

## GASTRONOMIA DE HIDALGO

Si algo caracteriza a la cocina mexicana es la riqueza de sabores y tradiciones que se fusionan en sus platillos. No por nada ha sido reconocida por la UNESCO como Patrimonio Inmaterial y la gastronomía de Hidalgo, no es la excepción. Una combinación de maíz, chile, plantas, especias e insectos, son el ingrediente principal en los platillos típicos de Hidalgo, haciendo una rica aportación a la cultura culinaria mexicana.

### 1. PASTES



Comencemos nuestra lista con un platillo proveniente de Inglaterra: los pastes.

Si un platillo es famoso en Hidalgo son los pastes de Pachuca y del Real del Monte, cuyo origen se remonta a la época de la colonia pues los mineros ingleses los llevaban como aperitivo a sus jornadas de trabajo.

Son hechos con pasta de hojaldre rellenos con un guisado de papas, carne molida y perejil, siendo esta la receta original. Ahora incluyen rellenos dulces o salados como mole, atún con papas, piña, zarcamoras, rajas, entre otros.

### 2. TLACOYOS



Aún puedo escuchar el ruido y oler el aroma que brota del sartén con aceite o manteca donde se fríen estos antojitos, para posteriormente ser preparados, servidos calientitos y chuparse los dedos luego de probarlos.

Los tlacoyos son tortillas de maíz alargadas rellenas de habas, chícharos o frijoles secos, bañadas con salsa roja o verde, cebolla, queso fresco y cilantro al gusto.

Pide estos suculentos antojitos en los mercados locales y fondas.

### 3. MIXIOTES



Si hay algo que caracteriza a las llanuras hidalguenses son sus paisajes poblados de cultivos de maguey pulquero, de cuyas pencas se extrae una película llamada «mixiote», lo que da el nombre a este delicioso platillo.

Los mixiotes se rellenan con un guisado que puede ser carne de res, pollo o conejo en adobo, envuelto en esta película que le da un toque de sabor a maguey.

Se cuecen al vapor en baño maría y se pueden servir acompañados de arroz rojo. Toda una delicia.

### 4. CHINICUILES



Estos pequeños y rojos gusanos conocidos como chinicules brotan en la parte de abajo de la planta, después de las lluvias de otoño que bañan a los magueyes.

Su nombre proviene de la lengua náhuatl «chilocuilin», que significa «gusano de chile».

Estos insectos son todo un manjar en la gastronomía hidalguense. Se pueden preparar fritos, tostados y disfrutar en tacos acompañados por una salsa de molcajete verde o roja.

### 5. ESCAMOLES



Su preparación tiene origen prehispánico. Son huevecillos o larvas de hormiga güijera cuyos nidos se forman debajo de las nopaleras. Se trata de un platillo caro por lo laborioso de su producción.

Los escamoles tienen un alto contenido de proteínas y un sabor exquisito. Puedes degustarlos en sopas, tamales, guisados con nopales, huevos o chile, aunque lo ideal es comerlos con pocos ingredientes para disfrutar su sabor característico.

### 6. BARBACOA



La barbacoa es tal vez uno de los platillos más típicos de Hidalgo cuya preparación es herencia prehispánica. El horno donde se cocerá este suculento platillo hecho con carne de borrego, de res, venado o conejo, debe ser de tierra. La carne en trozos se envuelve en las pencas de la planta de maguey que le da un sabor muy peculiar, para después colocarse en un hoyo en la tierra de un metro de profundidad y medio metro de diámetro. Se acompaña con tortillas de maíz azul recién hechas, el consomé con todos los jugos que suelta la carne en su cocción e

ingredientes como garbanzo, arroz y especias. Un buen pulque o un curado de la región hacen el maridaje perfecto para degustar este plato.

#### 7. XOCONOSTLE



Frutos de la planta de nopal, una especie de tuna color rosa por dentro y cáscara gruesa agrídulce y un poco fuerte. Su uso más común es como condimento en el delicioso mole de olla.

También se utiliza para preparar salsas o como bebida en licuados, pues entre sus propiedades destaca la disminución de azúcar en la sangre.

#### 8. ZACAHUIL



Este platillo típico de la Huasteca Hidalguense es un enorme tamal de uno o dos metros de largo, elaborado con masa de maíz revuelta con manteca de cerdo, sal, especias y chiles molidos, relleno con guisado de carne de res, cerdo, pollo o guajolote.

Una vez elaborado el tamal se envuelve en hojas de plátano y se pone a cocer en hornos de leña. Al estar cocido, sus orillas quedan más doradas que el centro, lo que se conoce como pegado. Su sabor crujiente es delicioso.

#### 9. GUALUMBOS



Cuando el maguey pulquero alcanza su madurez brotan flores en las pencas conocidas como patas de gallina de cerro. Son flores comestibles que se emplean como ingrediente en caldos, guisos, rellenos para antojitos y tamales. También se usan en la elaboración de atole o como acompañamiento en la riquísima barbacoa de pollo y otros platillos típicos de Hidalgo.

#### 10. TECOTITOS



Se elaboran con nixtamal, manteca de cerdo, sal y se le agregan ingredientes como papa, hierbabuena, pollo, pipián y salsa mexicana; se envuelven en hojas de maíz y se guisan en comal.

#### 11. MOLES DE JACALA



El más famoso de esta región es el mole de conejo con piñones y nueces, también conocido como pascal.

Como todos los moles, su elaboración es a base de chiles, ajonjolí y especias; el relleno puede ser con carne de pollo o guajolote, servido con frijolititos negros y tortillas de maíz recién hechas.

#### 12. GUAJOLOTES



Una telera con frijoles refritos untados y rellena con una enchilada roja o verde, son los ingredientes que conforman estos antojitos típicos de la localidad de Tulancingo. Las enchiladas pueden ser de huevo cocido, pollo o fritas en manteca de cerdo, lo que le da un sabor muy particular a estos deliciosos guajolotes.

#### 13. XIMBÓ



Su elaboración es muy similar a la barbacoa, pues es un guisado envuelto en hojas de maguey que se cocina en un horno de tierra.

Aunque es un platillo típico en todo el estado de Hidalgo, se sabe que tuvo su origen en Actopan y en San Salvador, pertenecientes al «Valle del Mezquital».

La variante de la barbacoa es que el Ximbó se elabora con trozos de carne de pollo, cueritos de cerdo, chamorro o costilla, que dan como resultado un exquisito sabor.

#### 14. GUSANOS DE MAGUEY



Los insectos son un elemento básico de la gastronomía hidalguense y los Gusanos de Maguey, un platillo muy famoso. Se crían en las pencas de los magueyes y el momento ideal para extraerlos es en la época de lluvias, proceso que los convierte en un plato escaso y preciado.

El proceso de elaboración del platillo no es muy complejo. Se sirven dorados acompañados de tortillas y una buena salsa, lo que le da un sabor un tanto fuerte y crujiente al morderlos.

#### 15. PULQUE



Para cerrar con broche de oro esta lista de platillos típicos de Hidalgo tenemos el maguey como ingrediente principal del pulque, bebida tradicional de origen prehispánico.

Bebida fermentada que se extrae del aguamiel de los magueyes, de los llanos de Apan y del Valle del Mezquital. También hay «curados» que son jugos de frutas o semillas que se le agregan al pulque, resultando en un toque de sabor dulce y fresco.

#### ¿Cuál es la comida típica de Hidalgo?

La gastronomía de Hidalgo está integrada por ingredientes ancestrales: el maíz, los insectos, la carne, chile y especias, en combinación con las tradiciones y secretos ancestrales que han resultado en una fusión gastronómica de características muy peculiares en esta parte del país.

Si quieres consentir tu paladar con comida exótica y tradicional no dejes de probar la barbacoa, los pastes, los mixiotes y la gran variedad de platillos mencionados en este artículo, acompañados de un buen pulque.

Ahora que ya sabes cuáles son los platillos típicos de Hidalgo, no lo pienses y date una escapada por este bello estado para que conozcas de cerca estos ricos manjares.

Al igual que el resto de la comida mexicana, la gastronomía de Hidalgo es rica en elementos típicos de la región como el maíz, la planta de maguey y los insectos, que son el ingrediente principal en los platillos de las diferentes regiones de este singular estado.

Además de la típica barbacoa de borrego, si hay un platillo que abunda en la gastronomía de Pachuca son los pastes, los chinicuiles, escamoles y el exquisito pulque en su modo tradicional o en el famoso curado.

Los pastes son una especie de empanada elaborada con harina de trigo rellena de carne molida, papa, sal, pimienta y perejil. Poco a poco se fue «mexicanizando» la receta incluyendo en su preparación chile, mole, frutas y otros elementos típicos. Su origen se remonta a la época del México colonial cuando la actividad minera estaba en su apogeo y los trabajadores ingleses de Pachuca y del Real del Monte, los llevaban como aperitivo a los tiros y socavones de donde extraían la plata.

Los chinicuiles y los escamoles son tal vez los ingredientes más exóticos de los platillos típicos de Hidalgo.

Son considerados manjares que brotan de los magueyes que se pueden disfrutar fritos o asados al comal. Además de su sabor, son ricos en proteínas.

Entre los dulces tradicionales que se disfrutaban en Hidalgo destacan los jamoncillos de pepitas de calabaza, así como las nieves de frutas exóticas como xoconostle, garambullo y tuna.

Aunque el pulque es el licor por excelencia en Hidalgo, hay otras bebidas hechas con maíz, piloncillo, semillas, frutas y plantas, como la Tachuela, la Requintada, el Acachul, el Achocote, los Rompopes de Huasca de Ocampo y los Licores de Tlahuelompa, también muy ricos.