

Las sopas : El mejor invento de la cocina

Mamaaá No Quiero No me gusta la sopa! Expresiones así, escuchamos frecuentemente en nuestros hijos o fueron dichas con mucha fuerza por nosotros mismos; en aquellos años mozos, la odiábamos; sin embargo, cuando alcanzamos la madurez, el buen criterio, conocimiento de sus nutrientes y desarrollo del paladar, No podemos vivir sin un plato de suculenta y humeante sopa.

Las sopas son tan antiguas como el hombre mismo. Desde épocas muy remotas y durante todos los períodos de la historia han sido muy gustadas y consumidas; la clase deprimida generalmente las preparaba en base a cereales como trigo, cebada, pan y leguminosas como garbanzos y servía para mitigar el hambre de aquellas grandes masas; estuvieron asimismo en las mesas reales... el deseo de Enrique IV, rey de Francia y un gran sibarita era que todos sus vasallos tuvieran una gallina gorda para echarla en la olla todos los domingos... Las sopas en Venezuela se conoce generalmente con el nombre de sancochos, hervidos, cruzados – cuando intervienen más de dos carnes en su preparación y ya para mediados del siglo XIX los venezolanos eran grandes "comedores de sancocho"; la etimología del término sancocho es del latín sub – coctum que denota el cocimiento a fuego bajo, y asimismo comprende a la reunión social para pasarle chévere y consumir un buen sancocho con picante y una cervecita bien fría. Los hay de carne de res, de costilla, de rabo, de gallina, de pescado, mariscos... hasta poetas han escrito sobre el sancocho; como es el caso del guaireño Juan José Breca humorístico del siglo XIX quien escribió: ni me falte jamás aunque sorocho/ un plátano en mi olla de sancocho... Hay para cada gusto, particularmente entre los sancochos venezolanos el que me fascinó es el picadillo llanero, que tuve la satisfacción de probarlo por primera vez en el propio Barinas en la finca de mi amiga Argentina Fernández, es muy digestivo porque en su preparación lleva pecho de res, yuca, plátano verde y topocho y full aliños verdes usando cilantro de monte, hecho a leña por las manos de una india apureña Santa Elisa. Realmente fue buenísimo, tanto así que en aquella agradable estadía aumente cinco kilos (estamos pendientes con el picadillo)

SOPA DE NOVIOS

Apreciada y muy deleitada, es el plato infaltable en celebraciones de matrimonios, bautizos, cumpleaños, graduaciones y eventos especiales en los pueblos indígenas del Bajo Piura en la costa norte de Perú –que la preparan a leña y en olla de barro – el Bajo Piura, cuna asimismo del cebiche peruano. Las personas que por primera vez la prueban se ven en la tención de repetir una o dos veces, aunque cuidado...es un tanto rica en calorías!

SOPA DE NOVIOS

Ingredientes :

- 3 litros de agua
- 2/4 traseros de pollo (piernas y cuadriles) Cortado en trozos pequeños
- 2 Cucharadas de ajo machacado
- 1 taza de cebolla en daditos
- 10 ajíes dulces picaditos – comino, pimienta blanca
- 6 panes picados chiquitos y remojados en agua (sirven también los panes duros)
- 2 cubitos de pollo
- 100 grs de pasa de spaghetti
- 150 grs de pasitas
- 150 grs de aceitunas
- Aceite onotado



Preparación:

En olla gruesa poner el aceite onotado, sofreír cebollas, ajos, ajíes dulces. Añadir el pollo en trozos hasta que dore, agregar comino, pimienta.

Agregar el agua y dejar hervir por un rato hasta que ablande el pollo, agregar los cubitos y la pasta (fideo) troceado, - cuando esta el fideo al dente, añadir el pan remojado, el cual debe estar bien desmenuzado, agregar las pasas y aceitunas y dejar espesar un tanto, moviendo para que no se pegue y hierva un momento. Sazonar con sal si es necesario. Servir en plato hondo y encima agregar tres cucharadas de aderezo.

Para el aderezo:

Dos tazas de cebolla morada (preferiblemente) picada a la pluma gruesa, sazonadas con 4 cucharadas de vinagre de vino, tiras finas de pimentón rojo, 1 ají picante en tiritas (opc.), 1 Cda pimentón en polvo, ½ taza de aceite.

Preparación : En sartén a fuego alto, calentar aceite, agregar el pimentón en polvo, mover y añadir las cebollas con vinagre, las tiras de pimentón, ají picante y saltera rápidamente, sazonar con sal y pimienta blanca. Agregarlo de inmediato encima de la sopa servida en el plato. Se puede usar, menudencias de pollo