

Recetas en

**SABERES Y SABORES
DEL
CACHAPOAL**



Saberes y Sabores del Cachapoal

Rescate y difusión de la cocina tradicional chilena

Salpicón de doña Margarita

El salpicón es uno de esos platos que, a partir de una idea base común, desarrolla tantas versiones como cuantas familias o cocineros hay: cada quien le añade lo suyo, y no solo en ingredientes sino también en la manera de prepararlo.

De origen español y tan antiguo como para aparecer mencionado en el mismísimo Don Quijote de la Mancha, ya una vez en esta tierra tomó colores propios, ganando un apellido: “Salpicón chileno”.

Plato veraniego y sabroso, lo que le caracteriza –es decir, su base común- es que es un plato frío que integra carne con papas, lechuga y huevo, todo picado, aliñado y revuelto. La carne puede ser de vaca (generalmente la que quedó de alguna otra preparación, como cazuela o asados), ave (pollo o gallina) o pescado (atún o jurel en tarro) y a esas verduras mínimas se le puede añadir arvejas, zanahoria, choclo, porotos verdes, aceitunas, cebollín o cebolla, etc.

Esta receta corresponde al salpicón que prepara doña Margarita Córdoba Miranda, de Coinco, el que durante varios años enviaba como vianda para el almuerzo de sus hijas cuando estudiaban en el colegio de Rancagua. Así lo aprendió y adecuó ella; así lo prepara regularmente hoy.

Salpicón de doña Margarita

Ingredientes

Receta para 4 personas

- 3 papas
- 1 lechuga mediana
- 4 huevos
- 2 zanahorias
- 3 paltas
- 1 taza de arvejas
- 1 tarro de atún en lomitos
- Porotos verdes
- Sal, aceite y limón

Preparación

1- Lo primero es pelar las papas y las zanahorias para luego picarlas en cubos pequeños.

Posteriormente se cortan, en “juliana pequeña, pero no largo, más cortito, como en diagonal”, los porotos verdes, y se desgranán o descongelan las arvejas.



Salpicón de doña Margarita

2- Todo ello se cocina junto, en agua con una pizca de sal, durante 12 a 15 minutos.

Cuando las papas estén cocidas, estará listo. Se cuela y deja enfriar.

En recipiente aparte se cocinan los huevos hasta que estén duros.

En paralelo se pica la lechuga fina, las paltas en cubitos y una vez fríos, los huevos en rodajas.



Salpicón de doña Margarita

3- Estando todo preparado y frío, se mezclan los ingredientes junto al atún en una fuente amplia, se aliña con sal, aceite y limón, y se sirve en plato extendido, cuidando de que cada ración contemple varias rodajas de huevo. ¡A disfrutar!

“Y habiendo choclo, se le agrega choclo también, pero ese de cocina aparte y después se cortan los granos y se integra. Todo fresquito y de temporada. Este plato puede decirse que es como una entrada abundante. Siempre la acompañamos con una sopita primero, tipo carbonada, para que el almuerzo sea más completo y deje bien”, comenta María Elena, una de las hijas de doña Margarita, quien continúa la tradición en su mesa familiar.



Salpicón de doña Margarita

