



BY SEENA CHRITI

El Símbolo de una Nación

En este mes en el que celebramos el día del padre, comencé a reflexionar en torno a la palabra “padre” y lo relacione con la palabra “patria” que viene del mismo origen. Patria, palabra de origen latín que significa familia o clan, tierra “paterna.” La tierra natal o adoptiva por la que un ser humano se siente ligado por vínculos, culturales, históricos y afectivos. También Patria puede ser la tierra donde nacieron los padres, a la cual se sienten ligados sin haber nacido necesariamente en ella. La patria es un conjunto de sentimientos, historia, tradiciones, raíces, ideologías, principios, valores, vivencias que tenemos hacia nuestro país.

En este caso quisiera hablarles de mi Patria: México y de su principal símbolo, aquel que se encuentra en el centro de su bandera. Un águila parada sobre un nopal devorando una serpiente.

¿Y qué es el Nopal y porque es tan importante?

Nopal es un Cactus que crece en el centro de México en los estados del centro como Tlaxcala, Morelos, Estado de México y DF. El uso del nopal se remonta a la época prehispánica.

El Nopal crece en México de manera muy fácil, no necesita grandes cuidados y muy poca agua. Existen más de sesenta variedades de las cuales 13 son comestibles, No nada más es comida sino también es planta medicinal.

El Principal uso medicinal del nopal es contra la Diabetes. Se licuan las pencas del nopal con agua o se comen crudas o en ensalada. Dicen que también es bueno contra la gastritis o cólicos intestinales.

Su fruto se llama Tuna que es espinosa por fuera y con muchas semillas por dentro, pareciera que es muy difícil para comer y sin embargo es una verdadera delicia. El nopal Es utilizado en jugos, dulces, ensaladas, guisos y también se encuentra deshidratado en polvo en varios productos naturistas combinado con linaza, cereales y frutas.

El nopal es un platillo característico de México que no es muy fácil de exportar, es difícil encontrarlo fresco. Lo han embotellado en salmuera pero no tiene el mismo sabor.

Es difícil explicarle a alguien que no es de México lo delicioso que sabe el nopal, que se puede comer hervido y en ensalada con cebolla, jitomate y cilantro o bien, asado con cebollas, en quesadilla, o simplemente guisado envuelto en una tortilla con salsa. Cuando le digo a la gente que comemos cactus en México no lo pueden creer.

A su vez es el símbolo nacional de México, es un emblema de nuestro país y se encuentra en el centro de la bandera Mexicana. El símbolo es un águila parada sobre un nopal devorando una serpiente.

En la Mitología Náhuatl existe un mito en el que la Diosa Huitzilopochtli convence a su pueblo, los Mexicas (aztecas) de irse de Aztlán en busca una nueva tierra donde fundar un reino. Ellos conocerían la localización del lugar perfecto cuando encontraran la señal especial: Un águila parada sobre un nopal devorando una serpiente. Se dice que ellos viajaron durante 165 años, y observaron esta señal en el lago de Texcoco y en el año de 1325 fundaron La ciudad de México Tenochtitlan que deriva de “tetl” (piedra) y nochtli (tunas, nopal) que juntan el significado: lugar donde crecen las tunas en la piedra.

En todas mis investigaciones la comida es de fundamental importancia cultural y me resulta increíble que el origen del símbolo patrio de México tenga un elemento gastronómico de tanta relevancia para su pueblo. No existe mexicano que no haya probado el nopal y todos los mexicano sabemos que es nuestro símbolo patrio. 🇲🇽

Ingredientes

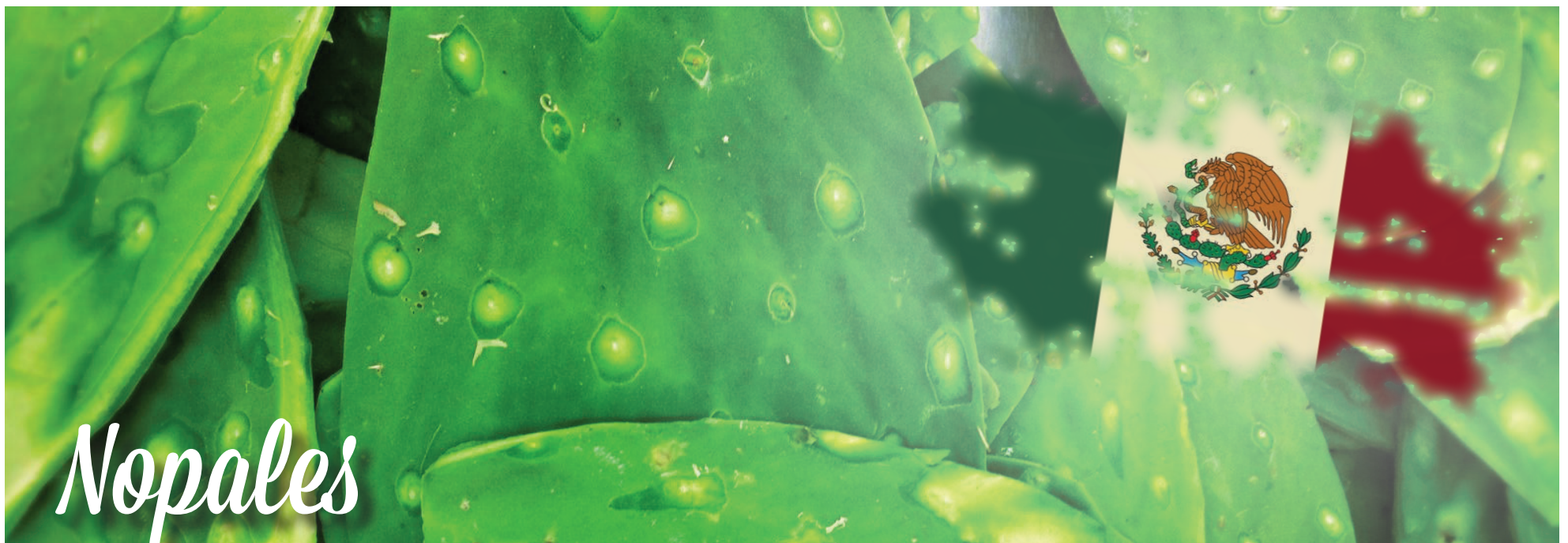
1 cebolla cortada en rodajas
2 Cdas. aceite de Oliva
10 nopales frescos, sin espinas (se encuentran en algunas tiendas mexicanas) cortados en tiras.
1 Cdita. De orégano seco
Sal al gusto

Se sirve:

Tortillas frescas
Aguacate.
Salsa verde o al gusto.

Preparation:

Se fríen las cebollas hasta que doren un poco. Agregar los nopales, orégano y sal. Tapar el sartén y bajar el fuego, cocinar durante 20 minutos. Los nopales sacarán un líquido viscoso un poco baboso, pero este se reincorporará a los nopales al final de la cocción y tomara el sabor de la sal y del orégano. Servir calentitos en tortillas frescas. Con aguacate y salsa.



Nopales