

CHEFS CONTRA EL HAMBRE

PRIMER RECETARIO INTERNACIONAL

2008, AÑO INTERNACIONAL DE LA PAPA

Publicado por:

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación
Iniciativa América Latina y Caribe sin Hambre
Fondo de Cultura Económica Chile S.A.

SOPA PAPALOTE

MIRIAM CEBALLOS | TEXCOCO, MÉXICO



Las sopas son fundamentales en nuestra alimentación, no sólo porque son el principio de una buena comida, sino porque en temporadas frías no hay como ellas para calentar nuestro cuerpo -en especial cuando estamos enfermos y queremos una sopita caliente para consentirnos y también alimentar el alma-. En esta receta utilizaremos la papa acompañada de un ingrediente meramente mexicano que es el chile poblano, de sabor excepcional y un color que da vida a nuestros platos.

INGREDIENTES (8 porciones)

1 litro de caldo de pollo, 4 papas Russet Burbank, 2 elotes desgranados, 1 cebolla cortada en cuadros grandes, 1 taza de puerro cortado en cuadros grandes, 4 chiles poblanos asados, pelados y desvenados, 3 tazas de crema dulce, 200 ml. de crema ácida, un ramito de cilantro lavado y desinfectado, aceite y sal.

PREPARACIÓN

Pelar las papas y reservar las cáscaras en agua fría para evitar que se oxiden. Poner las papas en agua fría con sal y hervir hasta que estén suaves (es mejor cocinar las papas empezando con agua fría para que se cocinen parejo, en lugar de ponerlas en el agua hirviendo). Por otro lado, poner una cacerola con un poco de aceite y freír la mitad de la cebolla hasta que esté transparente, después agregar el puerro y cocinar hasta que esté suave, agregar el elote y freír por 5 minutos más. Agregar las papas ya escurridas y cocinar 2 minutos más. Esperar a que se enfríe un poco y licuar toda esta mezcla con dos tazas de crema dulce, poner sal al gusto y reservar en la misma cacerola que se cocinó. En otra cacerola freír la otra mitad de la cebolla hasta que esté transparente y agregar el chile poblano, freír por 5 minutos, esperar a que enfríe un poco y licuar con una taza de crema dulce, poner sal al gusto y reservar en la misma cacerola que se cocinó. Escurrir las cáscaras de papa y cortar en tiritas delgadas. Calentar una taza de aceite en una sartén pequeña y freír las cáscaras hasta que estén doradas, escurrir bien y reservar. Para servir, caliente las dos sopas por separado. Sirva primero la sopa de papa y después agregue en menor cantidad la crema de chile poblano formando un espiral sobre la sopa de papa, no mezcle, las sopas se deben ver separadas al momento de servir. Después, cuando se come, se van combinando los sabores con la cuchara. Para decorar, ponga en el centro una cucharada de crema, dos hojitas de cilantro sobre ésta y un puñado de cáscaras fritas.



CEBICHE DE PAPA

FALSARIUS CHEF | ESPAÑA





Cuando me llegaron las bases de esta interesante convocatoria y decidí entusiasmado participar, lo primero que se me vino a la mente fue que quería una receta sencilla, que fuera original y que además diera la impresión de ser una preparación tradicional. Algo que, aunque fuera mentira, diera la impresión de que se llevaba haciendo toda la vida (lo de la cocina impostora siempre tiene que salirme por algún lado). Así surgió la idea de este cebiche de papas, que me pareció que cumplía todos los requisitos. A muchos les parecerá una herejía, me hago cargo, pero así soy yo, siempre haciendo amigos. Y además no me importa, trabajar con patatas siempre saca lo más inconformista y revolucionario que hay en mí. Y no debo ser el único al que le pasa. Mira si no en la revolución mexicana. ¿Qué gritaba todo el mundo?: ¡Viva Zapatata!

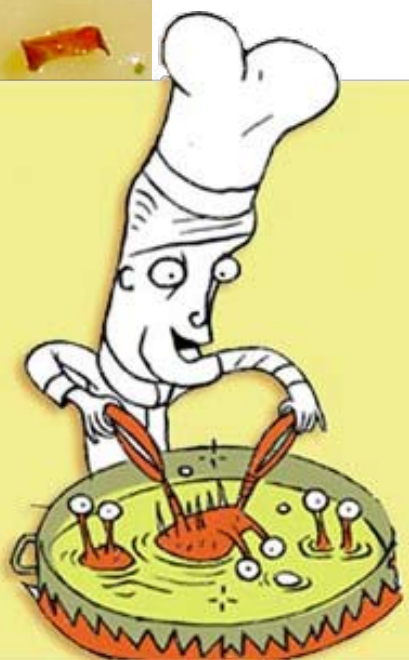
Para perpetrar la receta, la primera dificultad logística era obvia. No se puede sustituir el pescado crudo del cebiche tradicional por papa cruda. Dicen que es tóxica, y una cosa es estar acostumbrado a ganarse enemigos y otra muy distinta envenenar a medio América Latina y Caribe. Así pues, en vez de cruda, decidí ponerla cocida. Conseguí además cebolla roja, limones y ají y me dispuse a consumir mi delito gastronómico de la forma que seguidamente les narro, y con bastante falta de vergüenza.

INGREDIENTES

3 ó 4 papas, 1 cebolla roja (2, si son pequeñas), 1 ó 2 limones (según el jugo que tengan), ají (cayena o guindilla) al gusto, sal gruesa y perejil.

PREPARACIÓN

Lo primero es cocer las papas en agua hirviendo como de costumbre, procurando no pasarnos para que luego al cortarlas no se nos deshagan. Mientras se enfrían (pueden manipularse tranquilamente en caliente, pero duele), procedemos a cortar la cebolla en tiras finas y ponerla en un cuenco. Añadimos las patatas, cortadas en rodajas no muy finas, perejil picado y el ají cortado finito. Les exprimimos el jugo de limón por encima, le ponemos sal y removemos vigorosamente los ingredientes para que se mezclen bien los sabores. Podemos dejarlo reposar un ratito para que el limón empape bien la patata, pero servido al momento también está muy rico. Un último toque de perejil, que siempre hace bonito, completará nuestra impostora receta. Como del Machu Picchu de toda la vida, oiga.





Una opción rica, fresca y altamente nutritiva, considerando que las papas en nuestra alimentación diaria son una importante fuente de hidratos de carbono. Además, contiene vitaminas C y B6, hierro, potasio y microelementos de manganeso, cromo, selenio y fósforo, esenciales para una dieta sana y balanceada.

Esta ensalada está diseñada para poder reemplazar los ingredientes según la temporada y su disponibilidad, dependiendo en la zona que nos encontremos. Además tiene la ventaja que puede ser consumida como plato único o bien servir de acompañamiento a los diferentes tipos de carne.

INGREDIENTES (4 porciones)

500 gramos de papines, 100 gramos de quinua, 150 gramos de choclo, 100 gramos de arvejas, 100 gramos de poroto negro y 3 tomates.

Condimento: 100 cc. de limón, 100 cc. de aceite, 1 cucharada de orégano, sal y pimienta.

PREPARACIÓN

Remojar los porotos negros por unas horas y luego cocinar hasta que estén tiernos y reservar. En otra olla remojar por 15 minutos la quinua y luego cocinar hasta que los granos se abran y queden blandos. Cocinar los granos de choclo (maíz) y las arvejas. Dejar enfriar. Lavar los papines en abundante agua, y cortar por la mitad, poner sobre la lata de el horno, rociar con aceite, sal y pimienta y llevar a horno medio por 20 minutos. En un plato juntar los papines con los porotos, la quinua, el choclo, y las arvejas. En otro plato pequeño, mezclar el aceite, el limón y el orégano, batiendo con un tenedor, hasta integrar y luego aderezar la ensalada con esta preparación, rectificar la sal y servir sobre hojas de lechuga.

ENSALADA DE PAPINES ATAHUALPA

PAMELA ASTUDILLO | SANTIAGO, CHILE



INGREDIENTES (4 porciones)

500 gramos de papas cortadas en trozos grandes, 2 zanahorias grandes cortadas en cubos, 1 tomate picado grueso, 1 cebolla picada gruesa, 1 pimentón cortado grueso, 1 kilo de carne de segunda (músculo, solomillo o pecho) cortado en cubos grandes y 200 gramos de panceta cortada en cubos grandes.

PREPARACIÓN

Freír la panceta y reservarla. Sellar la carne en la grasa de la panceta hasta dorarla bien. Agregar la zanahoria, el tomate, la cebolla y el pimentón. Cubrir con agua y cocinar hasta que la carne quede tierna y, por ende, sin cocinar totalmente. Agregue las papas y cocine a fuego bajo, agregando agua si fuese necesario. No remover. Si hiciese falta, dar una sacudida para mezclar y cuando la papa esté cocida, salpicar cebolleta y perejil, y colocar por encima la panceta reservada. Servir caliente con arroz blanco.





GUIZO DE CARNE CON PAPAS

LENINHA CAMARGO | BRASIL

PASTEL DE PAPA SECA Y QUESO SERRANO

JACQUES-HENRI BENOIT | LIMA, PERÚ





Las papas secas estrellas de la famosa Carapulca no se consumen fuera de este plato de la gran culinaria peruana. Sin embargo en un pastel como este, molidas para panes o polenta resultan diferentes y muy agradables.

INGREDIENTES (10 porciones)

Masa briséé: 250 gramos de harina, 180 gramos de manteca, 50 ml. de leche fresca o evaporada y sal.

Opcional: 1 disco de masa lista.

Relleno: 200 gramos de papas secas, 50 gramos de manteca de cerdo o materia grasa, 1 litro de fondo o caldo claro de ave, 1 litro de agua con 2 cubitos de caldo de gallina, 100 gramos de cecina cortada en brunoise y blanqueada, 1 cebolla grande finamente picada, 200 ml. de leche fresca o evaporada, 100 ml. de crema de leche, 1 huevo, 2 yemas, 2 cucharadas de perejil picado, sal, pimienta recién molida y 250 gramos de queso fresco serrano cortado en láminas.

PREPARACIÓN

Hacer la masa briséé y dejar reposar durante la noche. Remojar las papas secas una noche y al día siguiente escurrir las papas y saltearlas a fuego alto con la manteca de cerdo. Una vez que tomen color, agregar la cebolla y la cecina, sudar algunos minutos y añadir el fondo, caldo o agua hirviendo, tapar y cocinar a fuego lento hasta que las papas estén tiernas. Cortar el queso y reservar algunas láminas para la decoración, poner el resto con la mezcla de papas. En un tazón mezclar el huevo, las yemas, la crema, la leche y el perejil picado. Forrar el molde de la tarta con la masa, debe tener unos 4 ó 5 mm. de espesor, hincar bien el fondo con el tenedor y colocar la mezcla de huevos, crema y las papas secas. Decorar con el queso reservado y hornear a 175°C por 25 a 30 minutos.



INGREDIENTES

- 2 tazas de papa cocida
- 2 tazas de harina flor
- 1 taza de jugo de naranja
- 1 cucharada de ralladura de limón y naranja
- 1 taza de mantequilla
- 6 huevos
- 4 cucharaditas de maíz o de oliva
- 4 cucharaditas de polvo para hornear
- 1 taza de azúcar

PREPARACIÓN

Batir las yemas, mantequilla, azúcar y aceite hasta que la mezcla quede blanca y cremosa. Luego agregar la harina cernida con polvo para hornear y el puré de papa con el jugo de naranja y las ralladuras de limón y naranja. Batir las claras a punto de nieve y agregar la mezcla en un molde de aluminio enharinado y llevar a fuego medio por aproximadamente 40 minutos.



PASTEL DE PAPAY Y NARANJA

MÓNICA GÓMEZ | ECUADOR

