

# Del Recetario

## Pan de maíz para día de muertos

**Jair Emmanuel Onofre Sánchez<sup>1</sup>**

**Nancy Testón Franco<sup>2</sup>**

**Aura Paulina Flores Barrera<sup>3</sup>**

---

1 Profesor de tiempo completo del área académica de Turismo y Gastronomía de la UAEH.

**[jair\\_onofre6570@uaeh.edu.mx](mailto:jair_onofre6570@uaeh.edu.mx)**

2 Profesora de tiempo completo del área académica de Turismo y Gastronomía de la UAEH,

**[nteston@uaeh.edu.mx](mailto:nteston@uaeh.edu.mx)**

3 Profesora de tiempo completo del área académica de Turismo y Gastronomía de la UAEH.

**[aurap@uaeh.edu.mx](mailto:aurap@uaeh.edu.mx)**

## Reseña histórica del pan de maíz

La panadería se ha convertido en parte elemental de nuestra alimentación, qué sería del desayuno sin la concha o el almuerzo sin una torta de bolillo o telera. Es el claro ejemplo del sincretismo culinario con ingredientes y técnicas llegadas de varias partes del mundo.

El trigo es para los europeos lo que para los americanos es el maíz. Ya entre las provisiones con las que partían los españoles en su viaje a América se encontraban una especie de galletas que ellos llamaban bizcochos, las cuales debían de ser cocidas dos veces hasta deshidratarse, esto permitía que duraran mucho tiempo (Barros & Buenrostro, 2004) .

En la localidad de Santiago Tezontlale, en el estado de Hidalgo, durante los meses de septiembre y octubre, las familias acostumbran realizar unas galletas o panes pequeños de maíz, el maíz debe de ser tierno o fresco de la cosecha de el mismo año, así lo llaman los pobladores ya que posee un dulzor característico, enseguida se muele en molino de nixtamal, su diferenciador es que este maíz no lleva un proceso de nixtamalización.

Esta práctica ya tiene varias décadas y se transmite de generación en generación, cada familia cuenta con una receta que le da identidad o según cuentan ellos es la que les gustaba a sus fieles difuntos.

Esta preparación tiene como antecedente las gorditas de piedra, que se hacían con harina de maíz fresco martajado, manteca y piloncillo. La cocción se realizaba sobre piedras de hormiguero lo que le da su nombre, en el comal de barro y con leña, que se tenía que voltear a mano y al final raspar aún caliente con un cuchillo para quitar las piedras y la parte que se cocinaba de más se presenta en la imagen 1.

**Imagen 1** gorditas de hormiguero**Fotografía:** Jair Emmanuel Onofre Sánchez

En las últimas décadas, esta receta ha tenido diversos cambios como el uso de manteca vegetal o margarina o mantequilla. En cuanto a su cocción, la gran mayoría llevaban a cocer en horno de tabique calentado con leña. Estas piezas de pan se colocan en la ofrenda de día de muertos, por lo que ahora se les conoce la nombran gorditas de muerto, cuyas formas van desde el triángulo, círculos y hasta flores, el ingrediente principal el maíz tierno prevalece, ahora se usa tanto maíz amarillo y maíz azul, como se muestra en la imagen 2.

**Imagen 2** gorditas de maiz amarillo y maiz azul



**Fotografía:** Jair Emmanuel Onofre Sánchez

La receta que se presenta es de la señora Juana Cerón Mera originaria de la localidad y que a su vez aprende la receta de su mamá y de su abuela, siendo un conocimiento compartido a una tercera generación, por lo menos. (Cerón, Comunicación personal, 2023)

### **Lista de ingredientes**

Rinde para 40 gorditas de 30 gramos  
800 gramos de harina de maíz fresco  
200 gramos de mantequilla  
100 gramos de manteca  
100 gramos de azúcar standar  
200 gramos de huevo  
5 gramos de polvo para hornear (Royal)  
5 mililitros de esencia de vainilla  
50 gramos de nuez picada

**Tiempos aproximados de preparación y cocción.**

Preparación: mezclado a mano 30 minutos, mezclado en amasadora 10 minutos

Cocción: 20 minutos a 180° C

**Modo de preparación.**

1. Pesar correctamente los ingredientes
2. Mezclar el royal con la harina de maíz fresco
3. Batir a velocidad media mantequilla y manteca hasta blanquear
4. Bajar velocidad y mezclar grasas y polvos
5. Enseguida incorporar los líquidos, huevo y esencia, solo a que incorpore
6. Bajar del bowl y mantener fría
7. Extender la masa de poco en poco hasta que tenga el mismo grosor
8. Cortar con moldes en diferentes figuras, poner la nuez
9. Hornear a 180°C, por 20 minutos, estarán listas cuando toman color

Nota: El paso 3 y 4 también se puede realizar a mano, hasta que se integre

Utensilios: cortadores, charola para hornear, rodillo, bowl, bascula y coladera

**Consejos o sugerencias**

Es recomendable amasar en un lugar frío, debido a la alta cantidad de grasa. Se deben de formar las gorditas de inmediato o si no refrigerar la masa. El grosor deberá de ser uniforme para que la cocción sea pareja. No abusar de la esencia de vainilla o cualquier otro saborizante, ya que la intención es que prevalezca el sabor dulce del maíz.

**Imagen 3.** Elaboración de gorditas de muerto



**Fotografía:** Jair Emmanuel Onofre Sánchez

### Referencias

- Barros, C., & Marco, B. (2004). Panadería de Tlaxcala: ayer y hoy. Tlaxcala: Gobierno del Estado de Tlaxcala.
- Cerón, J. (01 de noviembre de 2023). Gorditas de muerto. (J. Onofre, Entrevistador)
- Sistema de Información Cultural. (22 de marzo de 2017). *sic.cultura.gob.mx*. Obtenido de sic.cultura.gob.mx: [https://sic.cultura.gob.mx/ficha.php?table=gastronomia&table\\_id=207](https://sic.cultura.gob.mx/ficha.php?table=gastronomia&table_id=207)
- Vela, E. (01 de octubre de 2017). *Arqueología Mexicana*. Obtenido de Arqueología Mexicana: <https://arqueologiamexicana.mx/mexico-antiguo/el-tamal-y-el-mestizaje>