

Sabores del Ecuador con historia
Por: Chef Alberto Guzmán D.

El Telégrafo artículo No. 14.

TALLARINES EN SALSA CREMA



Ingredientes

- 1 paquete de tallarines
- 5 rebanadas de jamón de espalda picado
- 4 salchichas vienesas
- 1 taza de crema de leche
- ½ copa de vino blanco
- 1 cucharita de ajo molido
- 1 cuchara de aliños molidos
- 1 cuchara de salsa inglesa
- ½ taza de cebolla perla cortada en juliana
- 1 pimiento rojo cortado en dados
- 1 pimiento verde cortado en dados

1 cucharara de albahaca picada
5 cucharas de aceite de oliva
2 cucharas de mantequilla
1 cucharara de tomillo
Sal y pimienta a su gusto

Preparación paso a paso

1.- Ponga en un recipiente tres litros de agua, agregue una cucharara de sal y dos cucharas de aceite, lleve al fuego y cuando llegue a la ebullición deposite la pasta, espere que vuelva a hervir y cocine por siete minutos, transcurrido este tiempo escurra, agregue la mantequilla, mezcle y reserve hasta el momento de servir.

2.- Prepare en una sartén un sofrito utilizando el resto del aceite, lleve al fuego y cuando caliente agregue la cebolla, deje que se torne transparente y agregue el ajo, adicione los pimientos, deje cocer hasta que se destaquen los colores de estos ingredientes.

3.- Agregue a la preparación anterior el vino, deje que se reduzca en el fuego a la mitad e inmediatamente agregue la crema, cuando empiece a hervir adicione los trozos de jamón y las salchichas, baje el calor y mantenga por unos tres minutos o hasta que observe que la salsa está empezando a espesar.

4.- Compruebe que la pasta esté caliente, caso contrario agregue un poco de aceite o mantequilla, y mueve por unos dos o tres minutos hasta que adquiera una temperatura adecuada para servir.

5.- Mezcle la salsa inglesa con los aliños, la albahaca y el tomillo. Adicione la pasta y deje cocer por un corto tiempo hasta que se integren todos los sabores.

6.-Sirva una porción de pasta en un plato trincherero y cubra con la salsa. ¡Buen apetito!

Consejos

- Cocine la pasta por siete minutos, el tiempo se contabiliza desde que usted coloca la pasta en el agua hirviendo (al dente), si se pasa de tiempo corre el riesgo de que se endurezca (flácida).
- El tiempo de cocción varía según la calidad y grosor de la misma. La pasta estará al dente cuando esté cocida por dentro, esto no significa que esté suave por fuera, normalmente se retira del fuego algo dura.
- La mezcla hecha con los aliños, salsa inglesa y las hierbas se agregan al último para que no pierdan aroma y sabor.

- La ración de pasta que sirva en los platos debe tener relación con la capacidad del recipiente para que no se derrame la salsa.
- Si desea puede poner en la mesa una bandeja con trozos de pan, para que los comensales, puedan recuperar la salsa que a veces queda al fondo del plato.

Beneficios de la pasta

Antes de hablar de los beneficios de la pasta, es conveniente desmontar algunos de los mitos que existen sobre este alimento. Aunque es un producto calórico y rico en hidratos de carbono, su contenido en grasas es mínimo, por lo que, incorporado a una dieta equilibrada, es muy saludable su consumo. Se trata de una “excelente fuente de energía, **no engorda** y previene de la arteriosclerosis”.

Su alto valor energético lo hacen un alimento idóneo para personas que realizan una **alta actividad física**. Además, los hidratos son de absorción lenta por lo que la energía se libera poco a poco. Asimismo, el contenido en **fibra** de la pasta ayuda a regular el tránsito intestinal y combate problemas de estreñimiento. No obstante, su alto aporte en gluten hace que no sea un alimento apto para celíacos, a no ser que se consuma una variedad que no contenga esta sustancia.

Entérate algo más de los Tallarines en Salsa Crema

Hasta los años setenta y cinco más o menos existió el Salón Italia, el mismo que funcionaba en la calle Olmedo entre Guayaquil y Flores (Quito), tenía servicio a la carta su especialidad eran los Tallarines a la italiana. Se distinguió por ser muy acogedor y de agradable ambiente; recetas como el Pato al Orage, Vinos hervidos, Milanesas, trataban de hacer competencia con los deliciosos tallarines.

Lo que sorprendió a los quiteños es que la Señora Cecilia Román propietaria del negocio, preparaba la pasta frente a los clientes y ésta actividad es la que cautivó a los capitalinos.

Las personas empezaron a amar la pasta, consumían continuamente, pensaban equivocadamente que por el hecho de haber trabajado los tallarines tenían el sabor cautivador, cuando la verdad es que, quien pone el sabor es la **salsa** que nunca se podía ver porque estaba en la cocina desde donde salían los platos.

Fue tal el éxito que alcanzó la propietaria que compró la segunda aerolínea aérea que se llamaba Saeta, que competía con la más antigua que era de propiedad de los hermanos Arias Guerra.

Para concluir hay que recordar que para la época ya existían otros negocios de clase como el Épicur y el Rincón de Sicilia, pero el don de gentes que le caracterizaba a la dueña del

Salón Italia, era lo que hacía que siempre se destaque por el servicio, y el sabor en sus ofertas culinarias.

Recordando personajes



Ángel Polibio Chaves

Fue un patriota excepcional que desarrolló una importante labor periodística y literaria, publicando sus artículos en los principales diarios y revistas de la época, y fundando otros como: El Ecuatoriano, El Pichincha, El Orden, El Guía, y Principios. Este último tiene el mérito de haber sido el primer diario publicado en Ambato. Publicó además varios libros o folletos como "Carta al Jefe Supremo General Veintemilla", "Prontuario Militar", "Urbanidad de Señoritas", "Ensayos Poéticos", "El Juramento a Bolívar", "El Prócer Manuel de Echeandía", "Las Dos Vías del Ferrocarril", "Laura", "El 2 de Mayo", "La Despedida del Sabio Caldas", "Gloria a Sucre", "Homenaje a mi Patria", y otras.

Ángel Polibio Chaves del Pozo; Político y escritor, nacido en Guaranda el 22 de febrero de 1.855. Falleció el 11 de septiembre de 1930 a los 75 años de edad. Estudió en Quito, se graduó en 1.875 de Bachiller, comenzó el estudio de las Leyes en la Universidad Central.

En julio de 1.877 cuando cursaba el cuarto año de Jurisprudencia, renunció un puesto que desempeñaba en el Ministerio del Interior, se alistó y luchó en las calles con vehemencia, fue tomado preso y llevado al Panóptico con grillos. Los esbirros de Veintemilla destruyeron sus manuscritos y tras siete meses de prisión fue desterrado a Perú Tumbes.

En 1878 dio a la luz dos poemarios: "Ecos de la Cárcel" que gentilmente dedicó a las señoras de Quito que le habían auxiliado durante su prisión y "Cantos del proscrito" con poemas a su amigo Miguel Moreno, quien también se hallaba en Lima.

En 1.884 mocionó con Francisco X. Salazar la implantación del sistema de gobierno plural igual al de la Confederación Suiza y junto a Gabriel Ignacio Veintemilla logró la creación de la Provincia de Bolívar con los cantones Guaranda, Chimbo y San Miguel y capital Guaranda.

En 1.890 fue electo Senador por la provincia de Bolívar y concurrió al Congreso. Ese año fue nombrado profesor del Colegio Militar, dirigió la "Revista Militar" en la que combatió

los abusos introducidos en las milicias por las autoridades superiores y fue enjuiciado; en 1.899 fue desterrado por el gobierno del Presidente Alfaro debido a sus ideas políticas que de progresistas habían involucrado a conservadoras.

En mayo de 1.901, nuevamente en Quito, fue capturado con noventa conservadores más y llevado al Panóptico; su Director Carlos López le trató bien pues le conocía y consiguió que todos los presos recobraran su libertad el 13 de junio, día de San Antonio de Padua; en 1.905 editó "La Voz de Guaranda", fue declarado "Hijo Predilecto de la provincia de Bolívar" y apareció su biografía en la revista Pedagogía.