

Sabores del Ecuador con historia

Por: Chef Alberto Guzmán D.

El Telégrafo artículo No. 7

CARNE COLORADA



Ingredientes

- 1 libra de carne de cerdo
- 2 cucharas de achote molido en piedra de moler
- ½ vaso de chicha de jora
- 2 cucharas de ajo molido en piedra de moler
- 1 cebolla paiteña hecha puré (carne)
- 1 cuchara de aliños (pimienta, comino y orégano) molidos en piedra de moler
- Sal
- 1 libra de papas chugchidas bien lavadas
- ½ queso fresco molido
- ½ taza de leche
- 1 ají molido en piedra
- 1 porción de paiteña picada en juliana (ají)
- 2 porciones de tostado
- 1 taza de masa de empanadas (1 taza de harina, 2 cucharadas de mantequilla, ½ taza de agua con sal). Mezcle todo y forme la masa.
- ½ plátano maduro hecho puré (relleno de las empanaditas)
- ½ libra de mote
- ½ libra de manteca de cerdo
- 1 aguacate

Preparación paso a paso

- 1.- Ponga a secar al aire libre la carne previamente cecinada, cuando esté seca, corte en trozos pequeños. Mezcle en un recipiente la chicha, el ajo, el achote molido, el puré de cebolla, la sal y los aliños. Sazone la carne con esta preparación y deje que se marine de preferencia toda la noche.
- 2.- Al día siguiente, ponga una sartén (paila) con la manteca de choncho, lleve al fuego, deje que se caliente y dore la carne a fuego lento, hasta que esté cocida.
- 3.- Prepare unas ocho empanaditas con la masa que tiene, rellene con el maduro aplastado, cierre sin que le quede aire y proceda a repulgar. Fríalas en la manteca de cerdo. Una vez que estén doradas retire del fuego y coloque sobre papel absorbente. Reserve.
- 4.- Cocine las papas con cáscara y mientras tanto, arme la *Salsa de Queso*, moliendo en la piedra: el ají, el queso con la leche y la sal. Cuando esté listo el ají agregue la paiteña picada en juliana y termine rectificando el sabor.
- 5.- Saltee el mote con la manteca de cerdo y el cilantro.
- 6.- Sirva el plato colocando en un sitio preferencial la carne colorada, agregue el mote, las papas cubiertas con la salsa de queso, adicione el tostado, las empanadas y el aguacate.

Curiosidades

Con una tradición cerca de un siglo, las carnes coloradas son tradicionales de Cotacachi, en la provincia de Imbabura, situada en el norte del Ecuador. El plato contiene productos como maíz tostado, mote, empanada rellena de plátano maduro, aguacate, papas cocidas con cáscara y la carne de cerdo. Guarnecida de un ají a base de queso.

Este plato es muy importante porque aún se guarda con celo las técnicas para su elaboración, pero se conoce que antes de ofrecer al público esta deliciosa tradición gastronómica, se cecinaba la carne y se colgaba en cordeles para que se seque y de ahí se marinaba.

Consejos

- ✚ Es importante que el primer paso sea la marinación para que la carne tenga sabor y la acides que aporta la chicha.
- ✚ La carne debe cocerse a temperatura moderada, para evitar que se queme el achote y obtenga un sabor amargo.
- ✚ Una de las sugerencias que siempre hay que destacar es la preparación de la carne en pailas de bronce, esto debido a que este metal, tiene la característica de mantener el calor uniforme en el recipiente, de esta manera se siente el mismo calor en la base que esta en contacto con el fuego como en las asas que están en la parte alta de la paila.

- ✚ Otra recomendación que hay que respetar es que todos los aliños son molidos en piedra, de esta manera se mantienen los sabores de cada ingrediente que compone la receta; el uso de la piedra no permite que se pierdan los sabores por la fricción del motor como es el caso de la licuadora.

Entérate algo más de la Carne Colorada

Se comenta en el pueblo que aproximadamente en 1930, nace en Cotacachi una tradición que marca la identidad de la ciudad, las “carnes coloradas”, cuyo origen y creación se dio en las manos y corazón de Doña Rosa María Esther Moreno Navarro, que tuvo el apoyo de su madre Celia.

En un cuarto adaptado con una mesa en su hogar, decide iniciar con la venta de unas cecinas de carne de cerdo asada, condimentada principalmente con achiote, acompañada de tostado de tiesto y ají de piedra, mismas que en principio se conocieron como “astillitas”.

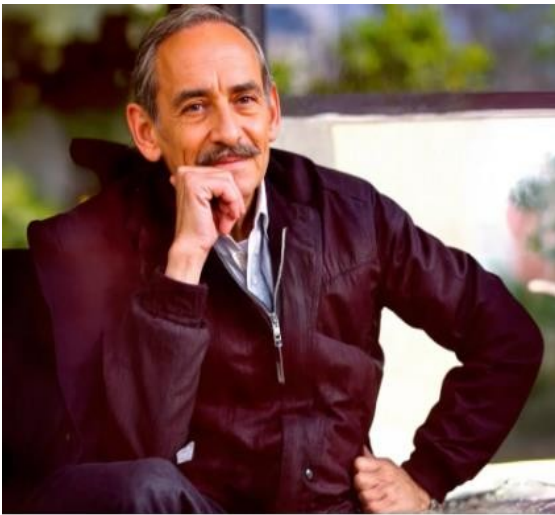
Este plato tiene aproximadamente un siglo de historia empezó como un entretenimiento y luego se popularizó hasta convertirse en una tradición de Cotacachi Rosa María Esther Moreno Navarro enseñó su hija, la querida Laurita y ella a su hija Cyntiaque, las mismas que hasta la presente fecha se encargan de mantener viva esta delicia gastronómica.

Entre las elaboraciones ancestrales de esta receta se destacan ciertas preparaciones como “el tostado seco o yanga” que no es otra cosa que el maíz que se tuesta en un tiesto de barro, además de las “empanadas” que se prepara con la masa y se rellena con maduro dulce, lo que le da esa distinción y característica muy propia al plato.

También tenemos que conocer que el cerdo es el ingrediente principal para preparar la tradicional “Carne Colorada”, elaboración que requiere de una marinada en la que tiene como ingredientes la chicha de jora, que es una bebida ancestral, con grado de alcohol de acuerdo al tiempo de fermentación. La chicha ecuatoriana se la realiza a partir de la fermentación del maíz, acompañada de panela. El grano de maíz de jora se muele en una piedra de moler. Esa harina se coloca en un pondo con agua hirviendo para que se fermente por el tiempo requerido, de tres a cuatro días.

Recordando personajes

Eduardo Kingman Riofrío



Eduardo Kingman Riofrío, uno de los artistas más influyentes del siglo XX en Ecuador. Conocido como “el pintor de las manos”, que revela su firme compromiso con la justicia social.

Su formación comenzó en la Escuela de Bellas Artes de Quito, donde perfeccionó sus habilidades. Posteriormente, estudió en la prestigiosa Academia de San Carlos en México, donde se sumió en el mundo del muralismo y otras corrientes artísticas.

Sentía inmenso placer cuando disfrutaba de un café de chuspa humeante, acompañado de un delicioso “Tamal lojano”.

Destacado pintor, dibujante, grabador y muralista lojano, considerado como uno de los maestros del expresionismo y en sus cuadros impregnó el realismo social.

Nació en Zaruma el 3 de febrero de 1913, aunque a lo largo de toda su vida, se autodefinió como lojano, falleció el 27 de noviembre de 1997 en Quito. Fue hijo de un médico norteamericano que trabajaba en las minas de Portovelo y de la señora Rosa Riofrío. Desde muy joven vivió en Guayaquil con su madre y hermanos, luego viajó a Quito para inscribirse y estudiar en la Escuela de Bellas Artes.

Eduardo Kingman Riofrío merece especial atención a su franqueza, generosidad y bondad para con los demás. Fue un hombre cordial y su corazón no albergó, detalles maliciosos de sentimientos pequeños.

Sincero, callado, a veces con explosiones de alegría, que determinaban en su espíritu sencillez y espontaneidad de varias maneras y desde varios encuentros, hizo posible la entrega de su bondad y su enseñanza a otros pintores jóvenes, gustaba mucho del tallado en madera desde lo artesanal, fue su afición tallar sillas y mesas, como también mobiliario decorativo para diferentes ambientes. Sentía inmenso placer cuando disfrutaba de un café de chuspa humeante, acompañado de un delicioso Tamal lojano.

La carrera de Eduardo Kingman, fue prolífica con numerosas exposiciones en ciudades como París, Washington D.C., y San Francisco, que consolidaron su reputación internacional. Fue director del Museo de Arte Colonial de Quito, donde promovió el patrimonio artístico ecuatoriano, y fundó la Galería Caspicara, apoyando a artistas contemporáneos.

A lo largo de su vida, recibió numerosos premios, incluyendo el Premio Eugenio Espejo y la Orden Nacional al Mérito en el grado de Comendador, galardones que reflejan su talento artístico y su compromiso con la justicia social.

