

# Huitlacoche, una verdadera joya negra escondida...

En este artículo quisiera hablarles de un alimento que es considerado un lujo, una joya de la gastronomía mexicana y que a simple vista parece algo feo o más bien podrido, su nombre es el huitlacoche. Es un hongo que crece en temporada de lluvia de manera involuntaria y se considera como una enfermedad de la planta encima del maíz. Es suave, puramente negro y asemeja como si fueran piedras a la vista. Cuando se utiliza en el mundo culinario se convierte en una delicadeza sin límites que se utiliza en todo tipo de platillos como sopas, enchiladas, quesadillas, guisados... se le llama la trufa mexicana.

Su nombre es Nahuatl, lengua aun hablada por más de un millón de personas en México central. Sabemos que la dieta central de los mexicanos desde los tiempos prehispánicos estaba basada en el maíz y el Huitlacoche fue utilizado de manera muy frecuente y su nombre es bastante intrigante y difícil de digerir.

La palabra Huitlacoche se deriva de Cuitlacoche que significa Cuitlatl “excremento” y Cochi “dormir,” sin embargo cuitlacoche se refiere a la característica del hongo que crece entre los granos de maíz, impidiendo que se desarrollen, y permaneciendo dormidos.

El Huitlacoche se expande a todas las porciones de las plantas pero ocurren más frecuentemente en los elotes tiernos, se difunden con esporas a través del viento, lluvia, y por contacto. En todo el mundo esto es considerado una plaga ya que ataca a los elotes que producirán grano.

En estados Unidos los granjeros lo llaman “smut” y “devils corn” (el maíz del diablo) y lo consideran una enfermedad que debe de ser erradicada. La gente de México desde los tiempos prehispánicos así como los Indios Hopi de este país

consideran que es una verdadera joya alimenticia. Según la historiadora Betty Fussel en su libro “La historia del maíz” los Hopi le llamaban al hongo del maíz Nanha y lo recolectan cuando esta joven y tierno. Los Indios Zuni lo consideraban sumamente importante y dicen que simbolizaba la “creación de la vida” (generation of life).

Me parece muy intrigante y a la vez interesante que, lo que para algunas culturas nativas de América tanto la Nahuatl en México como la Zuni y la Hopi lo consideraban sagrado y generador de la vida. Estas culturas tenían razón ya que este alimento es de un contenido muy alto a nivel nutricional, mucho más alto que el maíz sin hongo. Estas culturas sabían lo que era bueno para el cuerpo y el alma sin toda la tecnología que ahora tenemos. Siento yo, y esto es tan solo una reflexión que entre más civilizados y alejados de nuestros orígenes más olvidamos la importancia de aquellos alimentos que fueron tan importantes para nuestro cuerpo. Y ahora existe un resurgimiento de aquellos alimentos y les llaman “super comidas” (super foods). Como ejemplo de esto tenemos a la quínoa en Sudamérica que era el alimento sagrado de la cultura Inca y fue prohibido y rechazado por los españoles hasta retomar la importancia que tiene actualmente, el mismo es el caso del Amaranto en México el cual era considerado como una deidad, al igual que la quínoa tienen un altísimo valor nutricional y su proteína es equivalente a la carne, también fue erradicado y prohibido con la llegada de los españoles, pero sobrevivió y ahora su valor ha sido retomado.

En México el Huitlacoche lo cultivan de manera voluntaria ya que tiene un valor culinario enorme y el precio del hongo llega a ser superior al de la carne, esto es 10 veces mayor que el precio del maíz sano por su peso.

El hongo se prepara con ajo, epazote, y se prepara en guisados, tacos, quesadillas, sopas, etc. Cuando se cocina sus porciones blancas y gises cambian de color y se torna un platillo de color puramente negro.

La mejor forma de comerlo por supuesto es fresco pero en Estados Unidos se puede conseguir a veces congelado o en lata más comúnmente. ♦

### Receta de Huitlacoche para relleno de quesadilla, crepa, omelette de huevo...

1 libra de huitlacoche  
2 ajos machacados  
½ cebolla de cuadritos  
1 C aceite de Maíz  
2 hojas de epazote fresco o ¼ seco (también se puede conseguir seco en tiendas mexicanas)

Se fríe la cebolla y el ajo en aceite, se incorpora el huitlacoche ya sea en lata, congelado o fresco y se cocina sin revolver muy fuertemente para no hacerlo un puré total. Agregar el epazote y sazonar con sal al gusto.

Se pueden hacer quesadillas con o sin queso, o usar para rellenar crepas, omelettes. También a esta misma preparación se le puede agregar un poco de caldo y crema para licuarlo y hacer una crema de huitlacoche.

