

LOS ENCURTIDOS

La sensación tan especial de “hacerse agua la boca” cuando gustamos de un pepinillo o cualquier encurtido es la presidente Abraham Lincoln cuando comía esos agrios pepinos que preparaba su tía Sally.

Aunque provienen de los persas, hoy en día los encurtidos se han popularizado tanto que se encuentran en todo rincón del mundo, deleitando el paladar de millones... se usan como ingredientes de otras recetas: en la tradicional hallaca, hamburguesas, antipastos o simplemente solos, para estimular las glándulas salivales y ayudar a una mejor digestión.

Los Encurtidos son productos cuya conservación se realiza mediante la inmersión (sumergir) en Vinagre. Aprendimos en un artículo anterior que el ácido acético que contiene el vinagre tiene acción conservadora, siendo los vegetales los ideales para encurtir y conservarlos por largas temporadas. Los pescados, mariscos y carnes también se encurten ya sea en limón (ácido cítrico) o vinagre, sin embargo deben consumirse pronto ya que son perecederos.



PEPINILLOS EN VINAGRE

Ingredientes :

- ½ kg de pepinillos pequeños de 6cm. Aproximadamente
- 2 ½ tazas de vinagre blanco
- ½ cucharada de sal para espolvorear
- 1 cucharadita de semillas de cilantro machacadas
- 1 cucharadita de semillas de mostaza machacadas
- ½ cucharada de sal
- 2 cucharadas de azúcar
- 3 cucharadas de aceite de maíz

Preparación

- 1) Lavar bien los pepinillos y secarlos
- 2) Ponerlos al sol espolvoreados con sal por dos horas aproximadamente para que sequen un poco, moviéndolos de vez en cuando.
- 3) Sumergirlos en agua caliente avinagrada y retirarlos después de 30 segundos.
- 4) Poner a calentar el vinagre con semillas, sal y azúcar. Revolver y dejar cocinar por cinco minutos sin hervir.
- 5) Esterilizar los frascos por diez minutos, y las tapas por 1 minuto. Retirarlos y llenar los frascos con los pepinillos.
- 6) Añadir el vinagre caliente (con las semillas) y agregar el aceite.
- 7) Tapar herméticamente. Ubicarlos en lugar fresco y consumir si se desea en 10 días (después de abierto el frasco guardar en nevera).



Donde los árabes se consiguen tiernos y largos de aproximadamente 20 cm. o más, son muy buenos para encurtir, se pueden picar en dos o tres pedazos o utilizar frascos más grandes para encurtirlos enteros.

Los pepinos comunes de ensalada no se recomiendan para encurtir porque tienen mucho líquido y la textura es diferente.

En las legítimas hamburguesas americana es imprescindible rodajitas de pepino encurtido (pickle)

BERENJENAS A LA VINAGRETA

Ingredientes

- 1 Berenjena mediana
- 1 pimentón (rojo verde)
- 1/8 cucharadita adobo completo
- ½ cucharada salsa soya
- 1 ½ cucharada azúcar
- ¼ cucharadita nuez moscada
- 2 ajíes dulces
- 1/2 cucharadita de ajos bien machacados
- 1/4 taza de aceite de maíz
- 1 cucharada ketchup
- 1/4 taza de vinagre blanco
- 1 ½ taza de agua
- Laurel, 2 clavitos, 3 granos pimienta.

Preparación

- 1) Picar en tiritas los pimentones y el ají dulce. Picar cebollas a la juliana.
- 2) Pelar berenjenas y cortarlas en tiras de aproximadamente x de 4cm. Dejarlas hervir a fuego medio junto con una bolsita de tela que contenga las especias machacadas. Dejar cocinar hasta que las berenjenas estén suave sin deshacerse.
- 3) Mezclar vinagre, azúcar, salsa de soya, ketchup, aceite, ajos machacados, adobo, nuez moscada rallada.
- 4) Retirar berenjenas y vaciarla a la mezcla anterior, añadiéndole 1 taza de agua en que se cocinaron las berenjenas y el ají dulce.
- 5) Añadir cebolla y pimentón. Dejar enfriar y llevarlo a la nevera, o envasarlo en frasco esterilizado. Añadir vinagre si fuera necesario.
- 6) Se sugiere consumirlo de un día para otro.