

Abigail Mendoza, sabor y talento indígena

“Abigail aprendió a preparar la molienda para el metate, piedra rectangular sobre la que con otra piedra en forma alargada se muelen especias”.

Si algo caracteriza al pueblo oaxaqueño es su profunda religiosidad, así como sus costumbres fuertemente arraigadas. Esto se manifiesta en las cocinas oaxaqueñas, donde recetas traídas de España y preparaciones indígenas son preparadas diariamente y transmitidas de generación en generación.

En este sabroso contexto cargado de historia, a 25 minutos de la ciudad de Oaxaca, en la vecina población de Teotitlán del Valle; se levanta orgulloso uno de los sitios más auténticos, pintorescos e importantes de México: Tlamanalli, que quiere decir “víveres en abundancia o dios de la comida”.

Tlamanalli, que cuenta con una gran importancia como acervo gastronómico capaz de transmitir cultura gastronómica, es el único restaurante de auténtica cocina zapoteca del país en el que se estudian y elaboran recetas transmitidas por generaciones que datan desde tiempos de la conquista y la colonia.

Sin grandes lujos, consta de un comedor pulcro ornamentado con detalles artesanales de la región. La enorme cocina desnuda, deja ver los anafres, las estufas, las mesas de trabajo y las ollas ya gastadas.

Los barroes y las piedras volcánicas sobre-salen en la escena que se compone de mosaicos de colores amarillos y azules. Las mujeres con vestimentas lustrosas y tocados de largas trenzas cocidos con gruesos listones coloridos, se mueven agitadas con el calor dibujado en sus rostros al arribo de la clientela.



Lo primero es un mezcal que escurre de una anforita de barro forrada de yute. Se va a sorprender porque la oferta del día, y de todos los días, no alcanza a llenar el pizarrón en donde se concentra toda, escrita con letra rápida y sin seguir el renglón.

Tlamanalli pertenece a las hermanas Mendoza. La mayor de todas ellas es Abigail quien es reconocida casi como un tesoro nacional y ha recorrido medio mundo pre-sumiendo esta cocina.

Abigail Mendoza Ruiz, a quien ya es común ver en congresos gastronómicos como San Sebastián Gastronomika, nació en Teotitlan del Valle (Oaxaca). En 1990 funda junto a sus hermanas su restaurante "Tlamanalli" donde pone de manifiesto las recetas pre-hispánicas zapotecas. En 1993 se publica en The New York Times como uno de los 10 mejores restaurantes del mundo por Molly O'Neill.

En el año 2002 fue sido galardonada por el Banco Mundial de México. En el 2004 por el gobierno local por su trayectoria

dentro de la gastronomía prehispánica. Ha sido mencionada de manera honorífica por Diana Kennedy, investigadora internacional sobre la gastronomía prehispánica y antigua del mundo, en su libro El Arte Culinario de México, como la mejor representante de la cocina prehispánica en México.

En septiembre de 2005 viaja a París para apoyar la candidatura de la cocina tradicional mexicana a integrarse en la lista del patrimonio oral e inmaterial de la Unesco.

En abril del 2011 se publica su libro con el nombre en zapoteco “Dishdaa’w”, que quiere decir la palabra se entreteje en la comida infinita. En 2013 recibe el premio “Quién 50”, los personajes que transforman a México.

En su niñez, Abigail aprendió a preparar la molienda para el metate, piedra rectangular sobre la que con otra piedra en forma alargada se muelen especias. A los siete años ya podía moler el maíz para hacer las tortillas a mano, y como a los 12 ya las hacía bien. “Me salían grandes, bonitas”, recuerda. Subió de categoría cuando supo preparar el tejate, las tlayudas, las memelitas de lengüita, y las tortillas de chocolate.

Pasado el tiempo se interesó en las comidas más complejas, como los moles, los tamales de mole amarillo que se ofrecen el Día de Muertos, el mole zapoteco, la segueta, el organillo de nopal grueso, y las sopas de frijol, de ejote y elote.



En 2005 Abigail llevó a París el chocolate atole, bebida prehispánica hecha a base de maíz, trigo o arroz y sus combinaciones, además de canela, endulzante, cacao negro y cacao blanco pataxtle que se compra en Chiapas. Ella lo bautizó como “capuchino oaxaqueño” durante un congreso gastronómico en Monterrey.

La preparación del atole consiste en hervir el maíz y dejarlo reposar toda la noche. Al día siguiente se muele en un metate para hacer la masa que luego se diluye con agua y se cuela con tela. A este líquido se agrega la espuma lograda con la pasta de chocolate movida con un molinillo.

Abigail presume que en Oaxaca existen 7 moles, y que sus platos requieren un punto de preparación al momento. “Sí porque el sabor es único, porque esta es una cocina de mucha preparación y si se come después hay sabores que se amargan y ya no sabe igual”.

La comida zapoteca se define en moles, tamales amarillos. El

mole amarillo y la sopa de sequeza o sopa de chepiles, son típicos de Teotitlán. Abigail abre el restaurante de 13:00 a 17:00 solamente, y cuando llegues, seguro verás a una de sus hermanas moliendo el maíz a rodilla, con el metate. Y más vale que lleves tiempo porque la cocina tarda y te lo advierten. Así que no hay de otra más que empinar el codo con el mezcal y vivir un México que desconoces, a sus tiempos.