

Sabores del Ecuador con historia

Por: Chef Alberto Guzmán D.

El Telégrafo artículo No. 46

CAMARONES PICANTES A LA TÁRTARA



Ingredientes

- ½ libra de camarones desvenados y lavados
- 2 cucharas de jugo de limón
- 1 cucharita de sal y pimienta
- ½ taza de panko (pan rallado japonés)
- 1 huevo batido
- ½ taza de aceite
- ½ taza de mayonesa
- 1 cuchara de mostaza
- 3 cucharas de cebolla perla cortada en brunoise
- 1 cuchara de cilantro y perejil finamente picados
- 1 huevo duro rallado
- 1 cuchara de alcaparras picadas finamente
- 1 pepinillo cortado en 4 tiras largas y delgadas
- 3 cucharas de pepinillo cortado en brunoise
- 1 cucharita ají molido

1 aguacate hecho puré
3 tomates cherris cortados por la mitad
Sal y pimienta al gusto

Preparación paso a paso

1.- Sazone los camarones con jugo de limón sal y pimienta, deje en reposo por diez minutos. Pase por panko, luego por huevo batido, nuevamente por panko y dore en aceite caliente hasta que estén sofrito y reserve.

2.- En un recipiente forme la Salsa Tártara mezclando: la mayonesa, la mostaza, el ají molido, el cilantro, el perejil, el huevo duro, las alcaparras, la cebolla perla y las tres cucharas de pepinillo picado.

3.- Forme un aro con las tiras largas del pepinillo, coloque en el centro del plato, y rellene con el aguacate hecho puré y cubra con la Salsa Tártara.

4.- Sobre la Salsa Tártara (paso Nro.3), coloque dos camarones en el centro, teniendo la precaución de que no se desarme el anillo.

5.- Decore con los tomates cherris y disfrute de este manjar.

Consejos

- El éxito de los platos elaborados con productos de mar se consigue con la elección de la frescura de los crustáceos, para ello se debe constatar, que tengan un olor a mar y que por ningún concepto puedan despedir un olor a amoníaco.
- El desvenar el camarón evita un sabor amargo o arenoso en la elaboración. Además, que aporta con una apariencia más limpia y atractiva.
- La forma de obtener crocancia en los camarones, es pasándoles primero por panko, luego por huevo batido y por último nuevamente por panko. No olvide el presionarlos con la palma de la mano para evitar que se desprenda la apanadura.
- Dore los camarones en abundante aceite a temperatura media alta, por dos minutos. Retire cuando estén dorados y coloque sobre un papel absorbente.

Beneficios de los camarones

Los camarones nos proporcionan un alto contenido nutricional. Al igual que muchos de los productos procedentes del mar, posee un alto contenido en ácidos grasos omega-3. Adicionalmente, poseen vitaminas B12, D y E, además de hierro, yodo, zinc y otros minerales esenciales.

Su pequeño tamaño tampoco les permite almacenar una gran cantidad de grasas, sólo un 2% de su peso es grasa, y no son grasas saturadas.

El camarón es versátil y fácil de preparar se puede cocinar de formas diferentes y es una opción flexible en la cocina. Como cualquier alimento, pueden llegar a ser perjudiciales si los consumimos en exceso, aumentando nuestros niveles de colesterol. Evitemos consumirlos junto a otras grasas para no tener ningún problema.

Entérate algo más de la Salsa Tártara

El origen del nombre «Salsa Tártara» es incierto, pero se cree firmemente que proviene de los tártaros, un grupo nómada de Asia Central. Los tártaros se caracterizaban por su plato de carne cruda, que ahora conocemos como Steak Tartar, a menudo servido con una salsa similar a la que nos trae aquí. Si bien la conexión directa entre el grupo nómada tártaro y la salsa picante que complementa nuestros platos sigue siendo incierta, la cocina francesa desempeña un papel fundamental en su historia.

En el siglo XIX, los chefs franceses perfeccionaron la receta, que incluía una base de mayonesa mezclada con pepinillos picados, alcaparras y hierbas. Esta versión refinada se popularizó con el nombre de Salsa Tártara y se concibió inicialmente como acompañamiento del Steak Tartar. Sin embargo, la experimentación culinaria no tardó en combinar esta salsa con otros platos

Actualmente, la Salsa Tártara es una de las más conocidas en todo el mundo y sirve para acompañar todo tipo de platos, desde los más sencillos hasta los más sofisticados. Para darle un toque de color muy atractivo, puede ponerle un poco de cebollín o perejil.

Recordando personajes



Marco Antonio Rodríguez

Marco Antonio Rodríguez es escritor y ensayista. Ingresó como miembro correspondiente de la Academia Ecuatoriana de la Lengua el 13 de noviembre de 2008. Ha obtenido varios premios y distinciones, entre los más importantes: 1977, *Historia de un intruso*, Premio al mejor libro de habla castellana, Feria Internacional de Leipzig, Alemania; 1985, *Un delfín y la luna*, Premio Nacional de Literatura José Mejía Lequerica, Quito, Ecuador; 1986, *Un delfín y la luna*, Premio Podestá, Madrid; 1991, *Jaula*, Premio Nacional de Literatura Joaquín Gallegos Lara, Quito, Ecuador; 1993, *Jaula*, Premio UNAM de Literatura Latinoamericana, México; 1992, *Jaula*, Premio Universidad Central del Ecuador, Quito, Ecuador; 1999, *Cuentos breves*, Premio Universidad Central del Ecuador, Quito, Ecuador.

Biografía del Dr. Marco Antonio Rodríguez

Nace en Quito, el 30 de marzo de 1941, es escritor y ensayista ecuatoriano miembro de número de la Academia Ecuatoriana de la Lengua desde el 2012.

El Dr. Marco Antonio Rodríguez realizó sus estudios primarios en el Pensionado Borja Nº 1 de Quito, los secundarios en el colegio San Gabriel, obteniendo el título de Bachiller en Humanidades Modernas con especialización en Ciencias Sociales. Los estudios superiores realizó en la Universidad Central del Ecuador, doctorándose en Jurisprudencia.

Luego obtuvo el título de doctor en Filosofía y Letras en la Facultad San Gregorio de Quito. Posteriormente realizó un máster en Ciencias Políticas por la Universidad Javeriana de Bogotá-Colombia.

Como escritor de artículos, ha colaborado en varios medios ecuatorianos de comunicación como diario El Comercio, diario Hoy, La Hora, El Universo, suplementos dominicales de estos periódicos, revista Letras del Ecuador, Hablemos; e internacionales como Excélsior, El Gallo Ilustrado de México; Marcha de Uruguay y el suplemento cultural de ABC de España.

Ingresó como miembro correspondiente de la Academia Ecuatoriana de la Lengua el 13 de noviembre de 2008. Fue recibido en el seno de la Academia por el director de la institución,

Dr. Jorge Salvador Lara, y el discurso se tituló Testimonio sobre la palabra y su celebración en la obra de Francisco Granizo Rivadeneira.

Por decisión unánime de la Academia Ecuatoriana de la Lengua, el 18 de julio de 2012, fue promovido a miembro de número. Leyó el discurso titulado Palabra y arte. Fue presidente durante dos períodos de la Casa de la Cultura Ecuatoriana Benjamín Carrión. Desde 2019 es miembro de la Comisión Nacional Anticorrupción.

Obras destacadas:

Solo de mujeres, 2017. *Ramón Piaguaje. El artista que llevó su Amazonía por el mundo*, 2016. *Grandes del siglo XX*, 2002. *El cuento, ese demonio*, 2000. *Palabra e imagen*, 1999. *Guayasamín*, 1984. *Kingman*, 1982. *Cuentos del rincón*, 1971. *Rostros de la actual poesía ecuatoriana*, 1962, entre otras.