

Gruma impulsa la comida mexicana a nivel internacional

 [milenio.com/estilo/gastronomia/gruma-impulsa-comida-mexicana-nivel-internacional](https://www.milenio.com/estilo/gastronomia/gruma-impulsa-comida-mexicana-nivel-internacional)

Redacción



Llegan las **fiestas patrias** y con ello un deleite gastronómico para todos los mexicanos y turistas que disfrutan de esta celebración, en la que no pueden faltar las **tortillas** como parte fundamental de los platillos típicos o como insumo de ellos en cualquier **noche mexicana**.

Y es que la **tortilla de maíz es ícono de la comida mexicana desde tiempos prehispánicos**, y al igual que el **chile**, es reconocido a nivel mundial como uno de los alimentos más representativos de nuestro país; pues si bien se trata de un producto propio de la gastronomía mexicana, se ha popularizado a nivel internacional gracias a empresas como **Gruma**.

Fundada hace **70 años** en **Nuevo León**, ha logrado comercializar **harina de maíz, tortillas** y decenas de productos derivados de estos en los cinco continentes, lo que le **ha permitido a la gastronomía mexicana conquistar los paladares de asiáticos, ingleses, rusos, estadounidenses y australianos**, entre otros.

La popularidad de la **tortilla** radica en su alto nivel de nutrientes, pero también en su **flexibilidad para combinarse con prácticamente cualquier otro alimento**. No obstante, como platillo, **el número uno de los alimentos más mexicanos son los tacos**.

Sean de **suadero, al pastor, de guisado, carnitas, barbacoa o de canasta**; hablar de tacos en cualquier lugar del mundo es hablar de **México** y su gastronomía, que es reconocida por la **Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco)** como **Patrimonio Inmaterial de la Humanidad**.

Las **enchiladas** son sin duda otro referente de **México** y su comida, pues además de utilizar a la tortilla como su principal insumo, **incluye al chile**. Así las enchiladas, ya sean de mole, rojas, verdes, con pollo, queso o papa, **se colocan como el segundo platillo más mexicano**.

Como una variante de la tortilla tradicional están los **sopes** y se preparan más gruesas, que luego de ser guisadas con manteca de cerdo, se le añaden diferentes ingredientes, como chicharrón o carne, además de queso, frijoles, verduras y salsa picante, con variaciones regionales.

A este delicioso alimento se le conoce como **sopes**, y también es un referente de la cocina mexicana y **un platillo digno de servirse en las fiestas patrias**.

El pozole es un caldo hecho a base de granos de maíz, de un tipo conocido comúnmente como **cacahuazintle**, al que se agrega, según la región, **carne de pollo o de cerdo como ingrediente secundario**.

De esta preparación básica existen variaciones por todo el territorio de **México** por lo que podemos encontrar pozole verde, rojo y blanco, en incluso seco, dependiendo de los condimentos que se le agreguen.

Y los **chiles en nogada** es uno de los platillos típicos de la gastronomía del estado de **Puebla**, que no puede faltar en las celebraciones patrias. Se prepara con chile poblano relleno de un guisado de picadillo y frutas, que incluye acitrón y que se cubre con salsa de nuez (nogada), perejil y granada. **Los colores del chile poblano, de la crema y de la granada simbolizan los colores de la bandera de México**, de ahí que sea uno de los platillos más mexicanos.