto de aplanado se conocerá cuando al levantarla se pueda ver la luz del otro lado de la masa.

Una vez lista se hacen tiras de rectangulares de 4 cm x 8 cm (o del tamaño de su preferencia) y se rellenan de tal forma que se puedan cerrar. Para esto es importante tener agua para poner con la punta del dedo sobre los bordes y sellar los raviolis. Con un tenedor se podrán marcar los bordes para decorar. Recomendamos poner harina de manera constante para evitar que se peguen.

Nota: esta misma masa sirve para hacer espaguetis. Para esto, una vez extendida la masa se hacen dobleces de unos 5 cm y se cortan con cuchillo en tiras delgadas.



Para los rellenos

Para la flor de calabaza, después de arreglarla como generalmente se hace, se saltea un poco con ajo y el queso desmoronado, un poco de sal, se reserva y se deja enfriar

Para el epazote, se arrancan las hojas y se pica finamente, se saltea un poco con ajo y el queso desmoronado, un poco de sal, se reserva y se deja enfriar.





La cocción

Al ser una pasta fresca, su tiempo de cocción es muy breve, el agua con sal debe estar hirviendo y una vez se ponen los raviolis o la pasta es necesario retirarla a los 4 minutos. En todo caso se podrán ir sacando de a uno para ver el punto de cocción. Si se pasan de tiempo es probable que se abran y se salga el relleno.

Para la salsa

La bechamel es una salsa blanca a base de harina con un fondo de pollo, res o leche. En una olla a fuego medio, dejar caer una taza de harina ligeramente tostada, lentamente ir integrando el líquido de preferencia e ir mezclando evitando que se hagan grumos.

Cuando la consistencia está espesa se integran los champiñones, previamente salteados con ajo y perejil. Finalmente se integra el chipotle licuado, al gusto.



POSTRE

Lassie de mango: nuevos sabores y recuerdos

Este postre es una invitación a conocer nuevos sabores, a sacar pasear nuestros paladares por lugares que otras han recorrido y nos quieren presentar. El cardamomo como invitado especial.

Ingredientes - 4 personas
Lassie de mango
<ul style="list-style-type: none">• 5 mangos maduros• 1lt de yogurt sin azúcar• Extracto de Vainilla• Canela en polvo• 4 vainas de cardamomo• Cacao

En un recipiente licuar los mangos, integrar con el yogurt, un chorrito de vainilla, el contenido de 4 vainas de cardamomo trituradas previamente y canela al gusto.

Dejar enfriar en el refrigerador y sirve con trozos de cacao tostado.





Esperamos que estas recetas sean de su agrado, que sigamos compartiendo de muchas formas, de cerca o de lejos, que la distancia se convierta en una excusa para sacar a pasear la memoria y el paladar, que los recuerdos permanezcan en el gusto, la memoria y el corazón.

Gracias por el tiempo y por atreverse a probar nuevos sabores.

**Lucía, Fran, Daniela,
Sharon, Emilio, Eréndira,
Paola, Nicolás, Amanda**

15 de julio 2021,
Santo Domingo Tomaltepec, Oaxaca

Si tienen alguna duda no duden en contactarnos
Lu: 5563178776 - Nico 9831013943











Compartiendo Saberes y Sabores
Santo Domingo Tomaltepēc, Oaxaca
15 de julio 2021.