

## GASTRONOMÍA DE JALISCO

Orgullosa heredera de platillos, mezcla de tradición prehispánica y colonial, Guadalajara ha cultivado sabores, creado recetas y conservado platillos de antaño ofreciendo al visitante una gastronomía única que constituye un importante legado para la gran cocina mexicana que, sin lugar a dudas, puede agradar al paladar más exigente y constituye un atractivo en sí.

Uno de los platillos más irónicos de este destino es la "torta ahogada", la esencia de este platillo es el "birote", una baguette salada y crujiente única de Guadalajara, que se puede rellenar con carne de cerdo o huevos revueltos, así como con tomate, frijoles y jalapeños, para luego ahogarse en una salsa roja picante. Puede probar la "torta ahogada" en alguno de los puestos callejeros, en una cenaría o en un restaurante de lujo.

Otro plato inolvidable es el "pozole rojo", un caldo, estofado o sopa con carne de cerdo, lechuga, sal, limón, aguacate, queso, orégano y rábano. El que se hace en Jalisco es de color rojo oscuro, porque la salsa se basa en chile guajillo y tomate. Este es un plato común en las tradicionales "cenadurías" en toda la ciudad.

Hay otro plato de sopa llamado "Carne en su jugo", un caldo hecho con pequeños trozos de carne de res jugosa, acompañada con tocino, cebolla picada, cilantro, sal, limón y tortillas de maíz.

Si deseas un dulce después de cada comida, una muy buena opción es "jericalla", un plato creado por monjas que utiliza leche, huevos, azúcar y canela y es una combinación entre flan y creme brulee; o la capirotada, un budín de pan hecho con canela, piloncillo, clavo, pasas, pan y queso.

Todos los ricos platillos de la región se pueden acompañar de deliciosas bebidas refrescantes como el Tejuino (fermentado de maíz) y el ponche, sobre todo en sabores como la granada, la guayabilla y el membrillo.

Entre sus postres se distinguen también las jericallas que son una especie de flan, y la tradicional capirotada elaborada con bolillos, nueces, pasas, frutas secas, queso blanco, piloncillo y canela.

En los mercados populares llenos de sabores, aromas y colores, se puede disfrutar de los antojitos tradicionales, y en los cientos de restaurantes de la ciudad se puede saborear desde los típicos tacos mexicanos, hasta los más elaborados platillos de la gastronomía internacional.

Por supuesto, la mejor forma de acompañar todas estas delicias gastronómicas es con un caballito de tequila y su correspondiente sangrita

Los jaliscienses tienen unas cuantas exquisiteces típicas entre platos fuertes, entradas, postres y bebidas, y estas son solo 15 de ellas.

### 1. CARNE EN SU JUGO



Se trata de un guiso de res cuya presencia en los restaurantes es relativamente reciente, ya que fue creado en 1967 por el cocinero Roberto de La Torre.

Lo primero que hay que hacer es poner a dorar trozos de panceta en una cazuela de barro, de manera que se cuezan en su propia grasa. A continuación se agregan cubos pequeños de carne de res, de aproximadamente un centímetro de lado, cebolla picada y otros aliños. Cuando la carne está a punto de cocción se añaden frijoles previamente ablandados y caldo de frijoles, esperando unos 7 minutos hasta que todo quede bien integrado.

### 2. TORTA AHOGADA



Es un clásico de la cocina tapatía que se ha extendido por todo Jalisco y **México**.

Se prepara con pan birote, de interior firme y crujiente concha, que se rellena de carnitas estilo Jalisco y luego se sumerge en una salsa a base de chile de árbol de Yahualica, que le comunica su peculiar sabor. Otro ingrediente que no puede faltarle a la torta ahogada es la cebolla desflemada. La cebolla se desflema hirviéndola, añadiéndole limón después que se repose. Según la leyenda tapatía, el plato lo inventó un jornalero hambriento que llegó a casa y todo lo que

consiguió para comer fue un birote, unas carnitas y una salsa desconocida. Improvisó una torta y quedó tan encantado que luego le dijo a su mujer que le hiciera la misma salsa.

### 3. BIRRIA



La carne más tradicional para hacer la típica birria de Jalisco es la de chivo, aunque también se emplea con frecuencia el borrego. Las birrias de res son un recurso ante la carencia de las dos carnes principales, al precio de perder el espíritu jalisciense del platillo. La carne de chivo es bañada con una salsa a base de chiles, aliños y especias y se envuelve en hojas de maguey. Se coloca en cuenco de barro y se pone en un hoyo para la cocción tradicional sobre piedras volcánicas calientes. El caldo que resulta de la cocción es delicioso y sirve como salsa para comer, aunque puede ponerse otro aderezo al servirse.

### 4. POZOLE TAPATÍO



El pozole es un sabroso caldo cuyo ingrediente principal son los granos de una variedad de maíz blanco llamada cacahuazintle, que es originaria de México.

El pozole puede ser blanco o rojo, dependiendo de los ingredientes. El pozole rojo estilo tapatío es coloreado con chile guajillo y lleva carne de puerco o de pollo.

### 5. FRIJOLE CHARROS



El charro es uno de los personajes más populares de la cultura mexicana y la charrería se originó en Jalisco mucho antes de que se convirtiera en un espectáculo nacional e internacional. Cada región tiene su toque particular para preparar los frijoles charros, pero en todas, la receta que mejor se identifica con los jinetes de sombrero de ala ancha y traje típico, es un succulento caldo con los populares granos, aliños y algún componente animal. Los añadidos más frecuentes suelen ser chile, ajo, cebolla, tomate, cilantro, carne de puerco, tocino, chorizo, chicharrón, jamón y salchichas. Los jaliscienses hacen también una versión de frijoles charros secos a los

que le agregan una salsa ranchera preparada con tomate, cebolla y chile verde.

### 6. MENUDO JALISCIENSE



La paternidad de la receta del menudo mexicano, cuyo ingrediente básico es la panza de res, se la disputan **Jalisco, Michoacán y Guanajuato**. Sobre el menudo mexicano existe la leyenda de que el plató se popularizó por un caso de discriminación indígena. Un carnicero se negaba a venderle buenos cortes a los indios, diciéndoles que tenían que conformarse con las menudencias de vísceras y patas. Los indígenas hacían unos guisos de panza tan sabrosos, que pronto blancos y mestizos se enteraron de la receta y empezaron a prepararla. Los jaliscienses hacen un delicioso menudo rojo, que es uno de los platillos más apreciados por la gente de Guadalajara.

### 7. BORREGO AL PASTOR



Es otro plato típico de Jalisco, siendo uno de los emblemas gastronómicos del municipio de Tapalpa. Se prepara en una vara asando la pieza entera al rescoldo de brasas de leña, de manera similar a como se hace el cabrito.

Mucha gente va a la Sierra de Tapalpa a disfrutar de un espléndido clima mientras degusta un borrego al pastor en establecimientos que vienen preparándolo desde hace décadas.

### 8. SOPES



Los sopes, también llamados pellizcadas y picaditas, son tortillas de maíz más gruesas y pequeñas que las usuales, que se fríen con manteca y se comen con una cubierta que puede ser de queso, chicharrón, carne o verduras, regando con una salsa picante. Se les hace un reborde para que retengan más fácilmente el relleno, especialmente su parte líquida. Los sopes o sopitos tapatíos llevan chorizo, queso fresco rallado, frijoles refritos y lechuga.

## 9. CALDO MICHÍ



Esta sopa de pescado cocido en sus jugos es tradicional en el municipio jalisciense de Ocatlán, fronterizo por el sur con el Lago de Chapala.

El término “michi” significa “pescado” en lengua nahua. Los pescados más utilizados son bagre y tilapia, y el caldo es aliñado con chile serrano, chile chipotle, jitomate y tomate verde. Las verduras más empleadas son papa, chayote y calabacitas.

## 10. CUACHALA



La cuachala es originaria de la localidad jalisciense de Ciudad Guzmán y es un platillo muy popular en Jalisco y en Colima.

Es un caldo que se prepara con pollo o carne de cerdo desmenuzada, con chiles pasilla o cascabel, agregando bolitas de maíz para darle más consistencia a la sopa.

## 11. CAMARONES EMBARAZADOS



Es un platillo de la zona costera de Jalisco, particularmente de **Puerto Vallarta**. En las playas jaliscienses, es común ver a los vendedores ambulantes con sus varas de 5 o 6 camarones embarazados y rodajas de limón.

Los camarones se marinan en una salsa a base de ajo, jitomates asados, chile pasilla, cebolla, jugo de naranja y especias, y a continuación se asan enteros. Se comen con limón, sal, chile y mayonesa.

## 12. PACHOLA



La pachola es una tortita de carne picada o molida, cuyo invento se lo atribuyen los municipios jaliscienses de Mazamitla, Tlaquepaque y Lagos de Moreno.

La carne se prepara en un metate, mezclada con chile ancho molido, ajo, pan y especias, especialmente comino. Luego se hacen unas pequeñas tortas que se fríen o se asan en un comal o una parrilla.

## 13. TEJUINO



El tejuino tapatío es una bebida refrescante a base de maíz germinado, típica de Guadalajara, que puede encontrarse en diferentes puntos de la ciudad y demás localidades jaliscienses.

Es endulzado con piloncillo y azúcar y se le pone limón. El tejuino refrescante debe diferenciarse del tesguino, en el que el maíz se deja fermentar al máximo para hacer un licor. El tesguino es una bebida típica de la etnia tarahumara.

## 14. CAPIROTADA



La capirotada española es un plato salado que lleva queso, huevos y frecuentemente perdiz. En cambio, la capirotada mexicana es un postre que se prepara en varios estados, entre ellos Jalisco.

Para la capirotada se usa pan tostado o el que se ha puesto duro, que se corta en rodajas, las cuales se ponen a cocer con trozos frutales como plátano, pasas y guayaba, agregando también nueces o cacahuates, y cubriendo la preparación con un jarabe de piloncillo y con queso rallado.

### 15. JERICALLA



A veces, un olvido de cocina termina en un descubrimiento afortunado. La leyenda de la jericalla cuenta que en el siglo XIX, una monja española del Hospicio Cabañas, en el antiguo barrio San Juan de Dios del centro de **Guadalajara**, estaba muy preocupada por el aspecto desnutrido de los niños del orfanato. La religiosa se propuso dar a los chicos algo dulce y nutritivo, y preparó una especie de flan, mezclando leche, huevos, azúcar y canela. La monja puso a hornear la preparación, pero la olvidó y cuando la recordó pensó que se le había quemado. La probó y estaba quemadita pero tan sabrosa, que decidió honrar con el nombre a Jérica, su localidad

de nacimiento en **España**.

### 16. TEQUILA



Por supuesto, ninguna visita a Guadalajara está completa sin probar el tequila, y deberías probar algunos de ellos para ver cuál prefieres. El pueblo de Tequila está muy cerca de Guadalajara y puede ser fácilmente visitado en una excursión de un día para que puedas aprender sobre la producción de esta bebida de fama mundial.