



**Actividades**  
Itinerarios gastronómicos

Nivel: C2

## La gastronomía mexicana de sus orígenes a la actualidad

por Marta Lozano Molina

**1. Palabras sobre la gastronomía mexicana que probablemente no conocías. Une cada palabra con su definición.**

<b>TÉRMINO</b>	<b>DEFINICIÓN</b>
<b>gordita</b>	Especie de panecillo de maíz relleno de algún guiso que se fríe o se cuece. Se le llama así porque es mucho más grueso que una tortilla, lo que permite abrirlo para rellenarlo sin que se rompa.
<b>chile</b>	Principal condimento de la comida mexicana. Existen más de cien variedades, entre ellas: chilaca, chile güero, chile habanero, jalapeño, manzano, poblano, serrano, piquín, cascabel.
<b>huitlacoche</b>	Hongo comestible, parásito del maíz.
<b>chapulín</b>	Saltamontes. Son parte de algunos platos exóticos de la cocina mexicana. Desde la antigüedad forman parte de la dieta básica de algunas comunidades indígenas por su alto valor proteico.
<b>taco</b>	Tortilla de maíz doblada o enrollada que contiene diferentes tipos de guisos o carnes.
<b>antojito</b>	Aperitivo, tapa.
<b>enchilada</b>	Antojito mexicano elaborado a base de tortillas de maíz bañadas en salsa y rellenas con algún guiso,
<b>mole</b>	Salsa espesa preparada con diferentes chiles y muchos otros ingredientes y especias.
<b>atole</b>	Bebida realizada con maíz cocido y condimentada con especias aromáticas.



**2. Vamos a preparar unas quesadillas de huitlacoche. Completa el texto con los verbos entre paréntesis en imperativo. Ponlos tanto en la forma de usted como en la de tú.**

### **Quesadillas de huitlacoche**

*Para preparar 12 quesadillas*

*Ingredientes:*

- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 500 g de huitlacoche fresco
- 1/2 cebolla picada
- 2 dientes de ajo, picados finamente
- 1 o 2 chiles serranos o jalapeños, picados
- 2 cucharaditas de epazote seco o 1 cucharadita de epazote fresco
- sal y pimienta al gusto
- 250 g de queso Oaxaca o cualquier otro queso que se derrita
- 12 tortillas de maíz

*Preparación:*

1. Saltea (tú)/saltee (usted) (saltear) la cebolla en el aceite de oliva en una sartén grande. Cuando la cebolla se ponga translúcida añade/añada (añadir) el ajo y saltea/saltee (saltear) durante un par de minutos más.
2. Agrega/agregue (agregar) los huitlacoche, chiles y epazote y cocina/cocine (cocinar) de 5 a 7 minutos moviendo constantemente. Esto evitará que el huitlacoche suelte mucho líquido y se ponga baboso. Sazona/sazone (sazonar) al gusto.
3. En un comal, plancha o sartén grande, prepara/prepara (preparar) las quesadillas. Primero, calienta/caliente (calentar) un poco las tortillas y después rellénalas/rellénelas (rellenarlas) con un poco de huitlacoche y queso Oaxaca. Dobla/doble (doblar) por la mitad y retíralas/retírelas (retirarlas) del fuego cuando el queso se haya derretido.
4. Sirve/sirva (servir) con aguacate y salsa fresca y disfruta/disfrute (disfrutar).

### **3. Proverbios y dichos mexicanos sobre la comida.**

**A continuación te presentamos las dos mitades de varios proverbios mexicanos. Une cada primera parte con su correspondiente segunda parte.**

A beber y a tragar,	el comer lo endereza.
Al dolor de cabeza,	de todos los moles.
Garbanzos y judías	no hay otra cosa mejor.
Dinero, tequila y amor,	que el mundo se va a acabar.
Es ajonjolí	hacen buena compañía.



- 
- a) A beber y a tragar, que el mundo se va a acabar.
  - b) Al dolor de cabeza, el comer lo endereza.
  - c) Garbanzos y judías hacen buena compañía.
  - d) Dinero, tequila y amor, no hay otra cosa mejor
  - e) Es ajonjolí de todos los moles.

**Ahora intenta explicar su significado:**

- a) *Haz lo que te gusta porque nunca se sabe lo que pasará mañana.*
- b) *Uno de los síntomas del hambre puede ser el dolor de cabeza, que se alivia tomando alimento. Se aplica también a quien alivia sus preocupaciones gracias a que posee una buena situación económica.*
- c) *Los garbanzos y las judías son dos alimentos que siempre sientan bien.*
- d) *El refrán se explica por sí solo.*
- e) *Se dice de alguien que está en todas partes, que no se pierde nada.*