



EL ANTOJO CRUJIENTE

Para no romper con la tradición, las tostadas tienen fama de animar los paladares en estas fiestas patrias. Ya sea de salpicón o de pata, o bien de tuétano o carne seca, no deje de probar y preparar esta rica herencia mestiza.

TEXTO: ADRIANA DURÁN ÁVILA • FOTO: LIZETTE MERCADO

Actualmente las tostadas forman parte de la lista de antojitos que se sirven en los múltiples puestos de comida que distinguen las calles de la Ciudad de México a la hora de la cena. En provincia también se disfruta de este crujiente antojito en la cenaduría tradicional, que es la manera en como se denominan los establecimientos nocturnos de antojitos.

Los mercados típicos, con sus infaltables expendios de alimentos preparados, son otros lugares donde se puede disfrutar de una gran variedad de tostadas. Uno de ellos es el mercado de Coyoacán, ubicado entre las calles de Xicoténcatl y Malintzin, colonia Del Carmen Coyoacán, donde se sirven tostadas de pata, salpicón, picadillo, bistec, pulpo, camarón, cebiche, incluso de hongos cuando es temporada.

Un sitio más que guarda la tradición de este singular antojito es el mercado Martínez de la Torre en la colonia Guerrero, ubicado sobre el Eje 1 Norte.

Otro de los mercados famosos por sus tostadas es el de la colonia Tlaxpana, antiguamente llamado Barrio de Santa Julia, localizado entre las calles de Tláloc y Netzahualpilli. Ahí se venden tostadas de aproximadamente 25 centímetros de diámetro, crujientes y servidas con una generosa cantidad de pata de cerdo.

Entre el salpicón y el pescado

En la parte de Ensenada, Baja California, es muy común ver en la calle los puestos de tostadas de mariscos. Anteriormente se acostumbraba comer la tortuga preparada con cerveza y servida en tostadas. Al paso del tiempo la tortuga se sustituyó por otros mariscos. Hasta la fecha son una tradición popular.

En León, Guanajuato, una de las tradiciones son las tostadas de cueritos de cerdo, encurtidos en vinagre, acompañadas con crema, col y rajadas de chiles en vinagre.

“En los estados de la República Mexicana existen diferentes tipos de tostadas. En Oaxaca están las tlayudas, grandes tostadas que se cuecen en el interior de una olla de barro muy gruesa

Las tradicionales tostadas, elaboradas con pata, salpicón y tinga de pollo, res o camarón, con lechuga, crema, queso y salsa en la cima, son coloridas preparaciones del gusto popular. Pero la base de este delicioso antojito es la tortilla típica dorada en manteca o aceite, hasta que adquiere una consistencia crujiente. De esta técnica, existen antecedentes desde la época prehispánica, existen antecedentes desde la época prehispánica. Fray Bernardino de Sahagún, en su *Historia general de las cosas de la Nueva España*, relata que a su llegada a México, los españoles decían que las tortillas eran unos hojaldres, ya que estaban tiesas y crujientes.

Explica que las *tlacepoalli ilaxcalli* eran las tortillas con consistencia de hojaldre, que de algún modo son antecedentes de las actuales tostadas. Con los españoles la tortilla empezó a fírse con manteca.

Antonio García Cubas menciona en una de sus crónicas de *México de mis recuerdos* que en el callejón de Bilbao, que antiguamente se encontraba en lo que hoy es Palma y la Plaza de la Constitución, se elaboraban unos fiambres de carne en escabeche que se servían acompañados de un tamal con salsa y chiles encurtidos. Posteriormente, este guiso y otros similares empezaron a servirse en tortillas tostadas.

y se comen con pollo, pescado chintextle, con pasta de chile, camarón seco y hierbas aromáticas.

“En Yucatán están los panuchos, tortillas fritas rellenas de frijol con pollo desmenuzado encima. En Chiapas, en la zona del istmo, elaboran las tostadas turulas, preparadas con camarón seco”, dice Ana Benítez Muro en *La cocina mexicana a través de los siglos*, publicado por editorial Clío.

Josefina Velázquez de León advierte en su libro *Platillos regionales de la República Mexicana* (1946) que en lugares como Aguascalientes las tostadas se sirven con cueritos en vinagre, salsa picante y lechuga. En Puebla, en cambio, son sencillas en su preparación, se sirven con pollo, cebolla, queso y salsa de jitomate espesa; en Veracruz, rico en productos marinos, llevan jaiba como ingrediente principal.

Agrega que también en Aguascalientes es tradicional una receta para elaborar las tostadas con harina, azúcar, levadura, leche, manteca y anís. Otras tostadas características mencionadas por la autora son las de tuétano, propias de Morelos, que se preparan con lomo de cerdo, tuétano, salsa y rabanitos.

La tostada pudo tener su afianzamiento en la alimentación popular durante la época virreinal, ya que es cuando las preparaciones con maíz pasaron a la etapa de la fritura con la incorporación de la manteca de cerdo a la dieta de los mexicanos.

Hay que recordar que no era una sociedad en la que se acostumbrara desperdiciar la comida. Muchas veces la tostada se acompañaba con los nervios de la carne, constituyendo así un alimento económico y nutritivo. Más tarde, con la influencia francesa, llegó la crema, que al paso del tiempo se incorporó a la forma de servir los tacos y las tostadas.

Durante la Revolución Mexicana, las soldaderas jugaron un papel importante. Estas mujeres no podían desperdiciar lo poco que llevaban con ellas, así tenían que aprovechar las tortillas duras, que al recalentarse tomaban la consistencia de tostadas, para más tarde acompañarlas con algún guiso sobrante o preparado en el camino.

Actualmente uno de los lugares que goza de tener gran variedad de tostadas es el Mercado de la Merced, en la Ciudad de México, donde se puede encontrar una nave especial de tostadas, algunas fritas con manteca, otras con ajonjolí, sal o chile chipotle. En algunos centros comerciales se encuentran de nopal, integrales y sin grasa.

Durante el mes de septiembre observará una gran variedad de ingredientes para elaborar estos suculentos antojos y no perder de vista la tradición de elaborar tan singular platillo. •

TOSTADAS...

...de pata

[16 PORCIONES] 16 tostadas • 2 tazas de frijoles refritos • 4 manitas de cerdo en escabeche, deshuesadas y picadas finamente • 1/2 lechuga picada • 3 aguacates cortados en gajos • 1 taza de queso fresco rallado • 1 cebolla chica cortada en rodajas.

Preparación: Unte las tostadas con los frijoles. Añada una pequeña porción de las manitas de cerdo, la cebolla, la lechuga, el aguacate y el queso.

Nota: Las tostadas deben prepararse en el momento, para evitar que se remojen.

...de camarones

[6 PORCIONES] 300 gr de camarones pacotilla • 1 cucharada de aceite de oliva • 2 jitomate finamente picado • 1/2 cebolla finamente picada • 1/4 de manojo de cilantro finamente picado • 1 pizca de orégano • Chile de árbol al gusto • 6 tostadas • Jugo de limón al gusto • 1 aguacate rebanado.

Preparación: Sofría los camarones con el aceite de oliva. Mezcle el jitomate, la cebolla, el cilantro, el orégano, el chile y aderece con unas gotas de limón. Añada los camarones. Sirva en las tostadas y adorne con las rebanadas de aguacate.

...turulas

[4 PORCIONES] 3/4 k de camarón seco ligeramente tostado y sin cabeza • 4 jitomates grandes • 1/2 kilo de cebolla finamente picada • 5 chiles serranos o de árbol frescos finamente picados • Jugo de 10 limones • 12 tostadas • 3 cucharadas de mayonesa • Sal al gusto.

Preparación: Remoje los camarones en agua fría durante 30 minutos. Haga un corte superficial en forma de cruz en la parte alta de los jitomates y sumérgalos en agua hirviendo por unos segundos. Páselos por agua fría y retire la piel. Rebane por la mitad y retire las semillas. Pique el jitomate finamente.

Mezcle el jitomate con la cebolla y el chile. Agregue el jugo de limón y un poco de sal. Escurra el camarón y añada a la mezcla anterior. Deje reposar durante 2 ó 3 horas. Escurra. Unte las tostadas con mayonesa e incorpore una porción de camarones.

...tuxtlecas

[25 PORCIONES] 1/2 kilo de carne de res magra, molida 2 veces • Jugo de 4 limones grandes • 100 tostadas pequeñas • 1 cebolla mediana finamente picada • 6 rábanos finamente picados • 2 chiles jalapeños finamente picados • 1/4 de taza de cilantro finamente picado • Sal al gusto.

Preparación: Mezcle la carne con el jugo de limón. Agregue los rábanos, el chile, la cebolla, el cilantro y la sal. Sirva en cada tostada una porción de carne.



1



2



3



4

1 Tostadas de camarón.

2 Tostadas de picadillo.

3 Tostadas tuxtlecas.

4 Tostadas de tuétano.

...de picadillo

[10 PORCIONES] 10 tostadas • 1 k de carne de cerdo, cocida y picada • 1 k de jitomate picado • 1 cebolla picada • 1/2 cabeza de ajos picados • 50 gr de pasas • 50 gr de almendras picadas • 50 gr de aceitunas picadas • 50 gr de alcaparras picadas • 1/2 kilo de crema • Sal al gusto.

Preparación: Sofría el ajo, la cebolla y el jitomate. Añada las pasas, las alcaparras, las aceitunas, las almendras y la carne hasta que la mezcla reseque un poco. Agregue sal. Ponga una porción del picadillo en las tostadas y acompañe con la crema.

...norteñas

[3 PORCIONES] 75 gr de carne seca deshebrada • 1/2 pieza de chorizo • 1 cucharada de aceite • Pimienta, ajo y comino al gusto • 1/2 aguacate en rebanadas • 1 jitomate • 1/2 lechuga • 5 chiles jalapeños en vinagre • 1/2 taza de queso rallado • 2 cucharadas de crema • 3 tostadas.

Preparación: Guise la carne seca con el chorizo, el aceite, el ajo y sazone con pimienta y comino. Ponga en la tostada una capa de aguacate en cubitos. Agregue la carne, la lechuga y las rajadas de chile jalapeño. Adorne con una rebanada de jitomate, queso espolvoreado y crema.

...de tuétano

[4 PORCIONES] 24 tortillas chicas • 300 gr de lomo de puerco • 3 huesos grandes de tuétano • 150 gr de queso añejo.

Salsa: 460 gr de tomates previamente asados • 3 chiles poblanos previamente asados y desvenados • 4 dientes de ajo • 2 cebollas • 1 rama de cilantro • 1 cucharadita de orégano • 1 lechuga finamente picada • 1 manojo de rábanos finamente picados.

Preparación: Cueza los huesos de tuétano. Unte a las tortillas y ponga una capa de queso rallado, salsa y lomo deshebrado. Dore en la parrilla hasta que el queso empiece a fundirse. Adorne con la lechuga y los rábanos.

Salsa: Muela los tomates, los chiles poblanos, el ajo, la cebolla, el cilantro y el orégano. Fría con manteca. Agregue un poco de agua y deje hervir.

Nota: El éxito de esta tostada depende de servirse al momento en que doran las tortillas y se funde el queso.

RECETAS DE JOSEFINA VELÁZQUEZ DE LEÓN, DE SU LIBRO *PLATILLOS REGIONALES DE LA REPÚBLICA MEXICANA*, 1946.