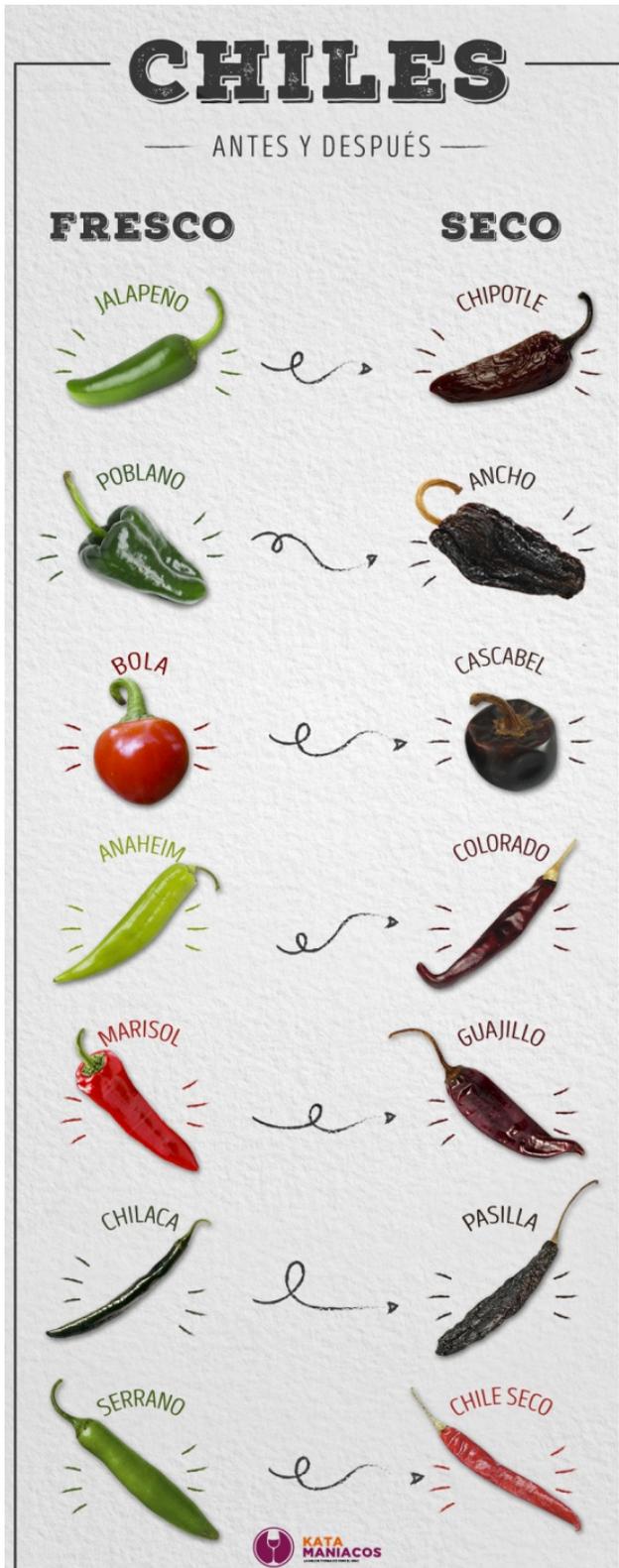


CHILES MEXICANOS 101 DE FRESCOS A SECOS

VOLUMEN 1 / NÚMERO 1



Los Chiles, y en México

El chile en México fundamental para la cocina y las tradiciones mexicanas, rescata la sabiduría de nuestros antepasados y la funde a la cultura de todos los grupos indígenas para colocarlo como uno de los alimentos básicos y estratégicos para la alimentación y la agricultura. Sin embargo, aunque te parezca una sorpesa, **México no es el país con la mayor variedad de de chiles**, en Perú existen más de 350 variedades de chiles ó de ajíes, rocotos y pimientos registrados; Ni tampoco es el mayor productor de chile en el mundo, China produce muchisimas más toneladas, pero en cambio México si es el **principal exportador** de chiles a nivel mundial.

Los chiles se clasifican por su taxonomía en especies, subespecies y variedades botánicas, los comerciales o cultivares, tambien por su origen geográfico, y por el procesamiento después de la cosecha, o región de cultivo; por ejemplo, en nuestro país contamos con dos variedades de chile que cuentan con denominacion de origen, es decir que son unicos de esa región especifica: **Chile habanero de la península de Yucatán y el Chile de Yahualica en Los Altos de Jalisco**

¿Qué son los chiles secos y que los hace especiales?

Los chiles secos se obtienen de deshidratar o secar los chiles frescos con el fin de alargar su tiempo de conservación.

Para “transformar” un chile fresco a su variedad seca, se le deshidrata a traves de diferentes técnicas, esto hace que **se concentren los sabores alojados en su interior**, se obtienen nuevos sabores, nuevos colores, nuevos aromas, sin embargo lo que se mantiene es el nivel de “picor” similar al que solia tener su versión fresca o cruda.

Para medir el nivel de “picor” (o pungencia) se utiliza la **Escala Scoville**, la cual expresa por la cantidad de **capsaicina** presente en las diferentes variedades de chile, pero suele haber una parámetro que orienta la concentración, que puede ser o no totalmente cierta: **entre más chiquito es el chile, más picante será.**

Los chiles secos suelen tener un aspecto arrugado de color oscuro pero brillante, pueden tener tonos entre rojizos hasta ser completamente negro. Por su color podemos tener indicios sobre el sabor que tienen: Los chiles secos con colores rojizos o anaranjados aportan mayor acidez y toques afrutados y ligeramente cítricos, y acompañan bien las carnes blancas como el cerdo y el pollo o pescado. Los chiles secos con colores cafés oscuros o morados y tirándole a negro, suelen tener un sabor dulce, como si fueran frutos secos, y acompañan mejor carnes rojas como la res, el pato o el conejo.

Para utilizarlos y aprovechar al máximo sus sabores, olores y aportes culinarios, estos se hidratan en agua muy caliente, para poder ayudar a retirarles las semillas y las venas, que son estas las que suelen aportar la mayor cantidad de **capsaicina**. Ya teniendo los chiles, asados o tatemados, además se mezclan con otros ingredientes que aportan líquido como el jitomate o tomatillos para preparar salsas, además de mezclarse con otros chiles para hacer adobos, y con grasas, chocolate y frutos secos para hacer moles.

Estudios realizados indican que el chile es rico en vitaminas A y C además de contener antioxidantes, y también entre sus propiedades medicinales, la sensación picante que produce es útil para la circulación sanguínea, reduce la formación de coágulos y el endurecimiento de las arterias, lo que disminuye la posibilidad de sufrir ataques cardíacos. Su contenido vitamínico previene problemas en la vista, mucosas, encías y dientes, e incluso se le ha utilizado para contener el dolor de muelas en combinación con sal y otros elementos, además de también tener propiedades antiinflamatorias, por lo cual se elaboran con chile calmantes musculares, mientras en la cosmética se producen shampoos.

Los chiles ofrecen, además, un atractivo visual extraordinario por sus formas, texturas y tamaños, y por sus brillantes colores y matices verdes, amarillos, naranjas, rojos y morados. Entre los más conocidos están el habanero, con el más alto contenido de capsaicina, el poblano, manzano, serrano, cascabel, chipotle, chilaca, catarina, güero, chicostle, costeño, de árbol, morita, piquín, entre muchos más que toman distintos nombres cuando están frescos o secos y son de una u otra región.

