

BUSECA A LA RUBEN JAQUENOD

Ingredientes:

2 kilos mondongo
1 Cuajo
1 kilo librillo
¼ panceta salada
2 chorizo colorado
1 chorizo de puro cerdo
¼ salchicha criolla
½ pechito de cerdo
½ kilo aguja especial
1 kilo chinchulines
½ aceite de girasol
4 cebollas grandes
2 ají morrón rojo-verde
1 cabeza de ajo
½ Kg. zanahoria
1 ramito de perejil
10 hojas de albahaca
5 litro de caldo de carne
3 latas tomate triturado
Pimienta negra en grano
400 gr. Porotos pallares
400 gr porotos alubia
400 gr. de garbanzos
½ kilo queso rallado
Sal gruesa a gusto
3 hojas de laurel
4 cebollitas de verdeo

Preparación: utilizar una olla de 15 litros.

Pasos previos:

Previo a la preparación de la buseca se prepara un puchero a gusto. Se desgrasa y se cuela el caldo y se lo mezcla con la verdurita utilizada en la preparación del puchero, previamente licuada. Se lo reserva en heladera. Se necesitan unos 5 litros.

El día anterior a la preparación de la buseca se ponen en remojo, en abundante agua, los porotos y garbanzos. Una vez hidratados se cuecen.

Se desgrasa el cuajo y el mondongo. A los chinchulines si es que tienen demasiada grasa se les recorta el excedente. Se lava todo bien.

Se calienta agua en la olla y se le agrega abundante sal gruesa. Se incorpora una cebolla entera pelada, 3 dientes de ajo previamente pelados y aplastados, ½ ají, 3 hojas de laurel y el medio paquetito de pimienta negra en grano.

Cuando rompe el hervor se incorporan el mondongo, cuajo, librillo y chinchulines. A partir del momento en que hierva nuevamente se cuenta media hora de cocción.

Cumplido ese tiempo se retira del fuego, se reservan en una fuente las carnes como para que se enfríen, y se descarta el líquido de la cocción y las verduras utilizadas.

Picar las 3 cebollas restantes, el resto de la cabeza de ajo y de los dos ajíes rojo verdes, la cebollita de verdeo. Se reserva todo esto en un recipiente.

Se rallan las zanahorias, se reserva en otro recipiente.

Se pica la albahaca y el perejil, se reserva en otro recipiente.

Todos los ingredientes se cortan en pequeños pedacitos, la panceta, el chorizo de puro cerdo y la salchicha criolla que se reservan en un recipiente, el mondongo, cuajo, librillo y chinchulines se

reservan en otro recipiente, los chorizos colorados, previamente pelados, se reservan en otro recipiente, el pechito de cerdo y la aguja especial, se reservan en otro recipiente.

Se rehoga en aceite la cebolla, el ají y el ajo, luego agregar la cebollita de verdeo y después la zanahoria rallada dejando rehogar unos minutos. Luego se agrega la panceta, el chorizo de puro cerdo y la salchicha criolla. Se deja rehogar.

Unos minutos después agregar el mondongo, cuajo, librillo y chinchulines, mezclando todo bien y también dejando rehogar, se sigue con el chorizo colorado, a continuación incorporar la pulpa de tomates y las dos latas de tomate triturado, se deja cocinar unos minutos. Se agregan los 5 litros de caldo, cuando comience a hervir se incorpora la albahaca, el perejil, el pechito de cerdo y la aguja especial, rectificar la sal y otros condimentos a gusto de ser necesario. Se deja hervir tapado a fuego mínimo por media hora.

Se agregan los porotos y garbanzos previamente cocidos y dejar hervir al mínimo por otra media hora.

Servir en platos hondos o cazuelas, condimentar con abundante queso rallado de primera calidad, aunque en mi opinión es conveniente dejarla reposar un día o dos antes de consumirla, ya que los sabores se realzan.

BUSECA DOÑA ELSA BEATRIZ

Ingredientes: (6 porciones)

1 y ½ kg. de mondongo

4 puerros tiernos

¼ taza de aceite

2 zanahorias en rodajas finitas

4 dientes de ajo picados

2 tazas de porotos de manteca cocidos

2 tazas de garbanzos cocidos

¼ kg. de zapallo cortado en cubos

Conserva de tomate

1 cda. de ají molido

¼ kg. de panceta ahumada magra sin cuerito y cortada en tiritas

Sal y pimienta

¼ kg. de repollo (preferentemente verde)

1 blanco de apio picado

2 cebollas picadas

4 cubitos de caldo de verduras

4 cubitos de caldo de verduras

¼ kg. de cebollas de verdeo picadas

½ kg. de papas cortadas en cubos

Agua caliente

1 cda. de pimentón

Queso rallado

Preparación:

Raspar al mondongo todo el indeseable, cortarlo en tiras no muy anchas y hervirlo en agua con sal hasta que esté tierno.

Calentar el aceite y saltear la panceta, agregar el blanco de apio, los puerros (sólo la parte blanca cortada en rodajas), las zanahorias, las cebollas y el ajo, incorporar la cebolla de verdeo y saltearla apenas unos segundos; agregar en la cacerola el mondongo, los cubitos de caldo desmenuzados, los porotos, los garbanzos, las papas, el zapallo y el repollo cortado en juliana. Agregar agua caliente hasta sobrenadar 1cm los ingredientes; incorporar la conserva de tomates y el pimentón (ambos diluidos, por separados, en un poco de agua), sazonar con sal y pimienta a gusto y agregar el ají

molido.

Dejar hervir despacito con la cacerola destapada, hasta que todo esté cocido y la salsa espesita. Servir en cazuelas espolvoreando en cada una con un poco de queso rallado.

BUSECA QUIQUE

Ingredientes:

1 Kg. mondongo
½ Kg. cuajo
½ Kg. librillo
Patas de cerdo
½ Kg. de cuerito de cerdo
½ Kg. tripa gorda
½ Kg. panceta salada
1 chorizo colorado
½ Kg. salchicha parrillera
1 lata de porotos
1 lata de garbanzos
1 Kg. de tomate peritas (Tomate en lata o botella es igual)
½ Kg. de cebollas
1 ají verde
1 ají rojo

Preparación:

Se recomienda hervir todas las carnes por separado acompañada por una cebolla insertada con clavo de olor y alguna cebolla de verdeo.

Luego en una olla de fundición (cualquier olla sirve), freír la cebolla y los ajíes, una vez dorados se le agrega el tomate pelado y picado a cuchillo en daditos, cuando la salsa esta lista se le agrega toda la carne ya hervida y cortadas en cubitos, luego se recocina ½ hora en forma muy lenta y se deja descansar en lo posible un día.

Cuando falte una hora para servir, recalentamos la buseca agregándole una lata de garbanzos y una de porotos continuar calentando hasta servir.

Se recomienda condimentar en abundancia y a gusto del cocinero.

CALAMARES EN HUMEDO

Ingredientes:

1 kilo de calamares
80 c.c. de aceite de oliva
2 cebollas medianas
100 c.c. de vino tinto
1 cucharada de extracto de tomate, sal, ají molido,
3 papas medianas
Perejil picado.

Preparación:

Limpie los calamares y déjelos con piel, corte los tubos en anillos, los tentáculos y las aletas en trozos.

En una cacerola de fondo ancho, freir las dos cebollas cortadas, añadir los calamares hasta que tomen color, siga con el vino tinto y el extracto de tomate, el ají molido y la sal a gusto. Cocine moderadamente 20 minutos, entonces agregue las papas limpias cortadas en trozos y seguir coci-

nando hasta que estén a punto. Hacer descansar un poco fuera del fuego y servir salpicando con perejil picado.

CALAMARES RELLENOS

Ingredientes: (para 4 personas)

16 calamares medianos
4 lonchas de jamón york picado
1 taza de miga de pan remojada en leche
2 yemas de huevo
1 copa de vino blanco seco
1 lata de salsa de tomate natural
1 cebolla grande o 2 medianas
Harina
pimienta
Sal

Preparación:

Mezclar el jamón york con la miga de pan y la yema de huevo, salpimentar.

Limpiar bien los calamares, rellenarlos con la mezcla anterior (no demasiado, al cocer el calamar encoge y la mezcla no), colocarles los tentáculos "en su sitio" y atravesarlos con un palillo para cerrarlos, enharinarlos.

En una cazuela, freír la cebolla muy picada sin dejar que se dore, cuando esté, colocar encima los calamares rellenos pasados por harina, regarlos con el vino y dejar hacer unos diez minutos, tapados, a fuego bajo, añadir la salsa de tomate, salpimentar y dejar que se terminen de cocinar.

El tiempo que lleve dependera de la calidad de los calamares, va desde diez minutos a media hora; para saber si están, pincharlos con un cuchillo.

CALAMARES RELLENOS DEL TANO

Ingredientes: (para 6 personas)

6 calamares
1 cebolla grande
1 y ½ tomates peritas maduros
3 dientes de ajo
8 cucharadas de aceite
5 ramas de perejil
150 gr. de queso de rallar bien estacionado Santa Rosa
3 huevos
miga de dos panes flautas del día anterior
½ Taza de leche
Nuez moscada, sal y pimienta
6 escarbadietes

Preparación:

Remojar la miga de pan en la leche.

Limpiar los calamares, separar los tentáculos, quitando la piel y vaciando el interior del tubo.

Para el relleno batir los huevos en un bol, agregar el ajo y el perejil bien picados, el queso, la miga de pan bien exprimida, nuez moscada, sal y pimienta, mezclar formando una pasta homogénea.

Rellenar la mitad del calamar y cerrar con un escarbadietes.

En una olla, poner a rehogar la cebolla cortada en juliana, agregar los tomates bien picados y coci-

nar durante 20 minutos, agregar un poco de agua caliente, sal y pimienta, incorporar los tentáculos cortados en tres partes y sin la ventocita, cocinar durante 15 minutos y agregar los tubos rellenos continuando la cocción durante unos 20 o 30 min.

Puede acompañarlos con espagueti al dente, papas hervidas o arroz blanco.

CARBONADA

Ingredientes:

½ taza de aceite
1 cebolla grande picada
1 y ½ lata de tomates al natural
3 hojas de laurel
1 cucharada de orégano
150 gr. de manteca
1 y ¼ Kg. de carnaza
250 gr. de zapallo cortado en dados
250 gr. de papas cortadas en dados
1 lata de arvejas
1 lata de choclo desgranado (ojo no cremoso)
½ litro de caldo
400 gr. de arroz
1 lata de duraznos al natural
Sal y pimienta

Preparación:

Dorar la cebolla en el aceite, agregar carnaza cortada en dados, saltearla a fuego fuerte, agregarle el laurel, los tomates picados, con todo el líquido, condimentar con sal y pimienta y dejar hervir durante 15 minutos.

Luego añadir la manteca, el caldo, zapallo, papas y batatas cortadas en cubitos, el agua de las arvejas, del choclo y de los duraznos, tapar y dejar hervir hasta que esté todo cocido. Ponerle entonces el arroz lavado, sobre este las arvejas, choclo y tapar, hacer hervir despacio durante 10 minutos. Incorporarle entonces los duraznos cortados por la mitad, tapar y hacer hervir 10 minutos más. Llevar a la mesa en la misma cazuela.

CARNE A LA PEKINESA

Ingredientes:

¾ kg. de paleta
1 cucharada de maicena
1 taza de cebollas de verdeo
½ taza de apio picado
½ taza de ají picado
1 cubo de caldo
¼ taza de salsa de soja
¾ taza de oporto
1 hoja de laurel
2 cucharadas de azúcar

Preparación:

La salsa de soja, oporto y maicena se mezclan con la carne cortada en trocitos y se deja macerar. Colocar las verduras picadas en la cacerola, y luego la carne, SIN el macerado, y cuando la carne

toma color se le agrega el azúcar, el cubo de caldo, pimienta, los hongos, los champiñones rehogados, el jugo del macerado y si es necesario agregar agua, cocinar de 35 a 40 minutos.

Acompañar con una base de arroz y por arriba se pueden colocar almendras fritas, 100 gr. de champiñones y 2 cucharadas de hongos remojados (es optativo en esta receta).

CAZUELA DE GALLINA

Ingredientes: (8 porciones)

1 gallina
½ repollo chico
3 zanahorias
1 cebolla grande
100 gr. de manteca
2 dientes de ajo
perejil, albahaca, sal, pimienta, pimentón, aju molido
3 papas medianas
2 batatas medianas
½ kilo de calabaza
4 choclos
1 y ½ taza de carne picada
¾ taza de arroz hervido
100 gr. de queso rallado
1 huevo
3 yemas

Preparación:

Cortar la gallina en presas y luego en trozos más pequeños, sazonarlos con sal y pimienta.

En una cacerola grande derretir la manteca y dorar la gallina, agregar los dientes de ajo pelados y aplastados, la cebolla picada bien chiquita, el repollo cortado en fina juliana, la zanahoria cortada en cubitos, el perejil, la albahaca y el pimentón; mezclar con cuchara de madera hasta que las verduras se rehoguen. Cubrir las presas de gallina, sobrepasándolas más o menos 2cm, con agua caliente, tapar y dejar hervir hasta que las presas estén casi tiernas entre 1 y 2 horas.

Agregar en la cacerola las papas, las batatas y el zapallo cortados en trozos chicos, el choclo desgranado, el ají molido.

Verter más agua caliente hasta cubrir las verduras y dejar hervir despacio. Apartar 1 taza de caldo para terminar la cazuela.

Para las croquetas mezcle la carne picada con el arroz cocido, el perejil picado y el queso, ligar con el huevo y sazonar con sal y pimienta negra, moldear las bolitas, rebozarlas con harina.

Cuando las verduras estén cocidas, eche en la cacerola las croquetas de arroz y dejarlas hervir 5 minutos aproximadamente.

Batir las yemas con el caldo separado y agregarlo de a poco a la cazuela sobre el fuego suave y revolviendo hasta que espese sin que llegue a hervir.

Servir en cazuelas espolvoreándolas con queso rallado.

CAZUELA PUNTANA

Ingredientes:

1 gallina grande
1 cebolla grande
1 ají pimiento rojo
2 zanahorias

verdurita
Aceite o grasa de cerdo

Preparación:

La palabra cazuela significa olla o cacerola y, por extensión, se llama así el cocido que se realiza en ella, ya sea de vaca, de cerdo, de pescado o de gallina. En San Luis el cocido es sólo de gallina al que luego se le agregan papas, arroz o polenta a gusto para completar el plato.

Se corta en presas a gusto, pueden ser más grandes o más chicas, una gallina tierna. Se fríen los trozos en grasa de cerdo o en aceite junto con la cebolla picada bien finito. Luego se incorporan los trozos de gallina así dorada junto con la cebolla en una olla con agua hirviendo en la que también habrá verdurita picada como para hacer un caldo. A esta cocción se incorporará también la zanahoria y el ají morrón cortados en juliana.

Este cocido caldoso se sirve acompañado de arroz hervido puede ser dentro del mismo caldo, lo mismo que papas de polenta hervida.

CAZUELA RIOJANA

Ingredientes: (para 6 porciones)

½ pocillo de aceite
1 gallina
sal gruesa
orégano
1 cebolla
¼ kg de arvejas frescas
½ kg de arroz
2 cebollas de verdeo
pimienta
queso rallado

Preparación:

Calentar en una cazuela el aceite y dorar la gallina cortada en presas, colocar en una olla abundante agua con sal, el orégano y la cebolla cortada en trozos grandes, llevar al fuego y, cuando rompa el hervor, añadir las presas de la gallina doradas, cocinar unos minutos e incorporar las arvejas y el arroz.

Cuando todo esté cocido y el agua evaporada, agregar las cebollas de verdeo picadas y la pimienta. Servir espolvoreado con queso rallado o servirlo aparte en quesera para que cada comensal se sirva a gusto.

Nota: pueden utilizarse arvejas en de lata. En este caso, agregar cuando el arroz esté casi cocido.

CENTOLLA EN SU SALSA

Ingredientes:

1 centolla
Agua
Leche
Laurel
1 cucharada de harina
Sal, pimienta, curry
1 cebolla picada
Manteca

Preparación:

Una vez eviscerada la centolla se la coloca en una cacerola con agua en el momento en que rompe el hervor. La centolla pasará del rojo intenso al color naranja a los 10 minutos de hervor. En este punto se la retira del fuego, se pasa por agua fría y se desprende de su caparazón.

Una vez pelada la centolla, hervir el caparazón unos minutos con agua con leche y hojas de laurel (como para que el jugo tome gusto).

A este caldo agregarle 1 cucharada de polvo curry y 1 taza de cebolla picada y salteada en mantequilla. Salpimentar y ligar con 1 cucharada de harina disuelta en agua fría. Hervir unos minutos.

Servir la centolla al natural cubierta con la salsa obtenida. Acompañar con papas a la crema y vino blanco refrescado.

CHIVITO A LA CACEROLA

Ingredientes: (de 6 a 8 porciones)

½ chivito

2 cucharadas de grapa o agua ardiente

Sal y pimienta

2 cebollas

4 dientes de ajo

orégano, laurel, pimienta negra, tomillo, pimentón, perejil picado

½ taza de aceite

100 gr. de margarina untable

2 morrones gordos

2 cubitos de caldo de verdura

½ taza de agua caliente

½ taza de vino blanco seco

1 y ½ taza de agua

queso rallado

½ taza de arroz

4 cebollitas de verdeo

3 huevos

Harina y pan rallado rebozar

Aceite para freír

Preparación:

Quitarle al chivito la grasa y pellejitos, luego frotarlo con la grapa. Cortarlo en trozos regulares, lavar los trozos de carne, secarlos y acomodarlos en una fuente honda sin encimarlos; sazonarlos con sal y pimienta.

La carne se cubre con las cebollas cortadas en rodajas finas y separadas en aros y los dientes de ajo cortados en tiritas finitas; a todo esto agregar el orégano, el laurel, la pimienta, el tomillo, el pimentón y el perejil; rociar con el aceite y cubrir la fuente con papel de aluminio, guardar la fuente en la heladera hasta el día siguiente.

Al otro día, escurrir el chivito y dorarlo de ambos lados, agregar en la cacerola todo el adobo y los morrones cortados en tiras anchas; cuando hierva incorporar los cubitos de caldo desmenuzados, el agua y el vino. Tapar la cacerola y cocinar lentamente durante 45 minutos, echando de vez en cuando, chorritos de agua o vino para mantener el volumen de salsa.

Para hacer las tortitas de arroz, cocinar el arroz en forma habitual; colocarlo, todavía caliente, en un bol junto con el queso rallado, las cebollitas de verdeo picadas y crudas, salpimentar y ligar con 1 huevo. Con corta pasta de aproximadamente unos 8 cm, aceitado por dentro, rellenarlo con 1,5 cm de arroz y presionar, levantar con cuidado para desmoldar (continuar con éste procedimiento hasta terminar con el arroz). Rebozar con harina cada tortita (cuidando que no se desarmen), pasarlas por los huevos batidos, rebozarlas nuevamente pero ésta vez con el pan rallado, dejarlas 1 ratito en

la heladera y freírlas, con el aceite bien caliente, para dorarlas de ambos lados.

Secretitos: *en la misma forma que se prepara el chivito, se puede preparar conejo, pero la guarnición que sea papas fritas bien doradas;

*la cocción del chivito debe hacerse con la cacerola tapada para que se impregne bien con las hierbas aromáticas, recién al final de la cocción se destapa la olla para que se espese un poquito la salsa

COCIDO MADRILEÑO

Ingredientes: (para 4 personas)

¼ de gallina

200 gr. de morcilla de buey

100 gr. de tocino

1 hueso de jamón (una punta de jamón)

1 hueso de tuétano

200 gr. de garbanzos

1 morcilla

1 chorizo

1 cebolla

¼ de Kg. de patatas

½ col

2 zanahorias

2 dientes de ajo

100 gr. de fideos

2 litros de agua

Sal

Preparación:

Remojar los garbanzos durante 12 horas.

Poner en una olla la carne, los huesos, la gallina y el tocino, añadir el agua fría y salar. Poner a fuego vivo y espumar con una espumadera. Añadir los garbanzos. Antes de echarlos, lavarlos con agua caliente para que no se endurezcan, dejándolos a fuego medio hasta que estén tiernos.

En otra olla cocer la col, las papas, cebolla, zanahorias, chorizo, morcilla y sal.

Colar los garbanzos y las verduras, mezclar los caldos de las dos ollas y hacer la sopa con los fideos.

Freír los ajos y saltear las verduras bien escurridas.

Colocar las verduras en una fuente y carnes con los garbanzos en otra.

Notas: *El cocido ha sido durante siglos el plato nacional, Aunque un especialista, Ángel Muro, recopiló cien variedades, el madrileño es sin duda el más popular.*

Los madrileños lo denominan castizamente “coci” o “piri”, y se dice que su secreto es el agua de Lozoya, que consigue dar el punto a los “gabrieles”, más conocidos por garbanzos. También en forma castiza se le solicita como de “sota, caballo y rey”: la sota corresponde a la sopa, el caballo a los garbanzos con las patatas y verduras, y el rey, a la carne, tocino, chorizo y morcilla.

El rey Alfonso XIII fue un gran impulsor del cocido, envió incluso una receta suya a una revista americana. Y Primo de Rivera celebraba una especie de consejo de ministros en el café Castilla, una vez por semana, con un cocido madrileño.

CORDERITO CON ANANA Y ALMENDRAS

Ingredientes:

2 Kg. de carne de cordero.
200 gr. de almendras
1/2 vaso de azúcar
2 vasos de agua
Aceite
1 vaso de sopa de cebolla
4 cucharadas de salsa de soja
4 cucharas de almendras
2 cucharas de vinagre (de cítrico)
1 lata de ananás cortada en cuadraditos
Sal y pimienta
4 cucharas de salsa de la grasa del corderito
1 cuchara de almidón de maíz
1/2 vaso de vino blanco semi-dulce

Preparación:

Poner en una cacerola 2 vasos de agua, agregar el azúcar, hervir, agregar las almendras y dejar a fuego lento durante 15 minutos. Sacar las almendras y dejarlas secar. Cuando están secas freírlas en aceite caliente hasta que quede apenas doradas. Ponerlas en papel absorbente, pueden prepararse días antes y guardar en un envase de vidrio.

Poner el corderito en una rejilla al horno. Debajo poner un recipiente con agua (para que la grasa caiga en él).

Cubrir la parte de arriba y los costados del corderito con papel de aluminio (para que no se quemé)

Usar horno caliente 250 - 300 grados.

Hornear hasta que la parte de abajo del corderito que dorada.

Sacar del horno, darlo vuelta y cubrir nuevamente con el papel de aluminio. Hornear

En una asadera profunda poner el corderito semi-preparado, cortarlo en trozos de 1,5 cm de grosor.

Agregar la sopa, la soja, el vino blanco y el vinagre, el azúcar y la lata de ananás, la sal y pimienta.

Dejarlo toda la noche en la heladera, cubierto.

A la mañana siguiente agregar las almendras y cubrir la asadera con papel de aluminio. Hornear 3 horas de forma lenta (120 - 150).

Colar el contenido en una olla de tal manera que la salsa quede en ella. Agregar la cucharada grande y llena de almidón de maíz, revolver y verter sobre la salsa. Hervir varios minutos hasta que la salsa se espese un poco.

Verter la salsa sobre el corderito una vez servido en platos.

Servir con arroz saltado en fruta seca (la combinación está bárbara!!!)

ESTOFADO CRIOLLO

Ingredientes: (de 6 a 8 porciones)

12 orejones de durazno
1 cucharada de azúcar
1 y 1/2 kg de peceto o de nalga
4 dientes de ajo
2 nabos (optativo)
2 zanahorias
2 cebollas
2 tomates
1 morrón rojo gordo

4 cucharadas de aceite
2 hojas de laurel
Sal
1 cucharada de pimienta en grano triturada
Caldo en cantidad necesaria
1 ramito compuesto por: tomillo, orégano, romero u otras hierbas
½ taza de vino blanco seco
1 cucharada de extracto de tomate
¼ kg de salchichas de cerdo
¾ kg de papas hervidas

Preparación:

Cubrir los orejones con agua y dejarlos en remojo más o menos 6 horas; luego agregarles el azúcar y hervirlos hasta que estén tiernos, escurrirlos y reservarlos.

A la carne se le debe quitar toda la grasa visible; cortar 3 dientes de ajo por la mitad (retirarles los brotes) y mechar la carne en distintos lados clavándole el cuchillo y enterrando ½ diente de ajo en cada corte.

Dorar la carne por todos lados en el aceite bien caliente, agregar la salchicha cortada en trozos. Agregar el diente de ajo restante, la cebolla bien picada y rehogar todo junto a fuego suave. Incorporar el nabo cortado en cubitos y la zanahoria cortada en rodajas, saltear hasta que comiencen a dorarse; agregar el morrón cortado en cuadrados y saltear unos segundos. Añadir los tomates cortados en daditos y con todo su jugo, el laurel, la sal y la pimienta negra triturada. Cubrir las verduras con el caldo sobrepasándolas más o menos 1cm. y agregar las hierbas; verter el vino, tapar y dejar que hierva a fuego muy suave hasta que la carne esté tierna (más o menos 1 y ½ hora).

Incorporar el extracto de tomate diluido en un poco de agua; añadir durante la cocción chorritos de caldo (si es necesario) para mantener el volumen de salsa, 10 minutos antes de terminar poner los orejones cortados en mitades o en cuartos (si la salsa queda muy líquida dejarla hervir con la cacerola destapada un ratito).

Una vez listo el estofado, cortarlo en rodajas no muy finas y servirlo con toda la salsa, acompañar cada plato con papas hervidas.

Otra variante para acompañar el estofado es con croquetas hechas de la siguiente forma: 1 taza de arroz cocido, ½ taza de salsa blanca espesa, 2 cucharadas de cebolla rehogada, queso rallado, perejil, sal, pimienta y nuez moscada; pasarlas por harina, huevo y pan rallado, fríalas y listo.

Secretitos: **en lugar de picar la cebolla, agregarla entera con un clavo de olor incrustado, una vez cocida, escurrirla, sacar el clavo de olor, picarla y ponerla nuevamente en la salsa;*

**el sabor del estofado puede enriquecerse mechando la carne con trocitos de panceta ahumada magra;*

**si la salsa queda muy líquida puede espesarse agregando 1 cucharada de pan rallado y hacerla hervir suavemente y con la olla destapada hasta que espese.*

FONDUE

Ingredientes: (para 4 personas)

300 c.c. vino blanco seco
00 gr. queso gruyere
200 gr. queso parmesano
1 diente de ajo
4 cucharadas de fécula de maíz
50 c.c. de kirsch licor
nuez moscada
pan cortado en cubitos y dorado
Variantes: pickles, aceitunas, choclitos en vinagre, cebollitas

Preparación:

Frotar una cazuela con un diente de ajo. Dejarlo en el interior para aromatizar.

Calentar el vino blanco, cuando esté caliente agregar el queso, revolver constantemente con una cuchara de madera hasta que se separe el suero del queso y se formen dos soluciones diferentes: por un lado el líquido blanco y por el otro los quesos derretidos y con forma de hilo. Agregar 4 cucharaditas de fécula de maíz disueltas en un poquito de vino blanco y una cucharadita de jugo de limón, revolver hasta que se espese, el kirsch licor y una pizca de nuez moscada.

Es el momento de llevarla a la mesa con una pizca de pimienta molida. La cazuela se coloca sobre el calentador encendido, se pincha un trocito de pan en el tenedor y se sumerge en la fondue, tratando de revolver para que no se quemé el fondo de la cazuela.

Si quedara demasiado espesa alivianar con un poco de vino blanco caliente revolviendo con la cuchara de madera; y si por el contrario, fuera líquida, espesar con un poco de fécula de maíz.

FONDUE DE CARNE**Ingredientes:**

2 kilos de carne cortada (carne, pollo, cerdo)

5 papas medianas

200 c.c. de crema de leche

100 gr. de queso rallado

1 litro de aceite de maíz

Preparación:

Freír los trozos de carne, cortados en cubos, en el aceite de maíz, en una cacerola de acero o de cobre con el interior preparado para cocinar

Una vez que han tomado color colocarlos sobre el calentador en el centro de la mesa.

La carne se acompaña con salsas frías y calientes y con papas cocidas.

Cortar las papas en bastones y cocinarlas en una asadera, cubriéndolas con crema y espolvorearlas con el queso rallado. Gratinar en horno fuerte.

Salsas:

Se pueden comprar ya preparadas: agridulces, chutney, golf, tártara, tomate, pesto, etc.

O también, hacerlas en forma casera.

Hervir en 1/2 taza de vino durante 1 minuto, 1 cucharada de orégano, 1 cucharadita de cebollín y una cucharadita de perejil, dejar enfriar y mezclar con 4 cucharadas de mayonesa.

Mezclar 4 cucharadas de mermelada de damascos o duraznos con 2 cucharadas de mostaza, 1/2 cucharada de vinagre.

Licuar el contenido de una lata de morrones y mezclarlo con mayonesa y queso crema a gusto.

GUASCHA LOCRO**Ingredientes:** (para 4 porciones)

8 choclos tiernos

1 y 3/4 litros de caldo

1/2 kg de zapallo amarillo

3 cucharadas de grasa de pella derretida

1 ají

1 cebolla

2 cebollas de verdeo

ají picante, pimentón, sal

Preparación:

Desgranar los choclos y ponerlos en una cazuela u olla con el caldo y el zapallo cortado en cubitos pequeños, cocinar hasta que los granos de choclo estén tiernos.

Freír en la grasa caliente el ají, la cebolla y las cebollas de verdeo, todo picado; agregar el ají molido, el pimentón y revolver para que no se pegue, hasta que la grasa tome color.

En el momento de servir, agregar el zapallo y los granos de choclo; debe quedar algo caldoso.

Servir en platos soperos (si se desea, se puede agregar durante la cocción daditos de carne).

GUISITO DE CORDERO

Ingredientes: (de 6 a 8 porciones)

250 gr. de harina

polvo para hornear

1 yema

sal

100 gr. de manteca

1 kg. de pechito de cordero

1 cda. de manteca

100 gr. de panceta ahumada magra

1 cebolla

1 morrón

2 zanahorias

200 gr. de champiñones

100 gr. de aceitunas verdes

¼ kg de tomates

4 cdas. de aceite

4 cdas. de aceite

3 dientes de ajo

3 dientes de ajo

¼ kg de salchicha de cerdo

1 blanco de apio

3 cebollas de verdeo

½ taza de vino blanco seco

1 ramito compuesto de laurel, orégano y tomillo

1 cda de perejil picado

1 cda de fécula de maíz

2 fideos macarrones cortos

1 huevo batido

Preparación:

Para hacer la masa, tamizar la harina junto con la sal y el polvo para hornear sobre la mesa; hacer un hueco en el centro y colocar allí la manteca y la yema, mezclar los ingredientes del centro agregándoles 4 cucharadas de agua fría, unir todo rápidamente hasta formar un bollo tierno; si hiciera falta, añadir un poco más de agua fría. Estirar 2/3 de la masa sobre la mesa bien enharinada; forrar con la masa una cazuela enmantecada y enharinada y terminar de estirar la masa con los dedos, no recortar el sobrante de la masa todavía, llevar la cazuela a la heladera junto con el tercio de masa que quedó envuelta en un polietileno.

Para el guiso, cortar en pequeñas porciones el pechito de cordero; sazonarlo bien y dorarlo en una cacerola con el aceite y la manteca bien caliente, agregar la panceta sin cuerito y cortada en cubitos. Cuando la panceta esté transparente agregar los dientes de ajo y la cebolla bien picados, agregar la salchicha en trozos y cuando esté dorada, agregar el morrón cortado en cuadraditos, el blanco de apio sin las nervaduras cortado en fina juliana, las zanahorias en cubitos, las cebollas de

verdeo picaditas y los champiñones cortados por la mitad. En éste momento debe bajarse el fuego y agregar el vino, los tomates picados y las hierbas, dejar hervir hasta que la carne está tierna y la salsa espesa (si hiciera falta ir agregando vino para mantener el volumen de la salsa).

Una vez que la carne está tierna, retirar el ramito de hierbas y espesar la salsa un poquito más con la fécula de maíz (disuelta en un poquito de agua fría), agregar las aceitunas descarozadas y el perejil.

Dejar enfriar la preparación y luego rellene con él el molde forrado con la masa; estirar la masa restante, pintar con huevo batido el borde de la masa y cubrir el guiso, terminando de armar el pastel, presionar ambas capas de masa y recién ahí corte el sobrante de masa con un cuchillo dejando margen para hacer un repulgo. Pintar con huevo la masa y llevarla al horno hasta que se dore.

GUISO CARRERO

Ingredientes: (6 porciones)

¾ kg. de nalga

1 taza de harina

Sal, pimienta, laurel, pimentón, orégano, ají molido

2 cebollas

2 zanahorias

2 morrones

1 lata de tomates al natural

6 cda. de aceite

2 cubitos de caldo de verduras

4 tazas de agua caliente

¼ kg. de arvejas frescas

2 dientes de ajo

1 cda. de azúcar

4 papas medianas

¼ kg de zapallo o calabaza

1 taza fideos dedalitos medianos (guiseros)

1 cda. de extracto de tomate

Preparación:

Calentar el aceite en una cacerola grande y rehogar la carne, cortada en cubos y enharinada (sazonada con sal y pimienta), controlar que no se queme el fondo de cocción; incorporar las cebollas picadas finamente, las zanahorias cortadas en cubitos y el morrón cortado en tiras finas, rehogar hasta que la cebolla esté transparente.

Añadir los tomates picados con todo su jugo, los cubitos de caldo desmenuzados y una hoja de laurel. Agregar el agua caliente a fuego fuerte hasta que la salsa rompa el hervor, bajar la llama y dejar hervir alrededor de una hora (hasta que se consuma la mitad del líquido).

Transcurrido el tiempo necesario, agregar en la olla las papas cortadas en cuartos, el zapallo cortado en cubos y cuando retome el hervor incorporar los fideos y dejar hervir hasta que las papas, el zapallo y los fideos estén cocidos. Si hiciera falta, agregar agua caliente, seguir hirviendo con la cacerola destapada hasta que el guiso espese.

A último momento agregar las arvejas (previo a esto, desgranar las arvejas y hervirlas con el laurel, los dientes de ajo y el azúcar hasta que estén tiernas) y el extracto de tomate disuelto con el pimentón en un poco de agua fría. Dejar que el guiso retome el hervor y sazonarlo con el orégano y el ají molido.

Secretitos: *los fideos se pueden reemplazar por igual cantidad de arroz, previamente lavado con agua fría hasta que el agua salga fría;*

Si decidió utilizar arroz, apagar el fuego cuando los granos estén al dente, tape la olla y dejar reposar 7 minutos antes de servir.

La carne de vaca se puede reemplazar por carré de cerdo previamente desgrasado; En lugar de arvejas puede agregar al guiso porotos de manteca frescos o secos, si son secos re-mojados desde la noche anterior y luego hervidos.

GUISO DE MONDONGO

Ingredientes: (de 6 a 8 porciones)

1 kg. de mondongo
½ cda. de sal gruesa
2 cebollas
2 tomates grandes
2 morrones
2 dientes de ajo
2 zanahorias
4 papas
½ taza de vino blanco
20 gr. de hongos secos
3 cdas. de aceite
3 cubitos desmenuzados de caldo de verduras
Sal, pimienta, laurel, pimentón, ají molido, orégano, perejil
1 lata de garbanzos
100 gr. de queso rallado

Preparación:

Hervir, en abundante agua con ½ cda. de sal gruesa y 1 hoja de laurel, el mondongo (bien lavado y sin grasa, cualquier parte oscura que pudiera tener, también desecharla) hasta que al pincharlo esté tierno.

Rehogar en aceite bien caliente, la cebolla picada, el morrón cortado en tiritas y los ajos cortados en láminas; agregar el laurel y las zanahorias cortadas en rodajas, saltearlas hasta que se doren un poquito. Incorporar el mondongo cortado en tiritas, agua caliente (que sobrepase el mondongo más o menos 2 cm), los cubitos de caldo, dejar sobre el fuego suave hasta que rompa el hervor.

Agregar las papas cortadas en trozos grandes, los hongos (previamente remojados en el vino entibiado antes), y el vino del remojo colado; condimentar con el pimentón, el ají molido, el orégano, salpimentar agregar los garbanzos.

Dejar hervir despacio durante unos 40 minutos (hasta que las papas estén cocidas). Una vez cocido, mezclarlo con el perejil picado, servir bien caliente espolvoreado con queso rallado.

Secretitos: *Si no consigue mondongo tiernizado (precocido), limpiarlo y dejarlo 2 horas en agua con jugo de limón; luego hervirlo hasta que esté bien tierno;*

Si gusta de la combinación dulce-salado, agregar 1 puñado de pasas de uva sin semillas; Los garbanzos se pueden reemplazar por igual cantidad de porotos de manteca.

GUISO DE TRIGO RIOJANO

Ingredientes: (para 10 personas)

500 gr. de trigo pelado
1 kilo de cuadril o paleta
2 cebollas
250 gr. de tomates
250 gr. de zanahoria
2 ajíes morrones

2 dientes de ajo picados

Perejil, sal, pimienta, aceite, ají molido, comino, pimentón, y laurel

Preparación:

Se pone a remojar el trigo previamente unas 8 horas más o menos. Luego, se corta la carne en trozos pequeños y se la saltea en aceite con laurel o, si se prefiere, salvia. A los cinco minutos se agrega el tomate picado, la zanahoria en juliana, el ají y la cebolla (todo bien picadito). Se revuelve bien con una cuchara de madera para que todos los sabores se entremezclen.

Condimentar con la sal, el comino y la pimienta. Dejar cocinar con el trigo, pero agregar junto con el trigo un poco de agua caliente para hacer un guiso caldoso. Se deja a fuego lento y, casi al final de la cocción, a los 45 minutos aproximadamente, agregar el pimentón.

Cuando se apaga el fuego, se espolvorea la superficie con ajo y perejil bien picadito.

Nota: este mismo guiso se puede hacer con arroz o con fideos guiseros en vez de trigo.

GUIISO DE LENTEJAS

Ingredientes:

500 gr. de lentejas

500 gr. de panceta ahumada magra

2 zanahorias

2 chorizos colorados

1 morrón rojo, grande

1/3 de taza de aceite

2 cebollas, picadas

2 hojas de laurel

2 latas tomates

3 cubitos de caldo de verduras

Sal, pimienta, orégano, pimentón

Conserva de tomates

4 rodajas de pan lácteo

1/4 de taza de aceite de oliva

2 dientes de ajo, triturados

Preparación:

Remojar las lentejas en abundante agua toda la noche. Al otro día deseche las que flotan, cambie el agua y hervirlas hasta que estén tiernas.

Cortar la panceta en tiritas, las zanahorias en rueditas, el chorizo colorado en rodajas y el morrón en tiras.

Calentar el aceite en una cacerola y rehogue las cebollas picadas.

Agregue los ajos triturados, las tiras de morrón y las rueditas de zanahoria. Revolver con cuchara de madera hasta que la cebolla esté translúcida.

Incorporar entonces las hojas de laurel, las tiritas de panceta y las rodajas de chorizo colorado.

Cuando note que la panceta está translúcida, incorpore el tomate bien picadito y con todo su jugo, en cuanto hierva la salsa, incorpore las lentejas y el caldo preparado con cubitos, en cantidad necesaria para sobrenadarlas medio centímetro, dejar hervir despacito, con la olla destapada, hasta que el líquido se reduzca y forme una salsita espesa, si se redujera demasiado, vaya agregando caldo durante la cocción.

Una vez a punto, sazone el guiso con sal, pimienta, el orégano, más el pimentón y la conserva de tomate disueltos por separado en un poco de agua.

Revuelva hasta que hierva y sirva en cazuelitas, clavando en los bordes rectángulos de pan tostado el ajo.

HUASCHIO HUASCHA LOCRO

(En quechua, Casi Locro)

Ingredientes:

6 choclos grandes
2 tazas de porotos alubia
500 gr. de zapallo o calabaza
500 gr. de batatas
3 cebollas de verdeo
Pimentón dulce
3 cucharadas de grasa de pella
Ají picante
2 litros de caldo aproximadamente.

Preparación:

Se cortan los choclos en rodajas finas y se ponen en la cacerola con el zapallo cortado en cubos en 2 litros de caldo. Se cocina a fuego suave. Aparte, se cocinan las batatas y los porotos, que han sido previamente remojados. Cuando están cocidos se cuelean y se incorporan al cocido de choclos, continuando la cocción de modo tal que el caldo termine con consistencia espesa.

Por otra parte se fríe cebolla de verdeo cortada finita en la grasa de pella y a la que se condimenta con sal, ají picante y pimentón. Esta es una salsita que acompaña este Casi Locro -no tiene carne- y al locro en general.

Nota: el locro no es otra cosa que una sopa y la palabra es de origen quechua. La preparación de este plato, aparte del remojo previo de los porotos es de 1/2 hora y el tiempo de cocción es de 1 hora.

HUMITA EN CHALA

Ingredientes: (para 12 humitas)

18 choclos
1 y 1/2 cucharada de grasa
1 taza de azúcar
1 taza de leche

Preparación:

Separar los choclos de las chalas, limpiarlos y lavarlos, pasarlos por un rallador fino.

Freír una cebolla en la grasa, agregar el choclo rallado, el azúcar y sazonar con sal mezclado hasta que tome un tono dorado; agregar la leche y cocinar a fuego suave para que el grano se cocine y espese y tenga una consistencia de pasta, dejar enfriar, tomar 2 hojas de chala colocar cruzadas y el medio poner dos cucharadas del maíz en pasta.

Cortar tiras de chala de 2 cm. y atar las humitas como paquetes (esta operación de envolver se hará con cuidado para que al cocinarse el agua no penetre en el relleno).

Colocar en una cacerola con agua caliente, y cocinar 30 minutos a fuego suave, al tocarlas se nota que el relleno ha endurecido y las humitas están listas.

HUMITA SANTIAGUEÑA

Ingredientes:

24 choclos grandes
2 cucharadas de grasa de vaca
2 tomates

2 cebollas
2 ajíes morrones (en lo posible colorados)
2 tazas de leche
Pimentón
Azúcar
Canela
Sal y pimienta

Preparación:

Rallar el choclo, picar la cebolla, el ají y el tomate bien finito.
Freír en la grasa la cebolla, el ají y el tomate paso a paso cada ingrediente hasta lograr la salsa y condimentar a gusto una vez que la misma tome cocción. Entonces, se agregan los choclos rallados y la leche, mezclando bien y cocinar a fuego suave hasta lograr el punto de cocción del choclo, siempre revolviendo la mezcla para evitar que se pegue.

LOCRO TUCUMANO

Ingredientes:

1 Kg. de maíz blanco partido
1 Kg. de porotos de manteca
1 Kg. de mondongo limpio
1 Kg. de tripa gorda
1 rabo
½ kilo de tapa de asado
2 patitas de cerdo
1 o 2 chorizos colorados
250 gr. de panceta salada con mucha carne y poca grasa
2 Kg. de zapallo criollo, el de cáscara gris y pulpa bien amarilla
Comino recién molido
Sal, pimienta, comino
1 cebolla de verdeo, parte verde
1 cucharada de ají molido
aceite

Preparación:

Lavar el maíz y los porotos, limpiar y cortar en tiras el mondongo y la tripa en rodajas; colocar todo en una cacerola con 4 litros de agua y cocinar a fuego fuerte 4 horas revolviendo cada tanto. A la hora de cocción agregar los rabos cortados en trozos, la tapa de asado en cubos grandes y las patitas en trozos chicos; salar. Pinchar los chorizos y cocinarlos en otra olla con agua junto con la panceta alrededor de 25 minutos.

Retirar, dejar enfriar y cortar los chorizos en rodajas y la panceta en bastoncitos, pelar el zapallo, cortarlo en trozos y hervirlo 30 minutos. Colarlo, pisarlo y mezclarlo con la panceta y el chorizo. Una vez que pasaron las 4 horas de cocción del maíz, incorporar la mezcla de zapallo y cocinar 10 minutos más; mezclar, probar, salpimentar y agregar el comino recién molido.

Se puede servir con una salsita aparte para que cada comensal condimente el locro a gusto.

Picar el verdeo, agregar el ají molido, salpimentar y cubrir con el aceite. Esta salsita se llama "ají frito o grasita roja", si se hace frita, claro.

Si quiere ahorrar tiempo prepare el locro de esta otra manera: remojar 12 horas los porotos y darle apenas un hervor a todas las carnes, luego, partiendo de agua fría, cocinar todos los ingredientes juntos unas 2 horas.

LOCRO CON PATITAS DE CORDERO

Ingredientes:

½ kilo de maíz pisado
6 patitas de cordero
½ kilo de huesitos de cerdo salados
1 kilo de falda
½ kilogramo de panceta salada
2 chorizos colorados
2 chorizos blancos
1 kilo de porotos pallares
½ kilo de zapallo
½ kilo de batatas
Sal pimienta y condimentos a gustos

Preparación:

Remojar el maíz pisado en 4 litros de agua, hasta el día siguiente.

Al otro día cámbiele el agua del remojo y hágalo hervir junto con 6 patitas de cordero limpias y cortadas por la mitad a lo largo.

Cuando el maíz esté a medio cocer, los huesitos de cerdo salados y previamente lavados bajo la canilla. Deje hervir despacio media hora, revolviendo de a ratos con cuchara de madera y agregándole chorritos de líquido. Agréguele la carne cortada en trozos y la panceta salada, lavada y cortada en tiras anchas. Vigile la consistencia de la preparación y échele (o no) chorros de agua caliente para que mantenga la consistencia de un sopón espeso.

Por último, agréguele 2 chorizos colorados y 2 blancos cortados por la mitad, los porotos pallares cocidos, el zapallo y las batatas cortadas en trozos, además agua suficiente para que estos últimos ingredientes se cocinen. Rectifique el sazonamiento si hiciera falta y sírvalo como de costumbre, ofreciendo aparte la salsita picante y deliciosa.

LOCRO CRIOLLO TIPO RIMOLDI

Ingredientes:

1 Kg. maíz blanco partido
1 Kg. de porotos blancos
½ Kg. carne de cerdo
200 gr. de panceta
500 gr. de carne de ternera
3 chorizos comunes
2 chorizos españoles
1 Kg. de asado de tira
250 gr. de zanahorias
250 gr. de zapallo
1 cucharada de pimentón
1 cucharada de pimienta
250 gr. de papas
250 gr. de batatas
500 gr. de repollo
1 taza de aceite de oliva
Sal
1 cabeza de ajo
1 cucharada de pimentón
1 cucharada de ají molido
Cebolla de verdeo picada

Preparación:

Poner a remojar la noche anterior el maíz y los porotos en bastante agua.

En esa misma agua, al día siguiente, poner a hervir, junto con los porotos y el maíz, los chorizos enteros, pues se cortan en trozos al servir, la panceta cortada, la carne de vaca cortada en daditos, las costillas de cerdo. No se echa sal, salvo que al final haga falta. Debe hervir unas diez horas o hasta que espese, mezclando con cuchara de madera para que deshaga el poroto y no se pegue en el fondo.

A las siete horas de hervir agregar el maíz blanco y los porotos restantes, las verduras cortadas en dados y la cucharada de pimentón.

Para la salsa machacar el ajo pelado, agregar el aceite, pimienta, ají molido, sal y pimentón (debe quedar bien picante).

Servir con cebolla de verdeo picada.

EI LOCRO DEL TATA

Ingredientes: (6 porciones)

500 gr. de porotos pallares

1 kg de maíz blanco pisado

1 gallina o pollo

1 kg de huesitos de cerdo salados

500 gr. de panceta salada magra

3 morrones grandes

4 chorizos blancos

4 chorizos colorados

Pimienta

500 gr. de cebolla de verdeo

1 taza de aceite

Laurel, pimentón dulce, ají molido, sal fina y gruesa

½ taza de caldo

Preparación:

El día poner en remojo los porotos en abundante agua durante toda la noche, al otro día separar los que estén flotando, renovarles el agua y hervirlos hasta que estén tiernos; el maíz pisado hay que ponerlo en una cacerola cubrirlos con abundante agua y dejarlos hasta el día siguiente, al otro día escurrir el maíz y ponerlo a hervir con abundante agua a fuego fuerte (tener aparte agua caliente para ir agregando durante la cocción).

Cuando el maíz esté a medio cocer, agregar las presas de gallina o pollo y si hace falta, más agua para cubrirlas bien, incorporar los huesitos de cerdo (bien lavados) junto con la panceta cortada en tiras, agregar los morrones cortados en cuartos, los chorizos blancos y los colorados en tiras gruesas y los porotos pallares cocidos. Añadir agua caliente con el fin de que los ingredientes queden bien cubiertos, de vez en cuando hay que revolver con una cuchara de madera así no se pega. Cuando el maíz esté cocido sazonar con sal y pimienta (no mucha).

Para la salsa picante, calentar el aceite en una sartén, agregar el laurel y las cebollas de verdeo picadas bien chiquitas, saltéelas sin que se marchiten, remojar el pimentón en el caldo y agregarlo en la sartén junto con el ají molido. Revolver, con cuchara de madera, la mezcla sobre fuego suave hasta que la salsa espese un poquito, allí estará lista, retirar las hojas de laurel y colocar en una salsaera.

Servir el locro en platos soperos y la salsa aparte, de ese modo cada cual le pondrá a su gusto.

Secretitos: **Cuando se agrega el pimentón a la salsita picante, es conveniente retirar la sartén del fuego y remojar previamente la especia en agua fría así no se quema;*

**Si no consigue los huesitos de cerdo, puede prepararlos usted: se necesita pechito de cerdo, cortarlo en trozos siguiendo las costillas, ponerlos en una fuente que no sea de metal, y cubrirlos con*

sal. Mantenerlos en la heladera 4 o 5 días, escurriendo y desechando el jugo que suelten, darlos vuelta cada tanto y volverlos a salar.

LOCRO DE TRIGO

Ingredientes: (para 6 porciones)

500 gr. de trigo pelado
1 kg de falda
Algunos huesos de cerdo salado
Tripa gorda (optativo)
4 chorizos cortados en trozos
150 gr. de panceta en trocitos
250 gr. de porotos cocidos
25 gr de grasa de pella
1 cebolla picada
1 ají picado
pimentón

Preparación:

Poner el trigo en una olla grande, cubrirlo con agua y cocinar hasta que el trigo reviente y este algo cocido, añadir la carne en trozos, los huesos de cerdo, la tripa gorda, los chorizos y la panceta, cocinar revolviendo de vez en cuando con cuchara de madera para que no se pegue, sazonar a gusto y añadir los porotos.

Dorar en la grasa de pella caliente la cebolla y el ají, incorporar el pimentón y verter en el locro. Servir en cazuelas.

LOCRO MISIONERO

Ingredientes:

250 gr. de maíz picado
500 gr. de carne y menudencias
750 gr. de mandioca
750 gr. de batatas
400 gr. de zanahorias
400 gr. de repollo
400 gr. de cebolla
Pimentón dulce, ají molido, perejil, orégano
4 chorizos
2 litros de agua

Preparación:

Remojar el maíz durante la noche anterior a la realización del plato, cambiar el agua de remojo y poner a hervir en 2 litros de agua con la carne cortada en trozos y dejar cocinar hasta que hierva, incorporar entonces la mandioca, batata, zanahorias, cebolla y repollo cortados en trozos, condimentar con el ají molido, sal, pimienta y pimentón, cocinar a fuego lento y cuando están las hortalizas casi a punto, incorporar los chorizos también cortados en trozos.

Finalmente, espolvorear con orégano y perejil picado.

Servir bien caliente y con vino tinto.

LOCRO PUNTANO

Ingredientes:

250 gr. de porotos
250 gr. de maíz blanco o amarillo en granos
500 gr. de huesos y cuero de cerdo
500 gr. de carne vacuna (sin hueso)
Grasa de cerdo
1 Cebolla grande;
1 o 2 chorizos
Sal, ají molido, pimienta, orégano, pimentón, a gusto.

Preparación:

Se remojan los porotos y el maíz unas 8 horas previo a la preparación de este plato. En una olla se pone una buena cantidad de grasa de cerdo como para hacer una salsa. Cuando la grasa está caliente y derretida, se le agregan los porotos, el maíz y el agua de remojo que tenían los mismos. Luego de una hora de cocción con la olla tapada y a fuego suave, se le incorporan los huesos de cerdo, el cuero cortadito, la carne vacuna trozada, el chorizo cortado en rodajas y se revuelve lentamente. Cuando está espeso y a punto, se le agrega la sal, la pimienta, el orégano y el ají. Aparte, se prepara una salsa con la cebolla picadita en grasa de cerdo. Cuando la cebolla está doradita, se le añade el pimentón para darle gusto y color. El locro se sirve en platos hondos. Sobre la mezcla se pone la salsa de cebolla y pimentón y trozos de queso criollo o fresco.

LOCRO RIOJANO

Ingredientes:

500 gr. de maíz blanco, picado
250 gr. de porotos comunes o de manteca
1 kilo de carne (vacío, grano de pecho o falda)
Tripa gorda y chorizos
1 kilo de zapallo criollo bien amarillo
2 o 3 cebolla de verdeo
Salo, perejil bien picado, ají picante y pimentón
Grasa de pella o aceite para hacerla fritura, cantidad necesaria.

Preparación:

Lavar y poner a remojar el maíz y, aparte, los porotos la noche anterior. Por la mañana, enjuagar el maíz y los porotos. Poner a hervir por un lado los porotos y, una vez que rompan el hervor, tirar el agua de este cocido y agregarlos al agua de cocción del maíz. Cuando ya estén hirviendo, se echa la sal (nunca antes porque los porotos se endurecerían) y se dejan cocinando por 2 horas más. En este momento se incorpora la carne en un pedazo. Media hora después (la cocción debe hacerse a fuego medio cuando se incorporan los ingredientes y bajar la llama a mínimo cuando destella el primer hervor) se agrega el zapallo con cáscara, conviene hacerlo junto con la sal, se agregan la tripa gorda en un pedazo y los chorizos enteros. Cuando están a punto el maíz y los porotos se retira la olla a fuego muy suave. Se sacan la carne, la tripa y los chorizos y se cortan en trozos muy pequeños. Se saca el zapallo y se le quita la cáscara y se vuelve a poner en la olla mezclando hasta que se desintegra. Aparte, en una sartén se prepara la fritura con la que cada comensal sazonará su plato. La misma se hace con una cucharada de grasa de pella o de aceite en cantidad necesaria como para freír

la cebolla de verdeo bien picado con los condimentos de sal, ají molido y pimentón a gusto para espolvorear, cuando ya está lista con el perejil bien picado.

Algunos acostumbran colocar sobre la fritura que acompaña cada plato un trozo de queso criollo, fresco o quesillo.

LOMO DE CERDO ESTILO VASCO

Ingredientes: (Para 4 personas):

1 kilo de lomo en un trozo

150 gr. de manteca

¼ litro de leche

2 dientes de ajo

Pimienta blanca

Sal a gusto

Preparación:

Poner el lomo en una olla de fundición con manteca de cerdo y que se dore bien por todos los lados. A continuación regarlo con la leche hasta que quede cubierto, añadiéndole la pimienta blanca, dejarlo hacer lentamente, y tapado.

Estará en su punto cuando la leche cambie de color y quede espesa.

Servir el lomo en rodajas y rociarlo con la salsa muy caliente.

MATAMBRE DE POLLO “DOÑA ELSA”

Ingredientes: (para 4 personas)

1 Pollo deshuesado

4 Cucharada de vinagre

4 Cucharada de aceite (el que más le agrade)

4 Morrónes pelados

2 Quesos fundidos tipo gruyere

1/2 Taza de queso gruyere rallado

3 Hojas de laurel

1 Cebolla

Sal, pimienta, pimentón, orégano, nuez moscada, estragón, romero y albahaca

Preparación:

Estire el pollo y recórtelo lo más parecido a un rectángulo, con lo que sobra píquelo y desparrame sobre el pollo, luego rocíelo con vinagre y espolvoree con sal, pimienta, pimentón y nuez moscada. Aparte caliente el aceite y rehogue el morrón junto con el estragón, el romero y la albahaca, cuando esté bien rehogada extienda sobre el pollo, luego cubrirlo con el queso cortado en rodajas y el queso rallado

Enrolle el pollo, cósale los bordes, átelo con un piolín y envuélvalo con un lienzo y átelo. Cuando el agua esté hirviendo póngalo con las cebollas cortadas al medio y el laurel hasta que esté cocido (aproximadamente 1h), cuando lo retire escúrralo bien y llévelo a la heladera hasta que esté bien frío y recién ahí retire el lienzo, desátele y retire el hilo de la costura.

MONDONGO

Ingredientes: (para 6 porciones)

1 kilo de mondongo (panza) limpio
Agua
2 cebollas
4 zanahorias
1 cucharada de perejil picado
1 diente de ajo
1 hoja de laurel
1 repollo
1 taza de porotos de manteca remojados
1 taza de vino blanco;
Sal, pimienta en grano;
4 lonjas de tocino frito

Preparación:

Poner el mondongo a hervir durante 2 horas; dejar enfriar en el agua de cocción, cortarlo en tiras. En una cacerola grande colocar, las cebolla, zanahoria, ajo, perejil, laurel. Colocar una capa de mondongo, otra capa de repollo cortado fino, otra capa de mondongo y los tomates, verter el vino, los porotos, salpimentar y tapar la cacerola. Cocinar a fuego muy suave durante dos horas, y al final agregar el tocino frito.

PERDICES EN ESCABECHE

Ingredientes:

3 perdices, peladas, desvisceradas y cortas en cuartos
1 taza de aceite
2 cebollas cortadas en juliana
3 zanahoria cortadas en rodajas
1 hoja de laurel
1 cucharadita de tomillo
1 ramita de romero
pimienta en granos
1 vaso de vinagre
3 vasos de agua
1 limón en rebanadas
sal

Preparación:

Salpimentar las perdices.
En una cacerola calentar el aceite y en ésta dorar las perdices, agregar la cebolla, zanahoria, laurel, tomillo, pimienta en granos, un vaso de vinagre y tres vasos de agua.
Tapar la olla y seguir cocinando hasta que las perdices estén blandas. Rectificar la sal, retirar del fuego y agregar los limones.
Opción: Pueden consumirse calientes o también después de unos días.

POLLO A LA CERVEZA

Ingredientes:

1 pollo chico
1 porrón de cerveza blanca

200 gr. De crema de leche
50 gr. De manteca
tomillo
4 cebollas de verdeo cortadas en rodajas con sus hojas

Preparación:

Quitarle la piel al pollo, cortarlo en presas, salpimentarlo y rociar con tomillo.

Derretir la manteca, colocar las presas, cubrirlas con la cebolla, agregar la cerveza previamente entibiada, cocinar ½ hora a fuego suave. Agregar la crema, revolver y seguir cocinando 15 minutos más.

Constatar si el pollo está cocido. Si queda con jugo de mas, agregar ½ cucharada de fécula de maíz previamente disuelta en agua fría.

Servir acompañado con rodajas de camotes asados al horno.

PUCHERO CRIOLLO

Pertenece a la cocina heredada de los españoles. Es lo que ellos llamaban cocido, pero los ingredientes varían, y en esto tiene que ver con los elementos son más fáciles de adquirir en cualquier lugar. En otros tiempos el puchero era la comida del pobre; los criollos no incorporaban cereales ni legumbres en esta comida; sólo carne y verduras.

Ingredientes:

1 kilo de carne vacuna (caracú, osobuco, chiquizuela o rabo)
2 o 3 zanahorias
1 o 2 cebolla en cuartos
½ repollo
Apio
1 o 2 puerros
1 morrón
1 kilo de papas
1 kilo de batatas

Preparación:

Se pone a hervir agua con sal y luego se echan las presas de carne y después las hortalizas y se continúa la cocción, incorporando papas y batatas hasta que estén tiernas.

Se puede hacer puchero de otro tipo de carnes como cordero, cerdo y liebre, también se pueden combinar dos tipos de carne. Es cuestión de gustos. El criollo no incorpora legumbres, las reserva generalmente para el locro.

PUCHERO DEL MILLO

Ingredientes: (para 6 u 8 personas)

¼ Kg de panceta salada
2 Chorizos
2 Chorizos colorados
6 Bifes de osobuco
6 Bifes de espinazo
1 y 1/2Kg de asado
1 Kg. de falda deshuesada
3 Choclos

6 Papas medianas
6 Batatas medianas
3 Zanahorias
1 Ají verde
1 Ají rojo
2 Cebollas
100 gr. de porotos
100 gr. de garbanzos
Sal gruesa, pimienta negra y pimentón
1 Atadito con dos ramitas de apio, dos de cebolla de verdeo, una de albahaca y una de orégano

Preparación:

En una olla grande colocar agua a calentar, cuando esté pasada de tibia, agregar toda la carne y dejar cocinar 10 minutos; luego agréguele los chorizos, la panceta, las zanahorias, las cebollas cortadas al medio y los choclos. Cuando vea que la carne está media cocida (la pulpa se desprende del hueso), agréguele las papas, las batatas, los ajíes y el atadito de verdura.

Aparte hervir los porotos y los garbanzos por separados (hay que dejar reposar 24hs previamente), agréguele sal a gusto.

Presentación: Retire el atadito de verdura y en dos fuente coloque por un lado la carne y por el otro las verduras agregándole aceite de oliva, pimienta negra recién molida y pimentón.

Por el otro lado coloque por separado los porotos y los garbanzos en ensaladeras..

PULPO A LA GALLEGA

Ingredientes:

1 kilo de pulpo (pueden ser pulpos chicos)
3 dientes de ajo (aplastados)
½ taza de aceite de oliva
1 cucharada de pimentón (paprika)
Sal
Pimienta negra molida (fresca)
12 tazas de agua
1 hoja de laurel
½ cebolla pelada sin cortar
4-6 semillas de pimienta negra
Racimo de perejil
Sal

Preparación:

Se limpia el pulpo sacándole todo el desperdicio incluyendo los ojos, se le cortan las puntas a los tentáculos, luego se ablanda la carne golpeándola contra una tabla de picar u otra superficie dura. Poner a hervir el agua en una olla grande, sumergir el pulpo en el agua hirviendo y sacarlo inmediatamente. Repetir el procedimiento dos veces más.

Dejar que el agua hierva de nuevo y agregar el resto de los ingredientes del caldo, volver a poner el pulpo en la olla, cubrir y dejar cocinar a fuego lento hasta que el pulpo este tierno (puede llevar hasta 3 horas).

Una vez que el pulpo este cocinado dejarlo escurrir y enfriar, luego se corta el pulpo en pedazos del tamaño de un bocado. En un recipiente de paredes altas mezclar el ajo, el aceite, el pimentón, la sal y la pimienta. Agregar los trozos de pulpo y servir a temperatura ambiente.

SOPA DE CABEZA DE DORADO

Ingredientes:

1 cabeza de dorado
2 hojas de laurel
1 puerro
3 tronquitos de apio
1 zanahoria
1 cebolla
1 diente de ajo
Arroz, cantidad necesaria
1/2 kg de queso mantecoso
Sal, a gusto

Preparación:

Preparar el caldo con la cabeza de dorado, las hojas de laurel, el puerro, el apio, el ajo, la cebolla y la zanahoria. Dejar hervir durante 30 minutos. Luego retirar del fuego y colar.

La cabeza de dorado tiene mucha carne, que una vez hervida puede separarse con facilidad. Seleccionar la mayor cantidad posible de la misma e incorporarla nuevamente al caldo.

Colocar el caldo otra vez sobre el hervor incorporar el arroz.

Se calcula una cucharada por persona.

A los 20 minutos el arroz estará cocido. Cortar el queso mantecoso en cubos pequeños.

Servir la sopa y luego agregar en cada plato una cucharada de cubos de queso mantecoso.

TAMALES

Ingredientes:

1.250 gr. kilo de nalga 1
250 gr. de carré de cerdo desgrasado
200 gr. de grasa o margarina
3 puerros picados muy finos
3 cebollas de verdeo picadísimas
Pimentón, ají molido, comino, sal y pimienta
2 huevos duros
Pasas de uva sin semilla
24 Chalas de choclo grandes (el doble si son chicas)
400 gr. de harina de maíz
250 gr. de zapallo o calabaza (hervido)
Sal, pimentón un gr.

Preparación:

Si quiere preparar humita y no consigue choclo fresco para usar las chalas, sívalas en cazuelas. Preparar el picadillo de choclo bien cremoso y condimentado, agregando chorritos de leche durante la cocción. Distribuya en cazuelas, espolvoree con azúcar molida y quémela con una planchita de hierro al rojo vivo, o póngalas en el grill del horno para gratinar la superficie hasta que queden bien acarameladas.

Si la harina de maíz fuera muy gruesa, dele unas vueltas en la procesadora para hacerla bien fina. Reserve.

Quítele la grasa a las carnes de vaca y de cerdo, y píquelas fino pero a cuchillo, reservar.

Derrita los 100 gramos de grasa (o margarina) en una sartén y rehogue los puerros y las cebollitas de verdeo, picadísimos, hasta que estén translúcidos.

Agregue la carne de vaca y la de cerdo y mezcle con cuchara de madera hasta que se noten coci-

das (cuando cambien de color).

Remoje el pimentón en un poco de agua fría, agréguelo a la sartén, mezcle bien con cuchara de madera y retire del fuego. Vuelque todo en un bol.

Condimente las carnes con el ají molido, comino, más sal y pimienta a gusto.

Partir los huevos duros por la mitad, aplástelos con un tenedor y agréguelos al picadillo del bol junto con las pasas de uva. Mezcle bien, deje enfriar y reserve.

Si la harina de maíz fuera muy gruesa, dele unas vueltas en la procesadora para hacerla bien fina. Reserve.

Para la pasta de maíz coloque la harina de maíz sobre la mesa, con un colador de malla fina tamice sobre la harina el zapallo cocido y sazone con sal a gusto y el pimentón, amase mientras le va incorporando de a trocitos grasa o margarina, a gusto, alternan chorritos de caldo trata de obtener pasta espesa pero húmeda y maleable pero que no se pegote.

Para la preparación de chala, separe 4 chalas y rómpalas a lo largo en tiras finas, a fin de atar luego los tamales con ellas. Si algunas tiras resultaran chicas añádalas con un nudito.

Para armar y cocinar elija dos chalas grandes y encímelas formando una cruz. Coloque 1 o 2 cucharadas de la pasta de maíz (formando un cuadradito) en el centro de la cruz de chala

Sobre la pasta de harina de maíz, en el centro coloque una porción de relleno preparado (picadillo).

Si los choclos que consiguió tienen chalas que le resultan muy cortitas para envolver el relleno, use 4 en vez de 2 para armar cada paquetito. Hay que encimarlas de a dos por su base y usarlas como si fuera una larga. Si no consigue hacer tiras de chala ate los paquetitos con piolín. Tape el relleno con otra cucharada de pasta de maíz. Con los deditos mojados con agua, trate de soldar los bordes de la pasta, presionándolos para que el relleno quede bien encerrado. Ate el paquetitos con las tiritas de chala que fabricó antes o con hilo de cocina (el de algodón). Ingéniense para envolver la tortita de maíz con las chalas, cruzándolas primero en un sentido y luego en el otro, para formar un paquetito prolijo.

Ponga a hervir abundante agua Cuando rompa agregue los tamales y déjelos hervir despacito de 20 a 30 minutos (según la harina sea más o menos fina).

Revuelva continuamente con cuchara de madera, hasta que la preparación espese como si fuera polenta. Retire del fuego y sazone a gusto con sal, pimienta y ají molido.

Arme los paquetitos como indicamos en la receta de los tamales, poniendo en el centro de cada cruz de chala una buena porción de humita.

Ponga los marlos en una cacerola u olla bien grande, y llénela con agua hasta que alcance el nivel de los mismos. Apoye sobre los marlos las humitas en chala y deje hervir despacito entre 20 y 30 minutos. Sírvalos igual que los tamales, solas o con salsa de tomate. Escúrralos y llévelos a la mesa en el mismo envoltorio. Eso sí: recuérdale a los comensales novatos que las chalas no se comen. Si quiere, puede ofrecer en salsera aparte una salsita de tomates bien condimentada, para que cada uno se sirva a gusto.

TAMALES CUYANOS

Ingredientes:

1 kilo de harina de maíz

1 kilo de carne

3 cebollas

3 huevos

Chala de maíz

Sal gruesa

Ají, comino y pimentón a gusto.

Preparación:

La carne puede ser de vaca o de cerdo. Hervir la carne en agua con un poco de sal; una vez coci-

nada, dejarla enfriar.

Poner la cebolla picada en una olla, con grasa bien caliente, a cocinar, agregar la carne el ají, el comino, pimentón y la sal, después de dar un hervor se retira y se pone a enfriar.

Para el armado del tamal, se unen las chalas por la parte gruesa al centro, que se cruzan entre sí 4 centímetros, quedando las partes finas hacia afuera; extender, poner una capa de harina de maíz, una cucharada de relleno preparada y otra parte de harina de maíz, tapar con las chalas formando un paquetito, atar con hilo de algodón o un piolín. Hervir a fuego fuerte hasta que se cocine la harina de maíz.