



Antojitos Mexicanos



Marcelo Gonzalez
Joaquin Mac Gregor
Luis G Mañueco
Andrea Garcia
Maria Andrea Fdz
Equipo 6 UDEM

Índice

1. Introducción
2. Historia de los Antojitos
3. Bases de los antojitos
4. Tipos de maíz
5. Características de antojitos por región
6. Tips para un buen puesto de antojitos
7. Video de recetas
8. Recursos extras: recetario 168 antojitos mexicanos por región



Introducción

Los antojitos son un tipo de comida de la calle que se suele tomar como aperitivo y forma parte de la cultura mexicana. Por lo regular es un alimento a base de maíz, rico en grasas y acompañado de una salsa de chile, y generalmente es parte de una comida rápida e informal.

n



Historia de los Antojitos

Su historia dice así. Con la llegada de los españoles a México se hizo una fusión de sus platillos típicos con la gastronomía prehispánica, dando como resultado nuevas mezclas, nuestros famosos antojitos. Hoy muchos de ellos conservan ingredientes de nuestros indígenas, pero no quiere decir que hayan perdido el toque español.





A continuación se
mostrarán los
principales antojitos
mexicanos



Tostadas

Es una tortilla de maíz crujiente. Para lograr su consistencia de forma tradicional, las tortillas se dejan secando en el comal o al sol.

En la época prehispánica, este platillo era uno de los más socorridos por las clases medias-bajas, y se acompañaba con frijoles y chiles.



Tlacoyos

Su nombre proviene del náhuatl y significa “masa de maíz molido”.

Se trata, tradicionalmente, de una empanada de maíz azul nixtamalizado rellena de frijoles, aunque ahora es común encontrarlos hechos de habas, chicharrón o requesón.



Tacos

El origen certero de estos es desconocido, pero se sabe que el taco nació a base de una dieta olmeca, gracias a los primeros vestigios del maíz nixtamalizado.

Las tortillas se preparaban sobre piedras calientes y se decoraban con cochinito, frijol y chiles. Las mujeres solían enviar comida en tortillas a los hombres que trabajaban largas horas en el campo, las cuales podían comer tras su jornada.



Pambazos

Cuenta la historia que el pambazo fue creado en Xalapa, Veracruz, en honor a Carlota, emperatriz de México y esposa de Maximiliano de Habsburgo. El cocinero, Josef Tüdös, se inspiró en las formas del volcán Citlaltepec, también conocido como Pico de Orizaba.

No obstante, el pambazo creado por Tüdös se trataba de un pan blanco suave impregnado de harina y relleno de chorizo, queso blanco, lechuga rebanada y chipotle adobado.



Quesadillas

Se trata de la tortilla de maíz doblada por la mitad que contiene cualquier tipo de guisado en su interior.

En la Ciudad de México se estila que sea con o sin queso. Sin embargo, y como indica su nombre, en el resto de los estados del país lleva queso.



Gorditas

Su historia se remonta hasta la época prehispánica, y estas eran básicamente tortillas más gruesas que las convencionales, de ahí que se les llame “gorditas”.

El franciscano fray Bernardino de Sahagún dedica un extenso capítulo sobre comida mexicana en su libro Historia general de las cosas de la Nueva España. En él, constata la existencia de la tortilla y sus variedades tanto en forma, sabores y colores, debido a que el maíz lo mezclaban con otros ingredientes. Es en este capítulo donde aparece la existencia de las gorditas.



Flautas

Son tacos de tortilla de maíz enrollada y frita, y cuyo relleno puede variar. Entre los más comunes se encuentra el pollo, la papa, picadillo y queso, entre otros.

Su nombre se debe a la gran similitud que tiene con el instrumento musical.



Sopes

Los sopos, también llamados pellizcadas, picadas, picaditas son una especie de tortilla gruesa, hecha de maíz y manteca, la cual una vez que se ha cocido se le pellizca las orillas con el fin de que los ingredientes que se le ponen encima no se derramen.

Una vez que ha quedado formado el círculo y has “pellizcado” las orillas, puedes freírlos con aceite y/o manteca, o bien, dejarlos al comal sin agregar ningún tipo de aceite.

Después de haber concluido los pasos anteriores ha llegado el momento glo-rio-so de este tipo de antojos mexicanos: agregar los toppings que más se te antojen.



Huaraches

Según investigaciones, su creación se le atribuye a la señora Carmen Gómez Medina, quien comenzó a vender este antojito en el año de 1935.

La razón de su nombre es fácil de imaginar: tienen forma del calzado popular mexicano.



Tlayuda

La palabra tlayuda proviene de la palabra náhuatl tlaoli, y significa “maíz desgranado”, más el sufijo uda, “abundancia”.

Se trata de una tortilla de maíz de unos 30 centímetros o más que se cuece el tiempo necesario para que el agua se evapore, lo que le da la consistencia quebradiza.



Bases de los antojitos



Maíz

El maíz es la base de nuestra cultura, son contados los antojitos que no lo contienen. El maíz puede ser azul, rojo, amarillo, blanco, etc.



Grasa

Ya sea grasa vegetal (aceite) o grasa animal (manteca), por lo general está siempre presente en la comida. Dándole más sabor y textura.

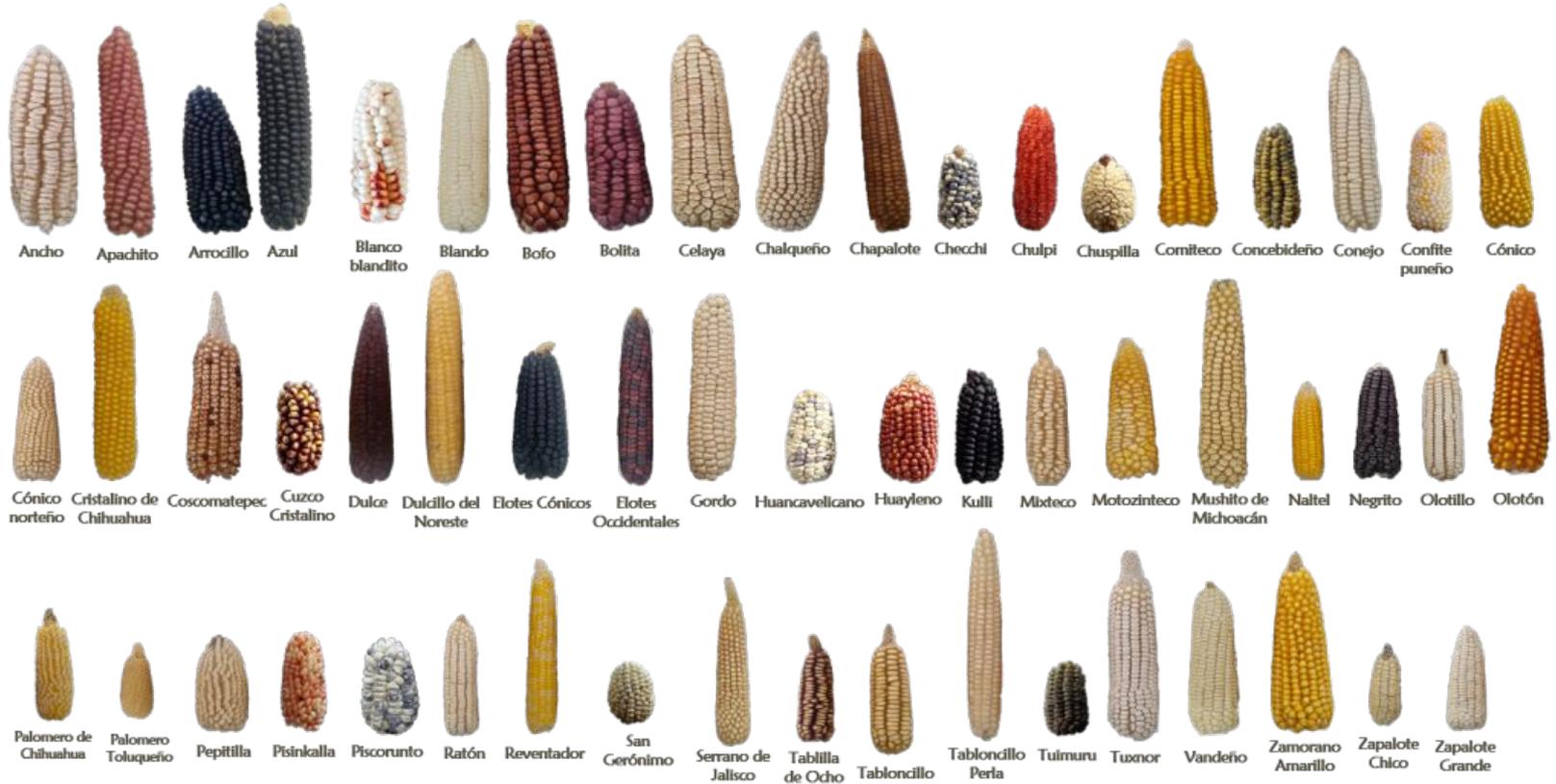


Chile

Desde el chile colorado hasta el chile habanero, pasando por el chilaca, serrano y piquín, el chile es algo que caracteriza nuestra comida, sazona y acompaña nuestra comida.

Tipos de Maíz

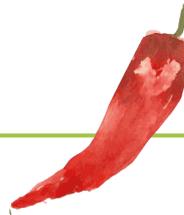
En diferentes partes de la república se usan diferentes tipos de maíces, es importante conocerlos para saberlos usar.



Antojitos por región: características

Noroeste

En esta región (principalmente en Baja California) los antojitos suelen estar compuestos por mariscos y pescados; sin embargo, cerca de Chihuahua se agrega también carne y trigo.



Noreste

Nuevo León, Coahuila y Tamaulipas. Contienen carne de cabrito, puerco y res, así como tortillas de maíz amarillo.

Centronorte

Esta zona tiene influencias hispánicas e indígenas por lo que podemos encontrar pollo, chivo, res, cerdo y diferentes tipos de maíz.



Occidente

Aquí podemos encontrar carnitas, mariscos, frijoles, maíz, trigo y birria.

Antojitos por región: características

Centrosur

Esta región es la más mezclada ya que en ella se encuentra integrada la capital. Podemos encontrar prácticamente de todo desde puerco, pollo y pescado hasta una amplia variedad de verduras como los romeritos.



Este

Contiene una gran influencia mestiza y prehispánica por lo que se puede encontrar moles, barbacoa, productos del maíz y del maguey. Se destaca también por su variedad en pescados y mariscos al ser zona de puerto (Veracruz).

Sureste

Con una gran influencia maya y europea, se puede encontrar gran variedad de mariscos, achiote, arroz, naranja agria, tomate, chiles específicos y sobre todo cochinita.



Suroeste

Influencia indígena y europea. Encontramos tamales, frijol, maíz, mole, productos del mar y carnes exóticas como carne de iguana.

Tips para un buen puesto de antojitos



Sé regional

Haz los antojitos de tu región. Es mucho más fácil asegurar la calidad si los ingredientes son frescos, trabaja con lo que tienes a tu alcance.

Maíz Fresco

Este es extra pero a la posibilidad que tengas, trata de tener maíz siempre fresco: tortillas, gorditas, tlayudas, etc recién hechos.

Tus clientes lo van a apreciar.

Calcula

Trata de calcular el número de pedidos que recibes para reducir el desperdicio de materiales y tener los ingredientes siempre frescos.

Cuida la sal

El exceso o la falta de sal puede hacer que el consumidor no quede satisfecho. Haz pruebas hasta que lo domines.

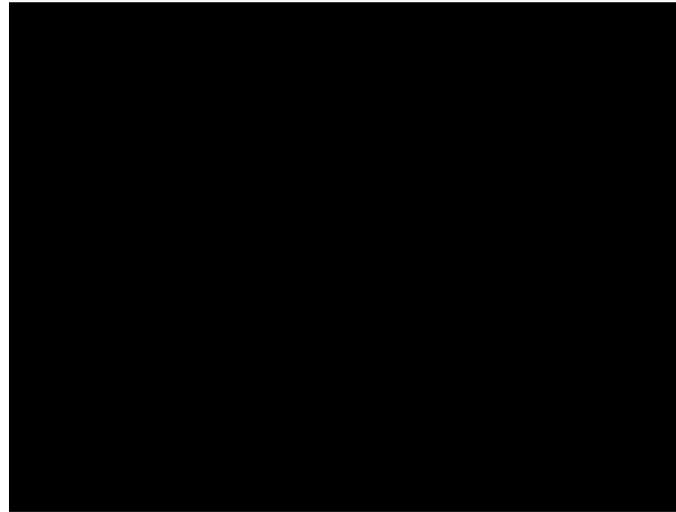
Trabaja en tu salsa

Una buena salsa puede atraer más clientes de los que te esperas. Perfecciona tus salsas y hazlas únicas.

Ten todo listo para solo freír o armar

La comida recién hecha siempre es más sabrosa, pero puede ser complicado al manejar un puesto. Ten todos los ingredientes listos, prepárate para solo tener que hacer el último paso en el momento.

Video Explicativo



https://youtu.be/xLBq_EDgawQ



5 recetas
sencillas de
antojitos
mexicanos
para vender

Recetario: 168 antojitos mexicanos por región.

https://drive.google.com/file/d/0B1Y_fS9IUI5HcFlyNEQyUjRhVU0/view



Descargalo aquí



Referencias

- <https://mas-mexico.com.mx/origen-e-historia-de-los-antojitos-mexicanos/>
- <https://www.cocinafacil.com.mx/recetas/recetas-sencillas-antojitos-mexicanos/>
- <https://www.turimexico.com/regiones-gastronomicas-en-mexico/>
- <http://www.gastromakers.com/historia-de-los-antojitos-mexicanos/>

