

PICANTES, PERO SABROSO...

Jalapeños, poblanos, chipotles, pasilla o anchos, el sabor de los chiles es todavía más irresistible si se les rellena de picadillo, quesos, plátano macho o, por qué no, aves y mariscos. Los chiles rellenos son una de las preparaciones más sofisticadas y variadas de la gastronomía mexicana que en estas fechas no podemos dejar pasar por alto.

TEXTO: GABRIELA RENTERÍA • FOTO: JUAN CARLOS REYNOSO

El mes patrio da pie a una mezcla de sabores inigualables en todas las regiones del país. Pozoles, antojitos y, desde luego, el plato estrella en cientos de hogares y restaurantes: el chile en nogada. Un platillo típico de esta época que simboliza una tradición milenaria y que a la vez es “el padre” de todos los chiles rellenos que se preparan en México, que son muchos y se incluyen en las más variadas recetas.

Los chiles, junto con el maíz y algunos otros ingredientes le brindan una personalidad muy distintiva a la cocina mexicana. Sus inigualables sabores pueden llegar a un nivel superior cuando se les rellena. Su versatilidad es tal que pueden prepararse con cientos de ingredientes, capearse o no, comerse secos o en caldillo, y sin necesidad de ser el plato fuerte, pueden considerarse un finísimo entremés o hasta un postre.

Como lo afirma el chef Ricardo Muñoz Zurita en su libro *Chiles rellenos. Antología de recetas mexicanas*, el origen del chile relleno es incierto, tanto como la invención de muchos otros platillos que hoy son la esencia de nuestra gastronomía y que parten del sincretismo culinario entre las culturas prehispánicas y la española o europea. La mayor parte de esta cocina mestiza surgió de la combinación de elementos propios de nuestra tierra con los que llegaron del Viejo Continente. Aún cuando en distintas gastronomías existen frutos o vegetales rellenos, el caso de los chiles es único. “Sólo un pueblo con tan grande arraigo gastronómico como México pudo lograr estas preparaciones tan complejas y laboriosas, únicas en su estilo; en ninguna otra cultura del mundo ha surgido una preparación tan singular, ni ha logrado reunir o mezclar tantos ingredientes para rellenar un fruto”, opina Muñoz Zurita.

Al interior del sabor

Aunque en casi todas las regiones del país se preparan diferentes tipos de chiles rellenos, es en los estados del centro donde se acostumbra más su consumo. Los chiles poblanos son los reyes de reyes; se les rellena con una amplia variedad

de ingredientes: picadillo (de carne de cerdo, res o pollo), quesos, verduras y mariscos. Los picadillos son los rellenos más populares, le siguen los quesos, entre los que destacan el panela, el de cabra fresco, el oaxaqueño, el chihuahuense y el fresco; y las verduras pueden ser champiñones, flor de calabaza, calabacitas o granos de elote. Y, aunque no son lo más común, también están los mariscos, sobre todo camarón o jaiba.

Del poblano surgen decenas de recetas de chiles rellenos. En muchas partes del país se les llama chiles capones, y en algunas otras la mayor referencia es sin duda el chile en nogada, la receta más admirada de este tipo que, además, de acuerdo con Ricardo, “está íntimamente ligada a nuestro nacionalismo, por ser un platillo de temporada y una de las cumbres de la cocina mexicana”.

El chile poblano, al secarse cuando está verde, se convierte en chile ancho, y en chile mulato cuando se deshidrata al estar maduro. En su caso las recetas dictan que se deben capear y servir con un caldillo de jitomate.

Los jalapeños o cuaresmeños también se rellenan con mucha frecuencia. En Veracruz son los más usuales y en el estado de México y todo el centro del país se les conoce como cuaresmeños por la vieja tradición de consumirlos durante la temporada de Cuaresma. Estos chiles se convierten, al secarse, en chipotles, mecos o tamarindos, dependiendo del procedimiento (secado o ahumado, por ejemplo) al que se sometan y del tipo de chile del que proceden.

De acuerdo con Ricardo Muñoz, existen muchos otros, pero que sólo se conocen regionalmente. Por ejemplo: los chilhuacales negros de Oaxaca o, en la Península de Yucatán, los *ixcatíc* y los picosos habaneros. En el norte se acostumbra rellenar el chile California con queso menonita, también conocido como Anaheim.

Quizá todo chile se pueda rellenar, quizá no. Lo seguro es que la mayoría de las familias mexicanas tienen una receta propia de chile relleno, lo que convierte a estos succulentos platillos en una memoria nacional digna de admirar.



CHILE ANCHO RELLENO

DE PLÁTANO MACHO EN SALSA DE PILONCILLO

Receta del chef Eduardo Vibián Camacho, del restaurante Azul y Oro

INGREDIENTES: 6 chiles anchos medianos • 1/2 kg de plátano macho maduro • 1/2 cebolla blanca picada finamente • 2 dientes de ajo picados finamente • 1/4 taza de perejil picado (reservar unas hojas para decorar). • Sal, pimienta y azúcar • 1/2 lt de agua • 1 taza de manteca • Para la salsa: 1 pieza de piloncillo • 1 raja de canela de 10 cm • 1 lt de crema para batir.

PREPARACIÓN: Cueza los chiles en agua por 15 minutos y desvénelos. En una cacerola caliente la manteca, acitrona la cebolla y el ajo. Incorpore el plátano macho.

Machaque el plátano, agregue el perejil picado y sazone. Rellene los chiles con la mezcla del plátano.

Para la salsa: Caliente la crema con el piloncillo y la canela; deje hervir alrededor de 15 minutos.



CHILE PASILLA RELLENO

DE PATO CON MOLE NEGRO DE CENIZA

Receta del chef Ricardo Muñoz Zurita

INGREDIENTES: 12 chiles pasilla oaxaqueños • 1 pechuga de pato con piel • 1/2 cebolla fileteada • 2 dientes de ajo finamente picados • 1 cebolla blanca • 1 cabeza de ajo • 1/2 lt de agua • Sal y pimienta.

PREPARACIÓN: Cueza los chiles en agua alrededor de 15 minutos, desvénelos y resérvelos. En una olla cueza la pechuga de pato con la cebolla y el ajo. Desmenúcela, reservando su piel. Pique y fría la piel de pato en una cacerola (reserve). Con la grasa restante acitrona la cebolla y el ajo picado. Saltee el pato desmenuzado con la cebolla y ajo. Por último, incorpore la piel frita y salpimiente. Rellene los chiles con el pato. Sirva dos chiles por persona, acompañados de mole negro de ceniza.

EL ARTE DE CAPEAR

Uno de los principales secretos de estas succulentas preparaciones está en el capeado de los chiles. Aquí le ofrecemos una lista de consejos básicos para un capeado perfecto:

- Séquelos perfectamente, por dentro y fuera, para que el capeado se les adhiera bien.
- Revuelva los chiles en harina cernida y retire el exceso de ésta: es vital para que el huevo del capeado se pegue bien al chile.
- Los huevos deben estar siempre a temperatura ambiente porque si las claras están frías no levantarán lo suficiente.
- Las claras se deben batir hasta que hagan picos suaves (punto de nieve). Para saber que ya están en ese punto, voltee el recipiente y si las claras se mueven o tienden a caer es que todavía no están listas.
- Nunca bata las claras de huevo en recipientes de plástico, ya que guardan olores y sabores que pueden cortar las claras. Utilice tazones de cobre, metal o vidrio.
- Capee los chiles con rapidez para que el capeado no se corte.
- No caliente demasiado el aceite.
- Coloque el chile con la abertura hacia arriba cuando entre en contacto con el aceite y vierta aceite encima con la espátula de freír para que selle. Es usual que el capeado se desparrame hacia los lados, en ese caso utilice la espátula para reincorporarlo al chile. Voltee el chile o, si tiene experiencia, vaya rociando constantemente la parte de arriba con el aceite caliente para que no necesite moverlo.

UNA HISTORIA QUE ARDE

Según la historia más reconocida, los chiles en nogada surgieron durante la celebración de la Independencia de la República en 1821, cuando Agustín de Iturbide visitó Puebla después de firmar los tratados de Córdoba con el último virrey de España, Juan O'Donojú. Las celebraciones coincidieron con su santo, por lo que se le ofreció un banquete. Argumentando un malestar estomacal, Iturbide no probó ninguno de los platillos que se habían preparado. Se dice que en realidad lo hizo por temor a ser envenenado por los insurgentes o por los fanáticos de la hegemonía española que lo consideraban traidor. Aún así, cuando se le presentó el chile en nogada inventado y cocinado especialmente por las monjas del convento de Santa Mónica, el emperador no pudo resistirse y comió hasta saciarse. De ahí que se haya convertido en un clásico para celebrar ese memorable día.

CHILE EN NOGADA

DE ATLIXCO

Receta del chef Ricardo Muñoz Zurita

INGREDIENTES:

25 chiles poblanos listos para rellenar.

PARA EL PICADILLO: 1/4 de taza de aceite • 6 dientes de ajo a la mitad • 1 taza de cebolla finamente picada • 1 k de carne de cerdo molida • 2 cditas. de sal • 1 taza de agua • 3 cdas. de aceite de maíz • 1 k de jitomate licuado y colado • 1/2 taza de almendras peladas y picadas • 3/4 taza de pasitas picadas • 20 aceitunas verdes picadas • 2 cdas. de perejil fresco picado • 4 clavos de olor • 1 vara de canela de unos 3 cm de largo • 30 granos de pimienta negra • 1/4 taza de aceite de maíz para freír las frutas • 4 tazas de manzana panocheras, en cubitos • 4 tazas de peras de San Juan en cubitos • 1 taza de acitrón en cubitos (1 cuadro de acitrón) • 100 gr de piñones • 2 cdas. de vinagre blanco.

PARA EL CAPEADO: 12 huevos, separadas las claras y las yemas • 1/4 taza de harina • 2 cditas. de sal • 1 taza de harina para revolver en ella los chiles • 2 tazas de aceite de maíz (más el que debe reservar para freír los plátanos).

PARA LA NOGADA: 1 taza de almendras peladas • 5 tazas de agua fría • 400 gr de queso de cabra poblano (2 piezas), o de queso fresco • 8 tazas de nueces de Castilla limpias (1.2 kg; aproximadamente 200 nueces).

PARA LA PRESENTACIÓN: 2 granadas rojas desgranadas (2 tazas de granos) • Ramas de perejil para adornar.

NOTA: Esta receta es exacta, por lo que se recomienda no alterar las cantidades.

PREPARACIÓN: Seque el interior de los chiles y rellénelos con el picadillo. Si siente que el picadillo es muy pesado o los chiles están muy abiertos, ciérrelos con un palillo.

Del picadillo: Caliente la 1/2 taza de aceite y fría dos dientes de ajo hasta que se doren (deséchelos); acitrona la cebolla, añada la carne, la sal y el agua. Tape y deje cocinar todo hasta que la carne esté tierna.

Muela el clavo, la canela y las pimentas, añádaselos al jitomate y retire del fuego.

Añada la mezcla de jitomate a la carne y deje que se sazone por 5 minutos.

En otro sartén, caliente otra 1/2 taza de aceite, dore dos ajos, deséchelos y fría la manzana, la pera y el durazno; tape y deje que se fríen y cuezan. No deje que se deshagan, la fruta debe quedar entera. Añada azúcar suficiente (debe quedar un tanto dulce).

Por separado, fría el plátano hasta que se dore ligeramente; reserve el aceite sobrante donde se frieron las frutas para freír los chiles.

Mezcle con la carne las frutas, el plátano, el acitrón, los piñones y el vinagre.

Del capeado: Bata las claras hasta que se formen picos suaves, añada las yemas, la sal y 1/2 taza de harina. Bata hasta que todos los ingredientes estén incorporados.

****El chef Muñoz le aconseja realizar el capeado en dos etapas, sobre todo si usted tiene poca experiencia***

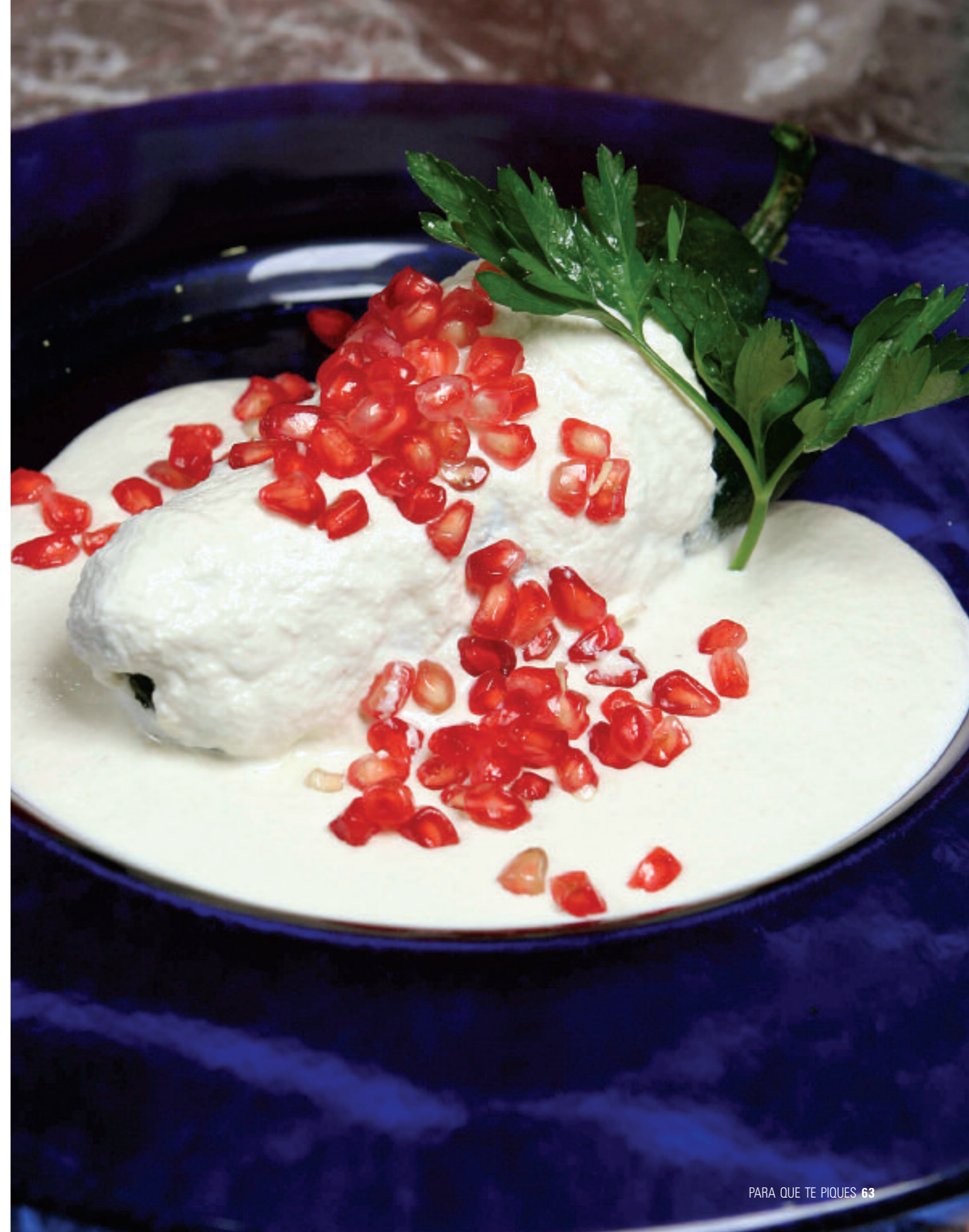
Revuelva los chiles en la harina y después quíteles el exceso golpeándolos con la mano suavemente.

Caliente el aceite con el que frió el plátano en un sartén amplio (conforme vaya necesitando más aceite, añádale). Deje que humee ligeramente, sumerja los chiles en el huevo y fríalos uno por uno. Mientras se dora la parte de abajo del chile, con la ayuda de una espátula bañe la parte de arriba con el aceite caliente para que ésta se dore y no sea necesario voltearlo. Si no tiene experiencia, voltéelo.

Escorra los chiles sobre servilletas de papel para quitarles el exceso de grasa.

De la nogada: Mezcle todos los ingredientes en un tazón y licue una mitad y luego la otra para evitar que se derrame el vaso de la licuadora.

Presentación: Coloque los chiles en un platón. Báñelos parcialmente con la nogada. Adorne con las hojas de perejil y la granada.



SI DE PELAR Y DESVENAR SE TRATA...

Parece fácil, pero pelar los chiles poblanos tiene su chiste. Lo más usual es ponerlos directamente sobre la flama de la estufa y darles vuelta con unas pinzas hasta que la piel se ampolle y queme ligeramente. El mismo procedimiento se puede realizar en un comal o sobre las brasas de carbón o leña. Ya listos, se deben meter inmediatamente en una bolsa de plástico y cerrarla muy bien para que ahí reposen aproximadamente 15 minutos. Esto se hace con el fin de que suden y la piel se desprenda fácilmente.

- Nunca pellizque los chiles porque se rompen.
- Si no los va a capear, regréselos al fuego para quemar las partes de la piel que todavía estén adheridas.
- De preferencia limpie perfectamente el interior del chile con una servilleta o paño húmedo y no bajo el chorro de agua porque muchas veces eso los hace perder sabor.