PRESERVANDO LA TRADICIÓN DEL POZOL EN CHIAPAS

Escrito por: Margarita Delgado Nute
20/04/2023

Esta bebida artesanal hecha con maíz y, algunas veces, también con cacao es uno de los protagonistas de la identidad y gastronomía chiapaneca, que la cocinera Guadalupe Pineda domina a la perfección.

“Hablar del pozol es remitirnos a muchos mitos y leyendas”, dice Guadalupe Pineda, conocida como Lupita, pozolera originaria de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, quien tiene un local en el Mercado Municipal “Juan Sabines”, donde vende esta bebida emblemática.

“Se dice que los mayas realizaban el pozol para ceremonias especiales, cuando se tomaba esta bebida, y es por ello que algunos la reconocen como de fiesta. Se ha ido tomando de generación en generación y es algo que nos identifica a los chiapanecos”, cuenta Lupita.

Esta bebida tradicional, que data de tiempos prehispánicos, es muy representativa de los estados del sur y sureste: Campeche, Chiapas, Quintana Roo, Tabasco, Veracruz y Yucatán. El pozol es una mezcla de maíz, agua y, en ocasiones, cacao; actualmente, a algunas variedades, también se le adiciona canela.

Esta bebida, además de hidratar, resulta muy nutritiva y atenúa el hambre. Al igual que otras bebidas, como el atole, ayuda al fortalecimiento de la flora intestinal y proporciona energía.

Pozol y masa fermentada

Comúnmente, hay tres tipos de pozol: el blanco, el agrio, en el cual la masa se deja fermentar, y el de cacao. Lupita, incluso, elabora un pozol reventado, en el que enjuaga el maíz y lo vuelve a cocer. Sin embargo, existen diversas variedades dependiendo de la región donde se prepara.

Para elaborarlo, nos cuenta Lupita que inicia desde temprano. Primero pone a cocer el maíz con cal durante 2 horas, esto para nixtamalizarlo. Luego lo pasa a otro recipiente con agua fría y lo lava. De ahí lo lleva al molino y pide dos texturas: una fina y otra gruesa. Por su parte, el cacao se tuesta en un comal, según el gusto de cada quien y éste también se muele. Al final, se une la masa del maíz con el cacao y se le añade agua.

Para hacer su pozol usa maíz chiapaneco, ya sea de la región de los Altos o la Frailesca, que consigue en el mercado, o bien va a los poblados donde se produce maíz para tener un contacto directo con los agricultores.

“Aquí en Chiapas todos consumimos el pozol. Niños, adultos, viejos… es nuestra bebida típica. Si uno lo quiere caliente se toma como un atolito, porque al calentarlo se hace un poco más espeso, o bien, si se quiere frío, se le pone hielo y azúcar”, nos cuenta orgullosa Lupita.

Maíz nixtamalizado

En ocasiones el pozol, en sus distintas versiones, tiene sus “acompañamientos”, que, en el caso de Tuxtla, pueden ser chile piquín, mango verde, cacahuates y chilitos güeros. Todo lo cual exalta los sabores y texturas, y hacen la experiencia de beber pozol más intensa.

Ella menciona que su abuela le enseñó a su mamá a hacer pozol y ella le enseñó a ella. La tradición sigue con sus hijos, así, el negocio familiar, con sede en el Mercado “Juan Sabines”, se ha conservado por cuatro generaciones.

El mercado se encuentra en el corazón de Tuxtla Gutiérrez y tiene un poco más de 50 años de historia, recibiendo a vendedores y comparadores de muchas regiones del estado de Chiapas.

“Recuerdo que el pozol comenzó vendiéndose con tres señoras: mi mamá, la señora Rosario y la señora Gloria; poco a poco se fueron llenando los lugares y ahora son 12 vendedoras de pozol”, rememora Lupita, quien desde hace 20 años ha estado a cargo de su local.

Acompañamientos para el pozol

Para esta chiapaneca, como para muchas otras pozoleras del Mercado “Juan Sabines”, el cual se ha convertido en un espacio de promoción y conservación de esta gran bebida, la presencia del pozol es algo que forma parte de su cultura y se sienten contentas de que la gente lo consuma con dicha y cotidianidad. Desde 2017, se decretó el 18 de marzo como el Día del Pozol en Chiapas. Ese día todas las locatarias se unen para hacer una fiesta con marimba y parachicos, pero lo más importantes es que se regala esta bebida tradicional a todos los visitantes del mercado.

Desde tiempos prehispánicos, dos ingredientes netamente mexicanos, el maíz y, en ocasiones, el cacao, se fusionan en una bebida sureña que quita la sed y alimenta el alma. ¡Qué mejor recomendación para combatir los altos niveles de consumo de refrescos embotellados y los altos índices de diabetes y desnutrición, que se sufren en Chiapas, que con un buen pozol tradicional!

Guadalupe Pineda

Mercado Público Municipal “Juan Sabines”

Av. 4ª. Sur Ote S/N, Barrio San Roque, Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.

Horario de 9:00 a 16:00 horas.

Guadalupe Pineda mostrando el pozol de cacao

Este texto es propiedad de su autor y forma parte del acervo editorial de Tortilla de Maíz Mexicana, A. C. una organización mexicana sin fines de lucro. Consulta más información en www.fundaciontortilla.org