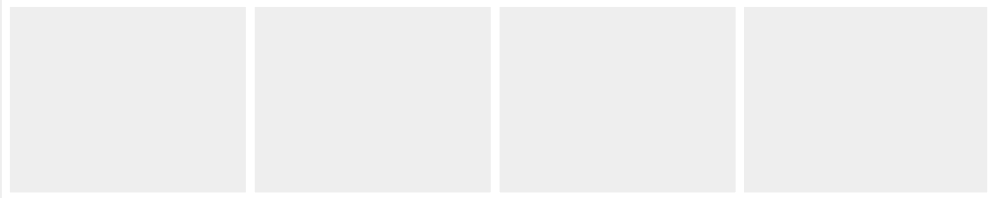




Gerencia Regional de Recursos Naturales
y Gestión del Medio Ambiente



Recetario de platos de carne de alpaca

COORDINADORA REGIONAL DE CAMÉLIDOS SUDAMERICANOS

RECETARIO DE PLATOS DE CARNE DE ALPACA

Introducción

Huancavelica es una región muy rica por sus vastos recursos naturales, es así que sus pobladores alto andinos son hábiles criadores de la llama y la alpaca, adecuándolas a los diversos ecosistemas cuyo aprovechamiento viene a ser fuente importante de su alimentación, es así que la carne de alpaca y de llama, fue uno de los platos preferidos de la familia imperial inca.

En la actualidad la crianza de camélidos sudamericanos, constituye una de las actividades de mayor importancia e impacto en el desarrollo socio económico de la población andina del Perú. Cuya carne está destinado al consumo humano, rica en proteínas con un porcentaje bajo de grasas y cuya forma más común de procesarla es la “cecina”, es decir carne secada con sal en la helada.

La carne de alpaca, considerada hoy en día como “carne ecológica” ya que procede de animales que consumen pastos naturales sin ningún tipo de suplementos o estimulante artificiales y que beben las limpias aguas de los manantiales que filtran los nevados, la carne de alpaca considerado como producto

oriundo de nuestro país y por su valor nutritivo, forma parte de la dieta del poblador ocupando un buen sitio en la gastronomía peruana.

El Gobierno Regional de Huancavelica, a través de la Coordinadora Regional de Camélidos Sudamericanos de la Gerencia Regional de Recursos Naturales y Gestión del Medio ambiente viene impulsando el desarrollo sostenido para que la formación de empresas productivas sean grandes o pequeñas, que permitirá mejorar la producción como es el caso de su fibra y su carne de alpaca y promover el consumo de carne para cuyo efecto se cuenta con la colaboración desinteresada de la Escuela de Gastronomía & Arte Culinario “Pasific” de la ciudad de Huancavelica, quienes nos proporcionan un recetario especial a base de la carne de alpaca. ●

la alpaca

La alpaca, es un animal fino de armonioso caminar, de cuerpo esbelto cubierto de fibra que en su conjunto se denomina vellón. La alpaca como especie doméstica es criada en rebaños; su producción principal es su carne, y su fibra que presenta un número variado de colores. La carne fresca de alpaca es materia prima de alta calidad para la elaboración de embutidos y conservas y para preparar gran variedad de platos.

La alpaca, en el Perú constituyen el principal capital productivo en los ecosistemas alto andinos, cuya fibra y carne constituyen fuentes de gran valor para los productores de alpacas. La carne de alpaca tiene un valor nutritivo muy superior a las carnes rojas pues proviene de animales alimentados en praderas naturales sobre los 3,800 m.s.n.m. La carne es rica en proteínas, conteniendo la de alpaca 21.27% y la de llama 24.82%, poca grasa y bajo contenido de colesterol.

Los pueblos aymaras ante la necesidad de conservar la carne de consumo de camélidos

domésticos (llamas y alpacas), desarrollaron una técnica de deshidratación utilizando los rayos del sol y la sal. Ello dio origen al conocido Charqui, que hoy día se sigue utilizando.

Este tipo de carne tiene muchas ventajas desde el punto de vista nutricional. Estudios científicos han destacado el bajo porcentaje de grasas que tiene la carne de camélido doméstico (4,8%), por lo que es muy adecuado en dietas para personas con afecciones cardíacas o que siguen un régimen bajo en grasas. Pero además el nivel de grasas disminuye en el charqui que tiene 2,1%

Así tenemos que de proteínas, el charqui de camélido tiene 74,1% contra 67% del charqui de bovino; de humedad, el charqui de camélido, 1,2% contra 20% del charqui de bovino; lípidos, 2,1% del charqui de camélido contra 4% del charqui de bovino; cenizas, 4,5% del charqui de camélido contra 8% del charqui de bovino y extracto no nitrogenado, 6,9% del charqui de camélido contra 1% del charqui de bovino. ●

GASTRONOMIA Y ARTE CULINARIO AL ESTILO HUANCVELICANO

Existe una gran variedad de platos a base de la carne de alpaca, en esta edición les damos a conocer algunos de los exquisitos platos preparados a base de la carne de alpaca, su preparación y los diferentes ingredientes que se utilizan considerando que la carne de alpaca en la actualidad es muy utilizado en las mesas familiares por ser un producto al alcance económico y de muchas ventajas nutricionales, con bajos porcentajes de grasa y con muchas proteínas para la alimentación diaria. por lo que es muy adecuado en dietas para personas con afecciones cardíacas. ●

RISOTTO A LA PARMESANA CON BROCHETA DE ALPACA

INGREDIENTES

- 1 litro de caldo de pollo.
- 2 onzas de mantequilla.
- 2 cucharadas de aceite de oliva.
- 2 cucharadas de cebolla o cebollino, finamente picados.
- 11 onzas de arroz.
- Sal y pimienta recién molida al gusto.
- 2 onzas de queso parmesano, recién molido.

Brocheta de alpaca

- Lomo de alpaca
- Romero, tomillo, estragón, sal, pimienta, vino blanco

PREPARACIÓN

- Caliente el caldo y deje cocer suavemente. En una olla grande, de base gruesa, caliente juntos la mantequilla y el aceite. Añada la cebolla o cebollino y cocine hasta que esté transparente. Agregue el arroz seco y muévelo hasta que cada grano quede barnizado.
- Vacíe unos 150 ml. de caldo caliente sobre el arroz y cocine a fuego medio, revolviendo, hasta que el líquido se haya absorbido casi completamente. Agregue otro poco de caldo y cocine, revolviendo siempre, hasta que éste se haya absorbido también.
- Siga agregando pocos de caldo, cocinando y revolviendo hasta que cada grano de arroz esté reventado y suave, pero con cierta firmeza en el centro.
- Quite la olla del fuego y sazone con sal y pimienta. Revuélvale el resto de la mantequilla y el queso rallado. Sirvalo de inmediato con más queso parmesano. Lo que le sobre puede usarlo para croquetas, porque no queda bien recalentado.
- Acompañar con brocheta de alpaca.
- Para la brocheta marinar con especias, romero, estragón, tomillo, sal, pimienta, vino blanco, llevarlo a la parrilla. Servir.

ADOBO DE ALPACA

INGREDIENTES

- 1 k (2 lb) carne de alpaca (brazo o pierna)
- 1 k (2 lb) cebolla roja, cortada en trozos largos
- 1 k (2 lb) yucas cocidas
- 2 tazas de chicha de jora o cerveza
- 3 cucharadas de aceite
- 2 cucharadas de ají panca molido
- ½ cucharada orégano
- ½ cucharadita comino molido
- ½ cucharadita de pimienta molida
- 1 cucharadita de achiote
- ½ cucharadita de romero

PREPARACIÓN

- Cortar la carne de alpaca en trozos no muy pequeños.
- Freír la cebolla en cuatro cucharadas de aceite bien calientes, hasta que se doren.
- Verter la cerveza en un recipiente y añadir el ají panca, los ajos, comino, pimienta, orégano, achiote, romero y la cebolla que previamente se salteó. Dejar la carne adobando en esta mezcla hasta el día siguiente, para darle más sabor.
- Al día siguiente, escurrir las presas de alpaca y dorarlas en una sartén a fuego fuerte. Regresar la carne a la mezcla del adobo y cocinar aproximadamente 1 hora a fuego suave.
- Acompañar con papas o yucas cocidas o fritas.

ALPACA CON QUINUA Y RATATOUILLE

La carne

800 grs. lomo de alpaca
1 cda. estragón seco
Sal y pimienta
Salsa
1 tz. Oporto
Estragón al gusto
Sal
1/2 tz. salsa de carne concentrado
2 cda. mantequilla sin sal

Quinua

300 grs. quinua (grano reventado)
3 cdas. Aceite
2 cdas. cebolla roja picada
2 dientes ajos picados
1/2 tz. ají escabeche molido
sal y pimienta

Ratatouille

3 cdas. de aceite vegetal
3 cdas. de cebolla roja picada
2 dientes de ajos picados
Sal y pimienta
1 berenjena
1 zapallito italiano
1 pimiento morón rojo
1 pimiento morón amarillo
4 tomates

PREPARACIÓN

- Condimente el lomo de alpaca con sal, pimienta, estragón y lleve a la parrilla. Prepare la salsa, mezclando todos los ingredientes hasta homogeneizar.
- Para la quinua, haga un aderezo con el aceite, la cebolla, el ajo, el ají escabeche, sal y pimienta al gusto. Añada la quinua y deje que espese.
- Para la ratatouille, haga un aderezo de cebolla y ajos, incorpore todos los ingredientes picados en cuadrados. Hierva 15 minutos y retire del fuego.
- Sirva la carne de alpaca laminada, bañada en salsa y ubique las guarniciones en forma decorativa en el plato.

CAZUELA DE ALPACA

INGREDIENTES

Cortes recomendados:

- Lomo, brazuelo, pierna.
- 1/4 kg. de carne de alpaca.
- 1 cebolla.
- 2 ajos molidos.
- 1/4 kg de arveja fresca.
- 1 nabo pequeño.
- 1/4 kg. de zapallo.
- 2 cucharadas de aceite.
- 1 tomate.
- 1/4 kg. de vainita.
- 3 papas.
- 1 zanahoria.
- Sal y perejil picado al gusto.

- Cortar la carne en trozos pequeños.
- En una olla grande, calentar el aceite, poner la carne y dorar bien.
- Agregar la cebolla picada, los ajos molidos y el tomate picado y ahogarlo todo.
- Aumentar suficiente cantidad de agua caliente, sazonar, tapar y hervir lentamente durante 1 hora.
- Picar vainita, arveja, zanahoria, papas, nabo y zapallo, aumentar a la cacerola y hervir nuevamente a fuego lento.
- Adornar con perejil picado para servir.

ESTOFADO DE ALPACA

INGREDIENTES

- 600 grs. carne (pierna) de alpaca
- 4 cdas. aceite vegetal
- 200 grs. tocino cortado en cubos
- 1 cebolla grande cortada en brunoise
- 3 dientes de ajo chancados
- 1 lata grande de pasta de tomate
- 1/2 cda. Azúcar
- 1/2 lt. vino tinto
- 1 kg. puré de tomate
- 2 hojas de laurel
- 1 rama grande de romero
- 1/2 tz. hongos negros remojados
- 1/2 tz. pasas negras y blancas
- Sal y pimienta

PREPARACIÓN

ALPACA ENCEBOLLADA

- Un kilo de lomo de alpaca
- Cuatro cebollas rojas
- Seis tomates pelados
- Dos ajíes amarillos cortados en tiras
- Media taza de vinagre tinto
- Dos cucharadas de ají colorado
- Tres cucharadas de aceite
- Sal y pimienta al gusto

LOMO SALTADO DE ALPACA

Para el saltado

- 150 gr lomo de alpaca
- 20 gr cebolla roja
- 15 gr ají amarillo
- 15 gr tomate
- cn culantro
- cn sal y pimienta
- 20 ml sillao
- 15 ml vinagre tinto
- 15 ml pisco
- 100 gr de papa amarilla
- 1 dte de ajo

PREPARACIÓN

- Cortar el lomo de alpaca en tiras.
- Cortar la cebolla y el ají en juliana, cortar el tomate en gajos y picar el ajo.
- Sazonar el lomo saltearlo a fuego vivo en un wok por unos 2 a 3 minutos, retirar.
- En mismo wok echar la cebolla y ají, saltear.
- Regresar el lomo, añadir el ajo y tomate.
- Flambear con el pisco.
- Mojar con el sillao y vinagre.
- Saltear.
- Al final echar el culantro picado.
- Sazonar.
- Servir con papas fritas.

ANTICUCHO DE LOMO DE ALPACA

INGREDIENTES

- 2 dientes de ajo, molidos
- ¼ taza de ají panca molido
- Sal
- Pimienta
- Comino
- ¾ taza de vinagre
- ½ cucharadita de sal
- 2 dientes de ajo, molidos

Anticuchos de alpaca

- Lomo de alpaca
- Sal
- Aceite
- Ají amarillo fresco y molido
- Palitos para anticucho o bambú

PREPARACIÓN

Marinada:

- Mezclar bien los ingredientes de la marinada. Separar.

Anticuchos de Alpaca:

- Limpiar el lomo de alpaca quitándole grasa y venas. Cortar en trozos de 2 ½ a 3 cm (3/4 a 1 pulgada). Colocarlos en un bol y verter encima la mezcla de la marinada. Dejar el lomo de alpaca marinando mínimo 2 horas.
- Ensartar 3 trozos en cada palito de anticucho.

- Calentar la parrilla o brasero y acomodar los palitos de anticucho untándolos con una mezcla de ají amarillo fresco molido y aceite. Dar vuelta y esperar que se cocinen.

Servir bien caliente.

- Generalmente, se sirven 2 palitos de anticucho por persona acompañados de una papa cocida, un trozo de cholo y ají molido fresco en caso de desearlos más picantes.



Pacific *Chef*

ESCUELA DE GASTRONOMÍA & ARTE CULINARIO

Jr. Victoria Garma 343. Huancavelica
Teléfono: 067452436 / email: pacific_chef@hotmail.com