

■ TRADICIONES MEXICANAS

Platillos infaltables este mes patrio

El Día de la Independencia tiene distintas formas de celebrarlo, lo que no debe faltar son los antojitos.

AGENCIAS
Ciudad de México

La celebración del Día de la Independencia, cada 15 de Septiembre, es un fiesta de gozo y orgullo nacional para todos los mexicanos, por lo que es una fecha que se prepara con antelación. Y si lo que quieres es celebrar estas fiestas patrias, lo debes hacer con todo el color y sabor de los platillos mexicanos.

A continuación te presentamos algunos de los platillos más representativos de esta temporada.

CHILES EN NOGADA

Muchos conocen la historia de cómo las madres agustinas del Convento de Santa Mónica en Puebla al saber que don Agustín estaría en esa ciudad para celebrar su santo, el 28 de agosto, decidieron elaborar un platillo que recordara los colores de la bandera del Ejército Trigarante.

Pero no solo ésta es una razón ideal para prepararlo en estas fechas, sino que esta delicia culinaria se prepara durante los meses de agosto y septiembre debido a que la nuez de castilla y la granada se dan en ésta época del año.



POZOLES

Esta receta tiene un origen prehispánico que poco a poco se conjuntó con la llegada de los españoles y la nueva cultura que se formó a raíz de este momento. Ya sea blanco, verde o rojo; vegano o con carne, el pozole es el verdadero rey de las fiestas por su amplia variedad de ingredientes.

Algo que hace único al pozole es su amplia variedad de ingredientes para prepararlo y acompañarlo, los cuales se complementan a la perfección. Maíz pozolero; carne, pollo o verdura, chile y cebolla.

MOLE POBLANO

Puede que sea una de las preparaciones más tradicionales y emblemáticas

de la comida mexicana y del cual se desprenden una gran cantidad de recetas que también distingue a nuestra gastronomía.

Proveniente de la palabra náhuatl "mulli", que significa salsa o guiso, éste es uno de los platillos más representativos, aunque como toda gran creación su elaboración tiene varias historias, siendo la más popular la que señala que su primera preparación salió de un convento en Puebla.

TAMALES

Su nombre proveniente del náhuatl "tamalli", que significa envuelto, su origen está asentado en los relatos históricos de Bernardino de Sahagún, en su libro "Historia General de las Cosas

de la Nueva España", en donde habla sobre la preparación de los tamales para ceremonias y los de consumo diario. Los tamales son una preparación que se ha extendido por toda Latinoamérica, sin embargo, en México es en donde existe una mayor variedad de los mismos.

Las más de 500 variedades, nos dan la posibilidad de elegir aquellos que más agraden a nuestro paladar y al de nuestra familia para poder disfrutarlos en la cena.

TOSTADAS

Al igual que con los tacos, siempre hay una tostada para cada gusto. La base de esta comida son las tortillas de maíz, ya sean horneadas o fritas, lo que hace a esta preparación algo muy accesible. Pueden ir con lo que se te ocurra: desde crema y queso o frijoles y lechuga, hasta algo más elaborados como tinga, picadillo, rajadas, etcétera.

SOPES

Los sopos son una tortilla de maíz gruesa sobre la que se unta frijol y se le añaden otros ingredientes como pollo, carne, chicharrón, lechuga, queso, y más. Aparte de los beneficios del maíz, los frijoles son un ingrediente imprescindible para este platillo. La Dichosa Vida informa que estos aportan hierro para la formación de glóbulos rojos y así evitar enfermedades como la anemia.



Outfit

Para esta importante celebración, debes lucir bien de pies a cabeza, por lo que muchas personas optan por comprar su vestuario.

Decoración

Los distintos órganos de gobierno hacen siempre gala de diferentes decoraciones colocadas en avenidas principales y zócalos de las ciudades.

Música

Lo más escuchado: "México Lindo y Querido" de Jorge Negrete, "Viva México" de Aída Cuevas, "Guadalajara" de Vicente Fernández y el Jarabe Tapatio.

