

Sabores del Ecuador con historia

Por: Chef Alberto Guzmán D.

El Telégrafo artículo No. 11.

SALPICÓN DE MARISCOS



Ingredientes

- 10 mejillones lavados y abiertos
- 10 almejas lavadas y abiertas
- ½ libra de anillo de calamar
- ½ libra de pescado picado
- ½ taza de jugo de limones
- ½ libra de camarones lavados, pelados y retirados el intestino
- ½ copa de vino blanco
- 1 cebolla perla cortada en juliana
- 1 pimiento rojo picado en brunoise
- 1 pimiento verde cortado en brunoise
- 2 cucharas de cilantro picado
- ½ cucharita de mostaza
- 1 cucharita de salsa inglesa
- 1 cuchara de salsa de ostras
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 porción de chifles largos
- Sal y pimienta blanca al gusto

Preparación paso a paso

- 1.- Cocine al vapor los moluscos y el camarón por dos minutos. Cierna y conserve el líquido.
- 2.- Lave el pescado junto con el calamar, corte en trozos de un centímetro por lado, ponga en un recipiente junto con la cebolla, las hierbas, los pimientos, y agregue una cucharita de sal, mezcle y deje que se marine por una media hora.
- 3.- Forme una especie de vinagreta mezclando: el vino, el jugo de limones, la mostaza, la salsa inglesa, la salsa de ostras, el fondo de la cocción (paso Nro. 1) y el de aceite de oliva. Rectifique con sal y pimienta blanca si el caso amerita.
- 4.- Mezcle la vinagreta con los productos de mar y deje en reposo una media hora más.
- 5.- Reparta los mariscos en los recipientes donde va a servir el salpicón, formando capas con ellos. Agregue la salsa y decore con un camarón, una ramita de perejil y chifles.

Consejos

- ✚ Cuando vaya a comprar productos de mar en primer lugar acerque a su nariz cada uno de los productos y perciba que tengan un olor a mar, si el aroma es a amoníaco, bótelos a la basura, porque no están en condiciones para consumirlos
- ✚ Si tiene que comprar camarones pelados pruebe en crudo, dos a tres al azahar y si tienen un sabor salado, rechácelos, porque la preparación va a salir muy salada. Recuerde que en el comercio se agrega a los camarones abundante sal, cuando ya tienen días de reposo y están a punto de perderse.
- ✚ La mejor forma de cocinar los productos de mar es al vapor utilizando apenas dos minutos. Si quiere hacerlo en agua, se pone en un recipiente agua con poca sal, laurel ajo, cebolla y apio, cuando hierva agregue los camarones, se corta el hervor y cuando vuelva a hervir se retira del fuego inmediatamente, se escurre y se conserva ese líquido que nos servir para mejorar el sabor a nuestra preparación.
- ✚ Para romper la temperatura una vez cocidos los camarones, se les pasa por agua fría.

Curiosidades

Consumir pescados y mariscos es la mejor manera de aportar valor nutricional a nuestro organismo, ya que son considerados como una magnífica fuente de proteínas y de ácidos grasos como el Omega 3, fundamentales para proporcionar múltiples beneficios a la salud y disminuir problemas cardiovasculares

Entérate algo mas de los Mariscos

Los primeros seres humanos que comían marisco fueron los neandertales. Contrariamente a lo que se piensa, los neandertales que hace 150.000 años vivían, entre otros lugares, en el sur de la península Ibérica, considerados mucho más bruscos y primitivos que los hominos sapiens, ya comían al menos nutritivos y sabrosos mejillones y almejas en la costa del sur de la península Ibérica.

En el yacimiento malagueño de Bajondillo (Torremolinos, Málaga) donde se ha llevado a cabo la investigación, se han encontrado, sobre todo, restos de **mejillones, coquinas y almejas** que se comían bien crudos o bien asados al fuego ya que se han encontrado conchas han aparecido quemadas en el exterior y crudas en el interior.

Estas conclusiones suponen el hallazgo del vestigio más antiguo de consumo de moluscos por parte de neandertales descubierto hasta el momento. Además, hasta ahora, los investigadores creían que las prácticas más antiguas de marisqueo las había realizado el homo sapiens, según los descubrimientos realizados en yacimientos de Sudáfrica, mientras que los neandertales, que desaparecieron hace unos 30.000 años, se limitarían a la carne cruda.

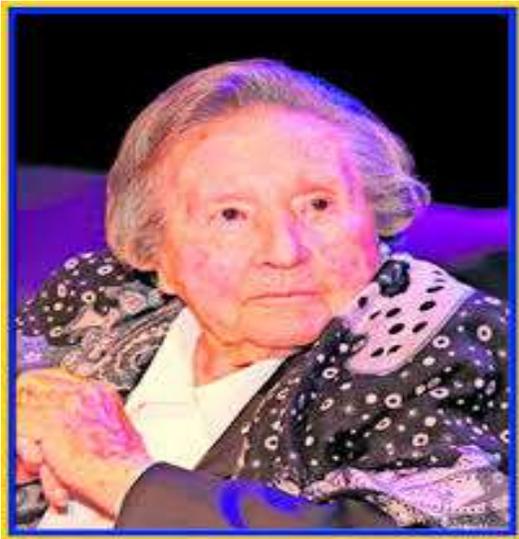
En nuestro medio nace la historia en la ciudad de Quito con la llegada del tren, ya que en la antigüedad lo único que se podía comer era el "pescado salado" con el que se preparaba la fanesca. Una de las primeras pescaderías de Quito fue El Neptuno de propiedad del señor de apellido Parada y funcionaba junto al cine variedades en la plaza del Teatro.

La historia nos cuenta que uno de los iniciadores de las preparaciones con pescados, fue el Hotel Estación que abrió sus puertas en el sector de la Estación, ya que a este sector llegaba el tren de carga y las personas debían llegar a este sector, para hacer sus adquisiciones en los diferentes productos que llegaban para su comercialización.

Para tener una idea un almuerzo de cuatro platos que hoy se llaman cursos costaba la suma de UN SUCRE VEINTE CENTAVOS, y el almuerzo se disfrutaba con orquesta en vivo; con esta idea los dueños de los negocios del centro de Quito que eran: Hotel Metropolitano con chefs franceses, Hotel Savoy uno de los más tradicionales manejado por el gringo Watson incursionan con estos productos y así nacen otros negocios como el Picantito en la calle Manabí y Venezuela de propiedad de una señora colombiana que impuso su plato de "el caldo de los chuchaquis" y también nace el famoso Wonder Bar en los altos del Teatro Bolívar que sugería siempre los cebiches de camarón que son los primeros que se prepararon, ya que este producto era más resistente.

Pero posteriormente la Heladería San Agustín, de la señora Mariana Andino incluye entre sus ofertas los cebiches de concha y camarón, para lo cual optan por cocinar la concha y de esta manera mantenían al producto seguro de alteraciones biológicas, convirtiéndose en una deliciosa oferta. A posteriori y con la apertura de la cebichería del Boca Racines en la calle Bolívar y Guayaquil se destapa la fiebre del cebiche y de las elaboraciones con productos de mar en la ciudad de Quito.

Recordando personajes



Isabel María Josefina Robalino Bolle

Por más de un siglo vivió Isabel Robalino Bolle, una de las mujeres que transgredió las normas impuestas de su época. Defensora de los derechos humanos y laborales.

A raíz de un accidente en 2011, se fracturó la pierna y eso la obligó a usar una silla de ruedas. Los padres dominicos le acogieron desde ese año en el convento de San Francisco en Quito-Ecuador, en donde vivió la última década de su vida.

Nació el 14 de octubre de 1917 en Barcelona, donde su familia se encontraba debido al trabajo de su padre como cónsul en Ginebra. Realizó sus estudios secundarios en el Colegio Nacional Mejía y los superiores en la Universidad Central del Ecuador, donde contó con el expresidente Camilo Ponce Enríquez como maestro, y donde obtuvo en 1944 el título de abogada, convirtiéndose en la **primera mujer en graduarse de la carrera de leyes en la Universidad Central**.

Luego de terminar la universidad fue nombrada vocal del Tribunal del Crimen. En 1946 ocupó brevemente el cargo de Concejala de Quito, convirtiéndose en la primera mujer en ocupar dicho puesto. Entre 1959 y 1961 fue presidenta de la Corte Nacional de Menores.

Su vocación al servicio de las clases trabajadoras la llevó a participar en las conspiraciones previas a la Revolución del 28 de mayo de 1944, conocida como "La Gloriosa". En septiembre de 1947 dirigió personalmente la toma del Palacio de Gobierno, contra la dictadura del general Carlos Mancheno. También se enfrentó penalmente a varios empresarios liberales.

Fue escogida por las organizaciones obreras como su representante funcional en la Asamblea Constituyente de 1966 y como senadora en 1968, convirtiéndose en la primera mujer senadora en la historia de Ecuador. Durante su tiempo como legisladora impulsó leyes en favor de las clases trabajadoras.

Entre las organizaciones que fundó se cuentan la Confederación de Obreros Católicos, el Instituto Ecuatoriano para el Desarrollo Social, la Juventud Universitaria Femenina, la Escuela de Trabajo Social Mariana de Jesús, entre otras.