



BY SEENA CHRITI



El 5 de mayo de 1862, el Ejército Mexicano, bajo el liderazgo del General Guillermo Zaragoza Seguín, venció a las fuerzas francesas en la Batalla de Puebla, a pesar de todos los obstáculos. El Cinco de Mayo, muchos mexicanos en todo el mundo celebran a sus antepasados y la gente de todos los orígenes se toman su tiempo para apreciar la cultura mexicana. Mucha gente piensa que el Cinco de Mayo es el Día de Independencia de México, pero esa es el 16 de septiembre. La Batalla de Puebla no fue un punto final del conflicto mexicano y francés, ya que los franceses triunfaron el año siguiente. El significado de la Batalla de Puebla es que México estaba desamparado, y en ese entonces el Ejército Francés era considerado como la fuerza militar más grande del planeta, habiendo sido invencibles por 50 años. Las fuerzas mexicanas eran superadas en número (4,500 contra 6,040) y aún después de haber sido atacados, los mexicanos sufrieron mucho menos pérdidas que los franceses (83 contra 462).

Habiendo vivido gran parte de mi vida en México y conmemorado el 5 de Mayo como un día importante en México, nunca me imaginé que viviendo en Estados Unidos el 5 de Mayo iba a ser tan tremenda fiesta para los americanos. El 5 de Mayo tomo fuerza en este país en los años 40's con el movimiento chicano, pero se difundió realmente en los 80's cuando las compañías cerveceras aprovecharon el aspecto comercial y de celebración de este día y lo comenzaron a promover. En Estados Unidos forma parte de la cultura y lo celebran aún más que en México. Se ha vuelto un día totalmente comercial donde si es verdad, celebran a la cultura y la herencia mexicanas, pero también es un pretexto para tomar cerveza y comer "comida Mexicana" sin conocer realmente el origen de este día.

Aprovechando que estamos hablando de Puebla quisiera resaltar que es de los Estados con la más rica gastronomía de México. La gastronomía Poblana tiene una combinación de la originaria comida Mexicana anterior al periodo colonial (a la llegada de los españoles) combinada con las cocinas europeas (Española y Francesa). Cada gastronomía aportó ingredientes así como utensilios y procesos que la hicieron una comida muy rica y variada. En Puebla nacieron los Chiles en Nogada, el platillo nacional Mexicano y el Mole Poblano. La cocina poblana es considerada una de las más representativas de México y patrimonio de la nación.

Existe un platillo poblano que quisiera compartirles se llama, Las Cemitas o Semitas.

La Cemita era un pan de origen Ibérico proveniente de dos variedades de panes que durante la colonia eran entregados en tributo a la corona Española por la ciudad de Puebla: un biscocho de sal que era largo y duro; y unos panecillos o galletas huecas parecidas al pambazo francés que posteriormente se difundió durante la intervención militar Francesa contra México (1863-1867). Ambos panes, eran elaborados especialmente para conservarse y ser consumidos en los largos viajes de navegación a España y Filipinas, podían durar de cuatro a ocho meses.

Algunos dicen que el nombre de este típico pan poblano tiene relación con el pan sin levadura de origen judío (semita), la matza, cultivado en España por la población sefardita (judeo Española) desde la época del imperio Romano.

La Ciudad de Puebla dotaba a Madrid con centenares de toneladas de estos panes por lo menos seis veces al año para abastecer a sus tripulaciones de altamar en los océanos atlántico y pacífico.

## Ingredientes para el pan:

- 1 ¼ Taza de harina de maíz
- 1 ¼ Taza de harina de trigo
- ½ c. de sal
- 1 huevo
- 7 C. mantequilla
- 2 c. de levadura seca
- ¼ T. leche
- 1 Yema de huevo y 1 C. leche para el glaseado.
- Ajonjolí

Lo que vamos a utilizar para rellenar las semitas, necesitamos parte o todos los siguientes ingredientes:

- Milanesa de res, o de pollo
- Frijoles refritos
- Queso oaxaca o algún queso parecido.
- Dos aguacates rebanados
- Tomates rojos
- Chiles en vinagre
- Crema ácida

## Preparación:

1. Para hacer los panes:

Cernir la harina y hacer una montaña con un pequeño cráter en el centro, espolvorear la sal alrededor del cráter para evitar un contacto directo con la levadura; mezclar la mantequilla derretida con la levadura y el huevo; después mezclar con la leche que debería de estar caliente como a 104 F, a esta temperatura se siente tibio, no caliente con nuestro dedo, la levadura se muere si está muy caliente.

2. Amasar esta masa, de ser necesario ponga agua (poco a poco), si tiene demasiado líquido y la masa está muy pegajosa ponga harina sobre la mesa en la que está amasando. Al terminar ponga la masa en un traste grande con aceite, cubra con plástico y deje reposar a temperatura ambiente durante 30 min. a 1 hora hasta que la masa doble su tamaño.

3. Ya que haya incrementado el volumen, volver a amasar y formar bolas de 4 pulgadas de diámetro; por aparte mezclar la yema y poca leche y usarlo de barniz para la masa. Póngalos en una charola con harina, haga 2 incisiones con un cuchillo en cada una y ponga ajonjolí. Hornear en el horno precalentado a 350 F, o hasta que tome un color marrón y suene hueco al pegarle suavemente.

4. Ahora que tenemos el pan preparado: rebane el pan a la mitad, unte los frijoles refritos, después la crema ácida y encima ponga algo de la carne. Ponga tomates rojos encima, aguacate, queso Oaxaca y chiles en escabeche. 🇲🇽