

DOMINA LA

Gastronomía peruana



DESDE CASA

EMPIEZA TU VIAJE CULINARIO HOY



INGAPE
— CULINARY INSTITUTE —

Caldo Verde

El Caldo Verde es una sopa típica del norte del Perú, especialmente popular en zonas rurales y andinas. Su color característico proviene de las hierbas frescas, y suele servirse caliente como parte de los desayunos o comidas principales. Es una preparación sencilla y muy arraigada en la cocina local.



Ingredientes

- Perejil 4 Ramas
- Paico 4 Ramas
- Huacatay 4 Ramas
- Muña 4 Ramas
- Cilantro 4 Ramas
- Papa blanca 3 Unidades
- Huevos 4 Unidades
- Queso fresco 200 Gramos
- Agua 500 Mililitros
- Rocoto 1 Unidad
- Cebolla 1 Unidad
- Ajo 1 Diente
- Condimentos (Sal, pimienta, comino, etc)

Preparación

Para recrear este tesoro de la gastronomía de Cajamarca ideal para reconfortar el cuerpo ante el frío, comenzaremos calentando dos litros de agua en una olla de barro sazonada con una cucharada de sal, donde verteremos las papas blancas cortadas en cubos para su cocción. Mientras los tubérculos se cocinan, introduciremos un bouquet garni compuesto por ramas de paico, cilantro, perejil, muña y huacatay durante solo dos minutos para infundir el caldo y luego retirarlo, al tiempo que licuamos las hojas de estas mismas hierbas con 150 mililitros de agua hasta obtener un concentrado verde intenso. Paralelamente, prepararemos la guarnición picante salteando en un wok con aceite generoso trozos de cebolla, rocoto y ajo con un chorrito de vinagre, flambeando la mezcla para aportar notas ahumadas antes de procesarla con 80 mililitros de agua, sal, sazonador y pimienta.

De regreso a la olla principal, cuando la papa esté tierna, incorporaremos el licuado de hierbas dejando que retome el hervor por dos minutos, momento en el cual añadiremos cuatro huevos uno por uno removiendo suavemente para que la clara se disperse sin romper las yemas, rectificando el sabor con sal, una pizca de pimienta y glutamato monosódico.

Finalmente, agregaremos cubos de quesillo dejando que se fundan ligeramente con el calor residual y serviremos este potaje humeante acompañado de más queso fresco y la crema de rocoto reservada.



INGAPE
— CULINARY INSTITUTE —