

ARTE CULINARIO DE ARGELIA

La cocina argelina es considerada como una de las más ricas del mundo. Sin embargo ésta no ha podido ser decodificada, estudiada y promovida como se merece.

Extensa, la comida argelina es por su historia crisol donde se funden razas y civilizaciones! A esto, añadamos la diversidad regional que hace del repertorio gastronómico uno de los aspectos que constituye un verdadero mosaico cultural natural.

Tradicionalmente, las comidas cotidianas, son en su mayoría, sobrias y compuestas generalmente de verduras de temporada, acompañadas de pan. El "couscous" es casi obligatorio al menos una vez a la semana. Aunque se hayan tomado ciertas influencias europeas, hoy en día los argelinos no olvidan las reglas que rigen la mesa durante las fiestas, conmemoraciones religiosas, fiestas de compromiso, bodas, circuncisión, funerales, etc. La comida es el cimiento de los lazos, un acto de comunión, es compartir la "sal".

Para hablar de las sopas, se tienen que tomar varios capítulos de un libro de cocina, éstas surgen de un mismo principio: una gran variedad de carnes, aves, legumbres, cereales, habas, chícharos, perejil, cilantro, menta, etc.

Las sopas ocupan un lugar importante tanto en los menús familiares como en recepciones.

El rey de los platos es naturalmente el "couscous". Este plato se sirve con todas las salsas posibles e imaginables, lo que no es despectivo. Un "couscous" de cebada a la calabaza en una terraza de Timimoun es un inolvidable recuerdo.

ORÍGENES DEL "COUSCOUS" CONSIDERADO COMO PATRIMONIO GASTRONÓMICO MILENARIO

Desde los tiempos Libo-Fenicios, el hombre libre de la región argelina llamado Amazigh organizaba su vida culinaria alrededor de un plato preparado a partir de trigo duro.

El origen local argelino en materia de cereal se llamaba, hace ya unos tres mil años, el "hebda", el "bidi", el "baliouni" y fue durante todo el periodo romano "el silo de trigo de Roma".

El couscous, plato nacional por excelencia, existía desde los tiempos de los fenicios. Sin duda tiene una genealogía Berbere del tiempo de la Kahina donde había esta "berboucha" chaouie, una especie de couscous típico de la región de

Aures. De origen milenario, el couscous argelino refleja toda una tipología de la civilización que ha caracterizado a todas las etapas de su historia.

Si bien es cierto que los fenicios aportaron de la antigüedad un saber-hacer culinario, los habitantes de todo el área "Magrebí" (lugar donde se pone el sol y lo conforma Marruecos, Túnez, Argelia, Mauritania, Sahara Occidental y Libia), tenían un alimento que refleja los símbolos bajo la influencia de los astros. De Melilla a Ceuta, de Fez a Tánger, de Tlemcem a Mascara, de Bel-Abbes a Sétif, de Constantina a Túnez pasando por Trípoli, el couscous ha existido en este aire magrebí. El impacto culinario del couscous llega a toda la parte norte del Mediterráneo. Del nacimiento hasta la muerte, en los momentos de alegría hasta los momentos de pena, el couscous constituye un símbolo gastronómico en la tradición argelina y magrebí.

Los hábitos y costumbres tienen tendencia a adherirse a los límites de una evolución social. El couscous refleja de una cierta manera de su preparación un rango social. Desde el grano grueso hasta el grano más refinado, hay toda una graduación de civilización en su forma de preparación y de presentarla a los invitados.

No existe una verdadera receta única del couscous. Cada región de Argelia la prepara a su propia manera en función de la disponibilidad de los ingredientes. (En la costa se comerá con pescado, mientras que en las regiones ganaderas se comerá el couscous de carnero, el couscous con verduras lo encontraremos en las regiones montañosas). El couscous puede ser preparado con salsa blanca o roja, o sin salsa con la llamada "petit lait" que es una especie de crema espesa, con azúcar o centeno.

El tamaño de la sémola puede ser variada según la región y / o el platillo.

RECETARIO

Pasta base (sémola) para elaborar un couscous

Ingredientes:

- 500 g de sémola gruesa de trigo.
- 500 g de sémola fina de trigo.
- Sal
- Agua
- Aceite
- Mantequilla



Material:

- Un gran recipiente plano de metal o madera.
 - 1 Coladera de hoyo grande.
 - 1 Coladera de hoyo pequeño.
 - Vaporera de couscous. Kaskess y Kfila (ver diccionario)
1. Cernir la sémola en la coladera grande en el plato de metal o madera.
 2. Humecte con agua salada y extienda en círculos hacia un mismo sentido
 3. Eleve un poco la palma de la mano y trabaje la sémola con los dedos abiertos.

Después de la completa absorción del agua, espolvoree un puñado de sémola pequeña y continúe moviendo el couscous de la misma manera hasta que los granos de couscous se comiencen a formar.

4. Reanude la operación añadiendo después de varios movimientos rotatorios otro pequeño puñado de sémola pequeña con un poco de agua para poder tener el mismo resultado de la operación anterior.
5. Pase los granos posteriormente a la coladera pequeña. Los granos que quedan en ella constituyen el couscous. La sémola caerá al plato.
6. Rocíe de agua y continúe la misma operación para el couscous.

7. Unte el couscous con un chorro de aceite y vacíelo en la parte alta de la vaporera de couscous y agregue agua en la parte baja (el líquido no debe estar en contacto con la parte alta).
8. Cocer el couscous al vapor durante 10 minutos.
9. Rocíe un vaso grande de agua salada, revuelva y deje esponjar un momento.
10. Unte nuevamente un chorro de aceite y pase el couscous otra vez al vapor.
11. Después de la cocción, vierta el couscous en un plato y úntelo de mantequilla o aceite de olivo, según sea el gusto.

Sin embargo no se puede limitar la gastronomía argelina solamente al couscous. Existen muchos y variados platillos más.

H'MIS

Personas: 6

Tiempo de preparación: 10 min.

Tiempo de cocción: 15 min.

Ingredientes:

- 500 g. de pimiento morrón
- 1 chile picoso desvenado
- 2 jitomates
- aceite y sal



Preparación:

1. Asar el pimiento morrón y los jitomates, pelarlos y desvenarlos, luego cortarlos y añadir el chile.
2. Revolver y agregar sal y aceite, amasar bien.

Esta receta se recomienda como aperitivo.

CHORBA MKATFA (Sopa de cordero)

Personas: 6

Tiempo de preparación: 20 min.

Tiempo de cocción: 1:20 hrs.



Ingredientes:

- 500 g. de carne de borrego / cordero
- 6 jitomates o 3 cucharadas soperas de concentrado de jitomate
- 1 calabacita
- 1 cebolla
- 50 g. de garbanzos
- 50 g. de ejotes
- 50 g. de alubias
- 1 manojo de cilantro
- 1 ramo de cilantro
- 1 ramita de apio
- 1 cucharada cafetera de pimienta
- 1 cucharada cafetera de pimienta roja
- ½ cucharada cafetera de canela
- 3 cucharadas soperas de aceite
- 1 limón
- 100 g. de fideos finos
- sal

Preparación:

1. Corte la carne en pedazos pequeños, pique finamente la cebolla, la calabacita, el ramo de cilantro y los ejotes.
2. Revuelva todo en una olla, añada aceite, sal, pimienta roja, pimienta, los garbanzos y ponga al fuego por 15 min., cubra con litro y medio de agua.
3. Agregue el jitomate concentrado o los 6 jitomates molidos en la licuadora y deje cocer durante 45 min. Aproximadamente.
4. Añada los fideos finos y deje cocer durante 15 min.
5. Agregue el cilantro restante finamente picado antes de servir.

HARIRA (guisado de borrego)

Personas: 6

Tiempo de preparación: 20 min.

Tiempo de cocción: 1:20 horas.



Ingredientes:

- 500 g. de carne de borrego
- 1 cebolla grande
- 1 taza de cada verdura puestas a remojar la noche anterior: garbanzos, lentejas, habas, guisantes.
- 1 ramo de apio
- 1 ramo de cilantro
- menta
- 500 g. de jitomate
- 3 cucharadas soperas de aceite
- 3 cucharadas soperas de harina
- 100 g. de arroz
- 1 huevo
- 2 cucharadas soperas de vinagre
- 1 cucharada cafetera de pimienta
- 1 cucharada cafetera de azafrán
- 1 cucharada cafetera de jengibre
- 1 limón
- sal

Preparación:

1. Corte la carne en forma de pequeños dados, pique la cebolla, el ramo de apio, la mitad del ramo de cilantro y la menta.
2. Coloque en una cacerola, la carne, la cebolla, las hierbas, el azafrán, el jengibre, sal, aceite y las verduras, revuelva bien y pase al fuego por 20 min. Luego añada 2 L de agua hasta ebullición.
3. Muela los jitomates en la licuadora y vacíe esta salsa en la cacerola, deje cocer 45 min.
4. Cierna la harina en un recipiente, agregue vinagre y deje reposar.
5. Vacíe el arroz y revuelva bien la harina y el vinagre. Dejar cocer por 20 min.

6. Retire del fuego, agregue un huevo entero en un recipiente, añada el limón y la otra mitad del cilantro, la menta picada y vacíe todo en la cacerola moviendo constantemente. Obtendremos en el platillo hilos blancos provenientes del huevo cocido.

7. Servir

KARAA DOLMA (Calabacitas rellenas)

Personas: 4

Tiempo de preparación: 30 min.

Tiempo de cocción: 1h.



Ingredientes:

- 1 Kg. de calabacitas
- 500 g. de carne de cordero
- 300 g. de carne molida
- 2 cebollas
- 100 g. de garbanzos
- 4 cucharadas soperas de arroz
- 4 cucharadas soperas de aceite.
- Perejil
- 1 huevo
- canela
- sal
- pimienta

Preparación:

1. Quite el relleno de las calabacitas.
2. Ponga en una olla los pedazos de carne, la cebolla picada, aceite, sal, pimienta y revuelva pasándolo unos instantes al fuego, añada 2 vasos de agua y los garbanzos. Dejar cocer.
3. Revuelva la carne molida con el arroz, el huevo, el perejil picado, sal y pimienta.
4. Luego de haber sazonado con sal las calabacitas, rellénelas con la carne molida.
5. A la mitad de la cocción de la carne, coloque en la olla las calabacitas y deje cocer por 30 min. Aproximadamente.
6. Al final deje espesar la salsa.

MAKROUT ET LOUZ (Rombos de almendra glaseados)

Personas: 4-6

Tiempo de preparación: 1:20 hrs.

Tiempo de cocción: 20 min.



Ingredientes:

Pasta

- 3 tazas de almendras peladas y finamente picadas.
- 1 taza de azúcar fina
- Ralladura de 2 limones
- 5 huevos
- 100 g. de maicena

Jarabe

- 400 g. de azúcar
- 1 ½ de agua
- Agua de flor de naranja
- 500 g. de azúcar glass

Preparación:

1. Revuelva las almendras molidas con el azúcar, la ralladura de limón y los huevos uno por uno hasta obtener una pasta homogénea y firme.
2. Espolvoree en una mesa la maicena y pase la pasta por el rodillo hasta tener un grosor de 3 cm, corte en rombos de 4 cm. de largo.
3. Coloque los rombos en una charola para horno previamente enharinado y póngalo al horno a fuego medio durante 20 min.
4. Prepare el jarabe sólo con azúcar. Cuando este perfectamente disuelto y de color perla retírelo del fuego y deje enfriar, añada el agua de flor de naranja.
5. Cuando estén cocidos los rombos barnícelos con el jarabe y páselos en azúcar glass de 2 a 3 veces cada uno. Deje secar y sirva en cubos de papel plisado.

Diccionario

Azafrán: Condimento originario de la India. La flor seca o reducida en polvo provoca un olor picante y un sabor amargo, pero es el rey de las especias para las sopas, pescados, carnes y pastelería.



Comino: Planta cuya parte consumible es el fruto, tiene un perfume entre nuez moscada y clavo. Perfume de platos salados y de pastelería.



Kaskess: Parte alta de la vaporera donde se deposita la sémola del couscous.



Kfila: Recipiente donde se coloca el agua para la cocción al vapor del couscous.

Laurel: Arbusto mediterráneo. Sus hojas secas tienen un olor balsámico. Utilizada en salsas, ramilletes de guarnición y en la pastelería.



Smen: Mantequilla salada y fundida. Puede ser reemplazada por mantequilla pura en ciertas preparaciones aunque en otras es absolutamente necesaria.

