

Del Recetario

Sopa de hongos estilo *La Marquesa*

Dulce María Aguilar Martínez

*Estudiante de la Licenciatura en Gastronomía
de la Facultad de Turismo y Gastronomía de la
Universidad Autónoma del Estado de México
(UAEMéx).*

dulcemartinez.110202@gmail.com

María Jesús Serrano Plata

*Doctora en Ciencias de la Salud, Profesora de
asignatura de la Licenciatura en Gastronomía de
la UAEMéx.*

mdserranop@uaemex.mx

La sopa de hongos en México ha sido consumida desde tiempos prehispánicos. Sobre todo, en la zona que hoy ocupa la Ciudad de México (CDMX, antes Distrito Federal), ya que los aztecas solían prepararla siempre mezclada con ramas de epazote y distintos tipos de hongos.

Este alimento es muy adecuado para un clima frío, porque resulta reconfortante. En las zonas rurales del Estado de México y Michoacán, México, existen numerosos hongos silvestres que se ocupan para elaborar esta sopa típica que abunda de julio a septiembre, es decir, durante la época de lluvias, cuando los hongos proliferan gracias a la humedad.

Para preparar este platillo, suelen emplearse hongos que en las ciudades son extremadamente raros como las llamadas *morillas*, *patitas de pájaro*, *hongos de maguey* o *clavitos*. En algunos lugares del Estado de México, el caldo se prepara muy condimentado y suele ser de color rojo, porque se le añade chile guajillo o chile ancho molido.

Un caldo de hongos se ha convertido en un platillo popular en diversas regiones rurales de México, especialmente por su sencillez, pero a un mismo tiempo, sabor *gourmet* que pareciera haber tomado mucho tiempo de preparación. En particular esta receta se ha denominado estilo *La Marquesa*, ya que se trata de uno de los parques más visitados en el Estado de México, rodeado de numerosos establecimientos de alimentos y bebidas donde se expende esta sopa; el parque se encuentra localizado en la Sierra del Ajusco o Sierra de las Cruces, histórico lugar donde, en octubre de 1810, se llevó a cabo una de las batallas más cruentas entre Miguel Hidalgo y Costilla, líder de las fuerzas insurgentes y las tropas leales a la Corona española (Secretaría del Medio Ambiente, 2021).

Al estar situado casi a la mitad de la carretera entre Toluca, capital del Estado, y CDMX a 2,700 msnm, predomina el clima frío y semihúmedo casi todo el año; y al presentar multitud de parajes para la práctica del senderismo, *motocross*, paseo a caballo, entre otros, así como miradores naturales y zonas de *picnic*, suele ser muy concurrido por familias que acuden a él especialmente los fines de semana, quedándose a comer en los diversos establecimientos y puestos ambulantes en los cuales se ofrece la receta que aquí se presenta.

Sopa de hongos estilo *La Marquesa*

Número de porciones: 4

Tiempo aproximado de preparación: 30 minutos

Ingredientes:

3 piezas de chile guajillo

1 rama de epazote

100 gramos de cebolla picada

15 mililitros de aceite

10 gramos de ajo picado finamente

1 litro de caldo de pollo

250 gramos de champiñones rebanados

250 gramos de setas (hongos) desmenuzadas

Sal y pimienta al gusto.

Imagen 1. Champiñones blancos listos para picarse.



Fuente: Elaboración propia.

Ingredientes para el acompañamiento:

8 piezas pequeñas de tortilla de maíz

350 gramos de queso Oaxaca

15 gramos de perejil picado finamente

Procedimiento:

1. Agregue el aceite a una cacerola de tamaño mediano y espere por unos minutos a que esté caliente.
2. Una vez caliente el aceite, agregue la cebolla picada y deje que se acitrone (que tome un color transparente).
3. Cuando la cebolla tome esta coloración, agregue el ajo finamente picado y mezcle por algunos segundos; no demasiado, ya que el ajo tiende a quemarse fácilmente y dotar de un sabor amargo a la preparación.
4. Con la ayuda de agua caliente, hidrate los chiles y muele perfectamente en la licuadora.
5. En la cacerola agregue la salsa obtenida de los chiles, colando perfectamente. Luego agregue el caldo de pollo, sal y pimienta al gusto.
6. Por último, adicione la ramita de epazote, la taza de champiñones y las setas.
7. Deje cocer aproximadamente 20 minutos y rectifique sabores.

Imagen 2. Sopa de hongos sin acompañamientos.



Fuente: Elaboración propia.

Para el acompañamiento:

1. En una charola para horno, acomode las tortillas de maíz, precalentando el horno a 180° C.
2. Hornee sólo por 5 minutos, hasta que la tortilla esté ligeramente tostada.
3. Desmenuce el queso Oaxaca, y agréguelo a las tortillas; meta en el horno por aproximadamente 3 minutos, hasta que la tortilla tenga textura crujiente y el queso esté fundido.
4. Pique finamente el perejil y espolvoréelo en las tostadas.

Sugerencias:

- Servir caliente.
- Presentar en un plato hondo.
- Acompañar la sopa, si así se desea, con *toppings* (complementos que se adicionan al final) como: crema, tortillas, orégano, etc.
- Para la sustitución de ingredientes, en caso de no poder encontrar champiñones blancos o “de París”, como se les conoce comúnmente, puede emplear cualquier otro tipo de hongos que pueda encontrar en época de lluvias.

Imagen 3. Otra forma de presentación de los hongos guisados sin caldo



Fuente: Elaboración propia.

Fuentes consultadas:

Cocina Vital (24 de junio de 2020). *Sopa de hongos estilo Marquesa*. Sección sopas, cremas y caldos. <https://www.cocinavital.mx/recetas/sopas-cremas-y-caldos/sopa-de-hongos-estilo-marquesa/2019/06/>

Ramos. F. (8 de agosto de 2018). La ruta del hongo, alimento y sustento por temporada en el sur del Edomex. *El Sol de Toluca*. <https://www.elsoldetoluca.com.mx/local/la-ruta-del-hongo-alimento-y-sustentopor-temporada-en-el-sur-del-edomex-1902237.html>

Secretaría del Medio Ambiente (2021). Parque Nacional Insurgente Miguel Hidalgo y Costilla, La Marquesa. Comisión Estatal de Parques y de la Fauna. https://cepanaf.edomex.gob.mx/parque_la_marquesa