

# Sabores del Ecuador con historia

Por: Chef Alberto Guzmán D.

El Telégrafo artículo No. 11.

## SOPA CHAGUARCUCHO



### Ingredientes

- ½ libra de carne de res fileteada
- 1 cucharada de ajo molido
- 1 cucharada de aliños molidos
- 1 cebolla perla picada en juliana
- 1 cucharada de orégano
- 2 cucharadas de manteca de chanco
- 1 cucharita de aceite achote
- 1 ají finamente picado sin semillas
- 1 zanahoria mediana cortada en rodajas
- 1 camote mediano cortado en rodajas
- 3 tazas de caldo de huesos de res
- 1 cucharada de cilantro picado finamente
- 2 cucharadas de maní
- 1 libra de papa blanca pequeña, con cáscara y bien lavada y desinfectadas
- Sal pimienta y comino al gusto

## Preparación paso a paso

- 1.- Sazone los filetes de la carne con sal ajo y aliños molidos, deje en reposo unos diez minutos y proceda a sellar la carne con dos cucharitas de aceite achote, cuando estén cocidos, retire los filetes y reserve.
- 2.- En el mismo recipiente que utilizó para la carne, trabaje un sofrito adicionando la manteca de cerdo, luego deposite la cebolla y los medallones de zanahorias, deje que cambien de color y agregue los camotes y mantenga en el fuego hasta que observe que los productos estén sancochados.
- 3.- Agregue al sofrito el caldo junto con el ají, deje que hierva, proceda a retirar la espuma que se presenta en la superficie, adicione el maní y observe como va cambiando de color la sopa, ponga las papas, baje un poco el fuego y espere hasta que estén cocidas
- 4.- Vuelva a espumar y coloque las hierbas, a fin de que aporten con su sabor a la preparación.
- 5.- Finalmente, vuelva a probar el sabor de la sopa, coloque los filetes de carne, rectifique el sabor con sal pimienta y comino. Sirva colocando en un plato todos los ingredientes, cubra con el caldo, pero en último momento debe servir la carne como decoración, es decir que sea éste ingrediente el que se destaque.

## Consejos

- ✚ Es recomendable dosificar correctamente esta sopa mediante el uso del ají; si es que se va a servir a niños; reserve en recipiente aparte la cantidad de los infantiles.
- ✚ Las papas que debe usar para esta sopa de preferencia deben tener un tamaño regular de tal manera que al momento de servir todas estén perfectamente cocidas.
- ✚ Si desea que la sopa tenga alguna densidad, jamás agregar harina, para espesar, licue dos o tres papas con un poco de caldo y agregue a la sopa, deje hervir y con esta técnica la sopa se habrá espesado.

## Beneficios el camote

El camote es un tubérculo de interés en la actualidad, debido a que es considerado un producto funcional por su composición nutricional.

Su origen no es del todo claro y actualmente es producido en gran parte del mundo. Sin embargo, el camote forma parte de los cultivos mexicanos desde tiempos ancestrales. De hecho, su nombre es de origen náhuatl y significa “raíz comestible”.

El camote es un producto con muchas variedades, ya que su cáscara y su pulpa varían de color. Aunque las más populares son las de tonalidades blancas o amarillas, también se consume los de color morado.

El camote aporta vitamina B6, potasio y antioxidantes. Por un lado, la vitamina B6 previene el endurecimiento de los vasos sanguíneos. Por el otro, el potasio regula el ritmo cardiaco. A su vez, los antioxidantes reducen el riesgo de enfermedad cardiovascular.

Su valor nutricional proviene de su contenido de agua, fibra, proteínas, vitaminas, minerales, entre otros nutrientes. En particular, el **camote morado** posee antocianinas, moléculas que le dan su característico color y que podrían tener efectos en la salud.

## Entérate algo más de la Sopa de Chaguarcucho

Chaguarcucho es el nombre de una calle en Quito, que se interna hacia el lado izquierdo en la calle Maldonado dirigiéndose de norte a sur, este es el nombre con el que nació esta calle; pero luego se le identifica como la calle Portilla, nombre en homenaje a un sacerdote que llegó al barrio, se hizo amigo de los pobladores y llegó a ser el guía espiritual del barrio.

Posteriormente se le conocía como la calle de las papas con cuero, ya que una familia de apellido Orejuela, abrió un negocio en donde vendían las mejores papas con cuero de Quito; así le bautizaron los quiteños a este negocio que llegó a ser muy famoso debido a la calidad del plato destacado por sus ingredientes, que decían ser un secreto donde compraban los productos.

Por cosas de la vida la hija de la señora Orejuela un día sale a un mandado, y se encuentra con una persona que vendía chochos y entre demanda y oferta nace una ligera amistad. La señora de los chochos le dice que compre los chochos para que prepare un **ají diferente** que acompañe a una sopa deliciosa la señora Orejuela manifestó que iba a recuperar una receta de su abuela, esta sopa se llamaba “Chaguarcucho”, por lo que la señora de los chochos le dice: ¡vea bonita! yo conozco esa receta y si quiere le puedo ayudar a preparar, no ve que esa sopa se servía a los varones cuando estaban chuchaquis. También se dice que en este sector nació la frase “comidita mala con ají resbala...”

Habiendo realizado varias veces la “**Sopa de la abuela**”, la familia Orejuela, decidió a manera de prueba, ampliar la oferta en el restaurante con la preparación de la famosa “**Sopa de Chaguarcucho**”, que toma este nombre porque los clientes de ese tiempo le bautizaron así en base a la fama que había adquirido el “Ají de chochos”. Los quiteños decían, “vamos a comer la sopita de Chaguarcucho...”

## Recordando personajes



Teatro Nacional Sucre, forjador del teatro en Quito

El **Teatro Nacional Sucre** es uno de los más antiguos teatros de ópera de Sudamérica y de la ciudad de Quito, además de ser el más prestigioso teatro del Ecuador. Fue construido entre 1879 y 1886 por orden del presidente Ignacio de Veintimilla, siguiendo un modelo de inspiración europea, pues se trata de un teatro a la italiana. Cuando fue inaugurado gobernaba la República del Ecuador José María Plácido Caamaño.

Para que exista el teatro en Quito era menester tener una construcción que reúna los requisitos para presentar funciones teatrales exitosas, no solo dependería del talento de los actores y la creatividad del director, sino también de los requerimientos técnicos que se debían cumplir para lograr una puesta en escena impecable. Desde la iluminación hasta el sonido, pasando por los efectos especiales y la utilería, cada detalle era y es crucial para transportar al espectador a la historia que se está contando en el escenario.

Por iniciativa de una sociedad de ciudadanos quiteños denominada “La Civilización”, encabezados por Marieta de Veintimilla sobrina del ex Presidente del Ecuador Ignacio de Veintimilla, fueron los que dieron el impulso para tener el teatro que funcionaría en la plaza de las carnicerías lo que hoy conocemos como Plaza del Teatro.

El día jueves 25 de noviembre de 1886, a las “ocho y media de la noche”, se levantó por primera vez el telón histórico de esta joya patrimonial de arquitectura neoclásica, para presentar a la ciudad de Quito la “Gran novedad artística, por el célebre pianista de París, Capitán Voyer, con el concurso de la gran orquesta dirigida por don Aparicio Córdoba”.

Ya con la inauguración del famoso Teatro Sucre, empiezan a llegar los artistas de América y Europa. Florece así la afición en los quiteños por el arte del teatro. Uno de los primeros actores es Marco Barahona, luego aparecen Mihuel Ángel Casares, y Ernesto Albán; es así

como nacen las compañías de marco Barahona, Gonzalo Proaño más conocido como el Gringo, la Compañía Gómez Albán y uno de los que llega a ganar gran fama es *el gringo, con la famosa novela "El Derecho de nacer"* en donde él desempeñaba el papel de Albertico Limonta, que fue el personaje más querido de esta novela.

El gringo personaje de nombre Gonzalo Proaño Maldonado, fue casado con una mujer muy guapa de origen lojano llamada Haydee Violeta Ruiz y su seudónimo fue Alma Nuri. El señor Gonzalo Proaño tuvo dos hijos que siguieron sus pasos, ellos fueron Dimitri y Alexis que se dedicaron hacer teatro en Bogotá donde se radicó toda la familia.

La historieta comenzó a mediados de los años veinte, cuando aún funcionaba el cine mudo, con la presencia de un español —el profesor Luis Reboredo- que dio clases para que surgieran los primeros actores y actrices.

En 1927 el entusiasmo llegó al clímax con la competencia entre tres compañías: la *Dramática Nacional*, con Marina Moncayo como primera actriz; la de *Comedias y Variedades*, con Carlota Jaramillo; y la de *Zarzuelas*, con Victoria Aguilera y Rosa Saá.

En las funciones se filtró un joven quiteño, Gonzalo Proaño Maldonado, quien se auto descubrió como un aficionado al teatro. A los 20 años actuó en sus primeros papeles y luego como galán.

Frente al vacío que dejaron los Proaño nacieron otros actores como Antonio Hanna Mousse, Guillermo Jácome, y posteriormente asoman Ernesto Albán Jarrín, y luego el solitario Carlos Michelena; aquí florecen también las mujeres como: Marina Moncayo, la lojana Haydee Ruiz cuyo nombre artístico era Alma Nury, Chavica Gómez; la pareja conformada por la Cholita y el Chango, Pepita y Rendueles, María del Rosario Francés, Toty Rodríguez y Juana Guarderas entre otras. Hasta que hoy tenemos un número bastante considerable de hombres y mujeres dedicados al arte escénico del teatro.

Por esta razón, hoy por hoy el Teatro Nacional Sucre es considerado el espacio consagratorio para las artes escénicas en Ecuador. Además, este espacio ha acogido por décadas a grandes intelectuales y artistas de nivel mundial