





**ASÍ COCINAN  
LOS ARGENTINOS**



**HOW ARGENTINA  
COOKS**





# ASÍ COCINAN LOS ARGENTINOS

ALBERTO VÁZQUEZ-PREGO

## HOW ARGENTINA COOKS



Vázquez-Prego, Alberto,

Así cocinan los argentinos = How Argentina cooks / Vázquez-Prego, Alberto. - 5a edición bilingüe - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : El Ateneo, 2019.  
384 p. ; 24 x 16 cm.

ISBN 978-950-02-1007-2

1. Cocina Regional. 2. Cocina Argentina. 3. Turismo. I. Título.  
CDD 641.5982

*Así cocinan los argentinos / How Argentina cooks*  
Alberto Vázquez-Prego

Derechos exclusivos de edición en castellano para América Latina  
© Grupo ILHSA S.A. para su sello Editorial El Ateneo, 2019  
Patagones 2463 - (C1282ACA) Buenos Aires - Argentina  
Tel.: (54 11) 4983 8200 - Fax: (54 11) 4308 4199  
editorial@elatenio.com - www.editorialelateneo.com.ar

Diseño de cubierta: Eduardo Ruiz

1ª edición: agosto de 1979  
4ª edición: septiembre de 2002  
5ª edición: agosto de 2019

ISBN 978-950-02-1007-2

Impreso en Printing Books  
Mario Bravo 835, Avellaneda,  
provincia de Buenos Aires,  
en agosto de 2019.

Queda hecho el depósito que establece la ley 11.723.  
Libro de edición argentina.

## ≡ Introducción ≡

El propósito principal que impulsó la preparación de esta colección fue el de presentar un panorama moderno, pero necesariamente reducido, de los métodos y procedimientos característicos de la cocina de la Argentina actual.

Las más de las recetas que aquí se verán provienen de todos los rincones del país y representan muchas y variadas tradiciones. Todas, las antiguas como las nuevas, fueron cuidadosamente revisadas para beneficio general pero su puesta al día obedeció especialmente a la intención de proporcionar a los interesados algunos comentarios sobre los procedimientos y usos de la cocina casera argentina. Esta obra servirá también para poner al día un sinnúmero de recetas tradicionales, con la esperanza de dejar aclarados algunos métodos que la repetida transmisión oral había inadvertidamente oscurecido. Las instrucciones, directivas y sugerencias se han simplificado, para que el curioso que decidiese incursionar en el campo abierto de la cocina casera pudiese preparar fácilmente platos argentinos auténticos con el menor de los esfuerzos. Podrá encontrarse también en el cuerpo de esta colección una serie de datos sobre variaciones de los ingredientes y métodos, que incrementarán el repertorio.

Se puso como límite a la extensión de esta recopilación de recetas el evitar todo lo ya conocido por muchos y de gran difusión.

Figuran aquí platos corrientes en los menús de restaurantes, hosterías y otras casas de comida, especialmente mencionados para los visitantes de otros países. A la cabeza de algunas secciones se comentan los platos que obvios para el nativo, no lo son así para otros. Se han alargado entonces un poco las explicaciones que se refieren a las preparaciones que en la cocina argentina tienen un algo más de arraigo o desarrollo. Las preparaciones con variantes locales interesantes o ingeniosas no han sido dejadas de lado. Es el caso, por ejemplo, de las milanesas —todo lo rebozado en huevo y pan rallado se llama “a la milanesa”— con sus variaciones más corrientes, así como también el caso del colchón de huevos, una variante local del afrancesado colchón de arvejas que en otras partes pasa por *huevos serranos* o cosa por el estilo.

Hay otros platos, hoy en día totalmente confundidos con lo criollo, que fueron concebidos a partir de fórmulas traídas no hace tanto de allende los mares. Éstos no se encuentran desarrollados del mismo modo en otros sitios. Sería el caso, por ejemplo, del plato dominguero rioplatense por excelencia que se conoce como *fideos con estofado*.

Existen algunos platos de los llamados *criollos*, que en las grandes ciudades no forman parte del repertorio ni aun de las personas hábiles en la cocina. Tal el caso de la *chanfaina*, entre tantos de posible mención, de neta prosapia y procedencia mediterránea, que resulta hoy casi imposible de preparar porque requiere sangre fresca de

cerdo. Platos de esta estirpe, diríamos que aspirantes a clásicos en lo que hace a la cocina tradicional, se han considerado como dignos de un tratamiento más especializado y serio, y por lo tanto fueron excusados de la compañía que pudieran prestarles estas recetas elegidas para representar la cocina casera diaria y auténtica de hoy.

La antigua cocina criolla se enorgulleció, y con razón, de sus dulces, sus postres, sus panes y sus conservas. Sin embargo, la cocinera moderna, con sus problemas de tiempo, no se desvive por una manufactura cuidadosa de estos dulces y postres como podía hacerlo en tiempos ya pasados. Debe advertirse, sin embargo, que el tratamiento dado a las especialidades culinarias argentinas en este rubro de la repostería no es el resultado de un descuido o desprecio por las golosinas sino que se fundamenta en el hecho de que en la cocina casera de estos días no se los ve aparecer sino muy rara vez entre las hornallas como producto de las manos y la habilidad de una buena cocinera. De todos modos, algunos de los postres y dulces caseros más corrientes han sido incluidos.

A todos los que han tenido a bien seguirme hasta aquí, les extiendo una muy cordial invitación para decidirse a disfrutar las mejores preparaciones de la buena mesa casera de la Argentina.

Ranelagh, marzo de 1977

A.V.-P.





## « Advertencia »

- El arte de la cocina no desecha el derecho ni al toque personal ni a las innovaciones inspiradas. Las innovaciones serán siempre posibles. Pero en el caso de una cocina regional y casera, como la que aquí nos ocupa, las inspiraciones geniales deben quedar un tanto relegadas y encauzadas para que el resultado final no se aparte de lo que la costumbre haya dictado como lo correcto y proporcionado.

- La cocina argentina es parca en especias y condimentos. Sólo se usan los indicados a través de esta obra. Es cierto también que el gusto personal puede reducir a su arbitrio las cantidades, aumentarlas u omitirlas. Sin embargo, para que el carácter de la preparación emprendida guarde fidelidad al modelo de origen —evitando apartarse de lo que la costumbre casera considera apropiado— deberán respetarse debidamente las proporciones de los ingredientes indicados.

- Para las recetas aquí reunidas se han preferido las medidas de volumen, aunque en algunos casos se dieron los equivalentes en peso o bien se recurrió al peso como guía porque algunos ingredientes así se adquieren. Una razón eminentemente práctica llevó a esta decisión, que sigue además una vieja y sabia costumbre. Tanto las ollas, las cazuelas y los moldes de cocina en los que se hacen estas preparaciones, así como el estómago, reciben volúmenes y no peso. Ésta es la base del secreto de las viejas y añoradas cocineras, que más se guiaban viendo repleta la olla de un volumen conocido antes que por el peso de los ingredientes utilizados.

- Los tiempos de cocción serán en todos los casos aproximados, ya que dependen de numerosos factores imposibles de tener en cuenta en un recetario casero. Otro es el caso de los alimentos industrializados, donde tampoco hay cabida para apetencias o preferencias individuales.

- Las recetas fueron calculadas para un promedio de cuatro personas de buen comer, aunque podrán satisfacer sin apuros a unas seis personas no tan exigentes en cuanto a cantidades. Se tomó como medida tipo la taza de té, de unos 220 cm<sup>3</sup> promedio de capacidad.

- Salvo contadas excepciones, no se especifica el elemento graso. La costumbre casera en este punto no muestra determinaciones precisas. Puede decirse que se emplean corrientemente aceites vegetales de gusto neutro y manteca de cerdo.

## ≡ Agradecimientos ≡

Agradecemos al público curioso de la cocina argentina y sus secretos, que con su interés ha hecho de este libro un clásico, de más de cuarenta años de vigencia.

AVP, MGM, AIM



## Introduction

The chief aim behind the present recipe collection is to present a necessarily reduced but updated panorama of the authentic Argentine home cooking procedures, as well as some of its characteristic methods.

The recipes that will be seen here come from all over the country, representing many traditions. The old recipes, and many of the not so old ones, were reworked for the benefit of all, but especially having in mind those who could be interested in the way Argentines cook when at home. It is hoped that the majority of the guess work that these transmitted recipes keep trailing behind seemingly inevitably, from generation to generation, has been done away with. All instructions, directions and suggestions have been simplified, so that any one who would be willing or curious enough to approach a kitchen counter could try them out and expect something worthwhile to show for the effort spent. Also many additional pointers as to procedures, ingredients and possible variations will be found throughout.

A natural limit was sought to the extent of this collection, so that all those procedures and methods, as well as recipes, which are common to most culinary traditions have been presumed known and thus the excuse was found not to include them.

Mention is made of many dishes current in the menus of restaurants, wayside inns and other places usually frequented by visitors. And explanatory introductions have been provided for those dishes which have a peculiar or distinctive development, different from similar preparations found elsewhere. Those variants found in Argentina which were judged interesting or merely ingenious were of course included. The *Milanesa* with its untold possibilities and the preparation locally known as *Huevos al colchón* or Eggs on a Cushion, which goes in other lands under such quaint names as Ranch Style Eggs or the like —nothing else than a simple way to dress up a famous French popular dish—, would be examples of the local variants on an internationally current theme.

There are certain dishes nowadays considered, without a doubt, as an integral part of an older tradition which really are but recent additions to the popular fare. Now, firmly established, these are part of the local lore, not to be found anywhere else. This would be the case of *Fideos con estofado* or Beef and Noodles Stew, a unique and distinctive Sunday meal peculiar to the River Plate area.

There is yet another kind of preparation, the so called *criollo* or Creole dishes, considered as the revered survival of a gone by way of cooking, very seldom seen and rarely prepared in the modern kitchen. This would be the case of *Chanfaina* among

others, a dish which follows closely the pattern of its old Mediterranean origins, almost impossible to manage in the city kitchens today because it requires fresh pork blood. Dishes of such a lineage, ready to be elevated to the venerated status of the classics, were considered worthy of a more dignified treatment in a serious historical treatise and so were excused from the company of the popular representatives chosen and gathered here as examples of the cooking of Argentina today.

Old *criollo* cookery understandably treasured all its recipes for sweets, preserves, breads and desserts. The modern cook, however, with so many time pressing chores is not usually able to find the opportunity to undertake any involved or lengthy preparations. The very brief treatment given here to sweets is in no way prompted by any disregard for them nor by a contemptuous neglect of tradition. It is rather the practical result of long and painstaking observations, which show that these products, now ready and on hand on the shelves of food stores, are very seldom seen coming from the home kitchen range a product of a cook's pride and ability. Anyhow, a few of those sweets and desserts, like Grandmother used to make, were included.

To all who have been patient enough to follow up to this point, I extend a cordial invitation to prepare and enjoy some of the best preparations of the current Argentine home kitchen.

Ranelagh, March 1977.

A.V.-P.



## Forewarning

Culinary art thrives whenever freedom is given to personal touch as well as to inspired innovations. Modifications will always be at the core of renewal. Provided of course that, as in the case of a regional recipe book like this one, those lapses of genial creativity are duly channeled and trimmed so that the end result does not stand widely apart from what custom has declared as correctly proportioned.

Argentine cooking is by choice restrained in the use of the many spices and diverse condiments. Only those mentioned throughout this book are current, so that in order to keep the flavoring quality as set by local preferences use only those indicated, making allowances for personal taste which will always modify somewhat the indicated amounts by increasing, diminishing or omitting seasonings. In all cases proportions should be kept as indicated if the aim is to reproduce faithfully the ways of the Argentine kitchen. If not, then may your choice be an inspired one.

Measurements are given by volume, though in some cases weights are being also mentioned because an equivalent was thought necessary since a majority of ingredients will be purchased by weight. A very old and eminently wise procedure prompted this practical decision. All pots, casseroles, forms and other diverse cooking utensils and vessels will be better used if volumes and not weights are considered, following the lead of the stomach, a recipient of volumes and not a recipient of weights. This is partly the key secret to the success of those fondly remembered cooks, who knew quantities by volume and were guided by the size of the pot.

Cooking times in all cases are no more than approximate guides, as exact timing will depend on many factors almost impossible to gauge in the current home kitchen. Industrialized foodstuffs present another case, where personal preferences and choice are out of place.

Recipes were prepared with an average of four hungry people in mind, even though in some cases up to six persons will be amply satisfied. The standard tea cup, of about 220 cm<sup>3</sup> capacity, was chosen as volume patron.

Save for a very few cases, cooking instructions do not make mention of the fatty agent used. Custom does not show any specific nor a determinate choice. Vegetable oils of a mild neutral taste, complemented with fine lard, should be the ones used.

## ☞ Acknowledgments ☞

Thanks to all the Argentine cuisine enthusiasts, whose interest has made this book a true classic, for over forty years.

AVP, MGM, AIM



## Contenido

Introducción  
Advertencia

- I. Pucheros, caldos y sopas**
  - Los pucheros, 2
  - Los caldos, 18
  - Las sopas, 20
  
- II. Locros y humitas**
  - El locro, 34
  - Las humitas, 48
  
- III. Empanadas**
  - Las empanadas, 60
  - Masas (para empanadas), 60
  - Rellenos, 62
  
- IV. Asados y parrillas**
  - Asados y parrillas, 74
  - Asados al asador, 74
  - Asados a la parrilla, 76
  - Parrilladas, 80
  - Asados al horno, 96
  
- V. Adobos y aliños**
  - Los adobos, 112
  - Adobos simples, 114
  - Adobos compuestos, 116
  - Los aliños, 124
  
- VI. Verduras y rellenos**
  - Las verduras, 134
  - Los rellenos, 142
  - Los rellenos para carnes y aves, 148

## Contents

Introduction  
Forewarning

- I. Beef Pots, Broths and Soups**
  - Beff Pots (Pucheros),  
Broths, 19
  - Soups, 21
  
- II. Locros and Humitas**
  - The Locro, 35
  - Humita, 49
  
- III. Turnovers**
  - Turnovers, 61
  - Empanada Dough, 61
  - Empanada Fillings, 63
  
- IV. Roasts and Grills**
  - Roasts and Grills, 75
  - Roasts on a Spit, 77
  - Roasts on a Grill, 77
  - Open Fire Grilled Roasts, 81
  - Oven Roasts, 97
  
- V. Marinades and Dressings**
  - Marinades (Adobos), 113
  - The Simpler Adobos, 115
  - Compound Marinades, 117
  - Dressings, 125
  
- VI. Vegetables and Stuffings**
  - Vegetables, 135
  - Stuffings, 143
  - Meet & Poultry Fillings, 149

Salpicones, 156  
Ensaladas crudas, 160

**VII. Pasteles, tartas y budines**

Los pasteles, 166  
Las tartas, 170  
Los budines, 176

**VII. Milanesy croquetas**

Las milanesas, 188  
Las croquetas, 200

**IX. Tortillas y revueltos**

Las tortillas, 208  
Los revueltos, 212

**X. Escabeches y vinagretas**

Los escabeches, 218  
Las inagretas, 228

**XI. Pastas y tucos**

Las pastas, 234  
Masa casera, 236  
Tallarines y fideos, 238  
Los tucos, 242  
Fideos al horno, 246  
Salsas de tomate 250  
Rellenos para ravioles, capellettis,  
canelones y lasañas, 252  
Ravioles y cappelettis, 254  
Otras pastas, 256

**XII. Guisos y cazuelas**

Guisos y cazuelas, 260

**XIII. Salsas**

Las salsas, 288

**XIV. Postres y dulces**

Los postres, 298  
Los dulces, 310

**XV. El mate**

El mate, 318  
Mate cebado, 318  
Mate cocido, 320

*Indice alfabético de recetas, 328*

Salpicones, 157  
Fresh Vegetables Salads, 161

**VII. Pies, Tarts and Puddings**

Pies, 167  
Tarts, 171  
Puddings, 177

**VIII. Breaded Fritters and Croquettes**

Breaded Fritters (Milanesas), 189  
Croquettes, 201

**IX. Omelettes and Scrambles**

Omelettes, 209  
Scrambles, 213

**X. Pickled Meats and Vegetables**

Soused Fish, Poultry and other  
Meats, 219  
Vinaigrettes, 229

**XI. Pasta and Sauces**

Pasta, 235  
Noodle Dough, 237  
Noodles and Macaroni, 239  
Sauces, 243  
Baked Noodles, 247  
Other Tomato Sauces, 251  
Diverse Fillings for Pasta, 253  
Ravioli and cappelletti, 255  
Other Types of Pasta, 257

**XII. Stews and Casseroles**

Stews and Casseroles, 261

**XIII. Sauces**

Sauces, 289

**XIV. Desserts and Preserves**

Desserts, 299  
Preserves, 311

**XV. The Mate**

The Mate, 319  
Brewing Mate, 319  
Boiled Mate, 321

*Alphabetical Index of Recipes, 335*



I. Pucheros, caldos  
y sopas



I. Beef Pots, Broths  
and Soups

## Los pucheros

No existe como tal, una fórmula establecida para el puchero. Cada región, y cada estación del año, aportan sus variaciones. Puede decirse sin embargo que todos los pucheros de la Argentina presentan una serie de características afines que los distinguen de las preparaciones similares que pueden encontrarse en otras regiones de América. Las características principales podrían resumirse en las siguientes:

- 1) Lleva como componente esencial una porción de carne de vaca, con la que se hará la comida más importante del día.
- 2) Lleva abundante cantidad de hortalizas –verduras, en el lenguaje diario argentino–, que acompañarán efectivamente a la porción de carne, completando así el plato principal.
- 3) Rinde un abundante y sustancioso caldo, con el que se hará la sopa, su producto complementario.
- 4) Es plato para la comida principal del día, y no quedará como tal para una segunda ocasión; el puchero no se guarda de un día para otro.
- 5) En el caso de que quedasen algunos elementos no consumidos, éstos sufrirán una transformación, leve o completa, antes de ser nuevamente presentados a la mesa.
- 6) No lleva condimentos picantes ni se estilan tampoco las combinaciones de gustos fuertes o acentuados sino que, por el contrario, cuando en algunas ocasiones lleva elementos de gusto pronunciado éstos se hierven aparte para que el tono suave preferido para este plato quede así resguardado.

El nombre corriente y popular de este plato es el de puchero a secas. Se distinguen ocasionalmente un puchero de gallina y otro mixto que lleva gallina y cerdo como complementos de la porción principal de carne de vaca.

En las fórmulas que se verán quedaron condensados los métodos y las técnicas más comunes en la preparación de este plato, tan confundido con lo nacional por un lado y tan ligado a viejas y aún vigorosas tradiciones culinarias del viejo continente por el otro. En la práctica, los diversos métodos significan técnicas que modifican el resultado final. Como se anotaron numerosos procedimientos para su elaboración, se creyó entonces conveniente preparar una tabulación provisoria y de carácter tentativo para separar y evidenciar las variaciones del producto final. Del mismo modo, cada receta dará a su vez un producto de gusto particular, habiéndose seleccionado las que mejor responden a las tendencias tradicionales en este campo.

En todos los casos se ha tratado de mantener un máximo nivel de apego a las fórmulas de la cocina casera, intercalándose una especie de clasificación para describir los métodos y sus resultados, teniendo en cuenta en todo momento el cariz práctico, conveniente para un recetario de cocina. Sin embargo, no fue posible escapar a una referencia numérica para los distintos métodos. Pero los nombres asignados a las preparaciones responden exclusivamente a un criterio arbitrario a fin de distinguir las unas de las otras, de acuerdo con algún componente que se destacó convencionalmente.

También podrá advertirse que se ha procurado mantener una proporción uniforme de las cantidades de los ingredientes, previéndose que las recetas satisfagan con holgura a un promedio de 4 personas. Claro que la abundancia misma del puchero, plato esencialmente honesto, superará de por sí todas y las más estrictas intenciones de evitarle una tendencia natural a su generosidad.

## ☞ Beef Pots (Pucheros) ☞

There is no established *puchero* formula as such. Each region, and every season of the year, comes up with its own variations. However, it may be said that all Argentine *pucheros* have in common a number of related peculiarities which will always help in distinguishing it from other similar preparations found all over the Americas. These peculiarities might be reduced to a few main points, along the following lines:

- 1) The chief ingredient is a good portion of beef, which provides the essential part of the day's principal meal.
- 2) It has an important amount of assorted vegetables –called “verduras”, or greens, in the current vernacular– which completes the day's meal, as the beef's principal accompaniment. Notwithstanding the vernacular “verduras”, it should be noted that no greens are included in the usual *puchero* recipes.
- 3) It yields an abundant and nutritious broth, with which soup is usually made.
- 4) It is consumed on the same day it is made, and is never kept.
- 5) Should there be any *puchero* left overs, beef or vegetables, these will not be taken again to the table unless slightly or thoroughly modified, or reworked into another dish.
- 6) It never takes any pungent or hot condiments, nor will it be prepared with any strongly flavored ingredients. When a *puchero* calls for a naturally accentuated or highly flavored ingredient, it will usually be boiled apart so as to allow *puchero* to keep its characteristic mild taste.

In spite of its many and current variations, this dish is simply known as *puchero*. There are times when a *chicken puchero* or a *mixed puchero* will be distinguished, especially when the latter includes a few pork products and some chicken to complement the beef staple.

For the recipes that will be shown, the most widely diffused methods and techniques were gathered. It must be borne in mind, however, that this Argentine national dish, albeit its deep local roots, still keeps strong and vigorous ties with the older recipes brought a long time ago from overseas. The many methods mean, in a practical way, different results. In the case of *puchero*, a good number of procedures were found which prompted a tentative and provisional tabulation to set apart and bring to the fore the differences in the end product. As could be expected, every formula will mean a particular and differentiated *puchero*. The selection was made so as to present a workable introduction to *puchero* making, choosing from among the best recipes those thought most representative of local traditions.

In all cases, it was endeavored to maintain a maximum of fidelity to the home kitchen routines. A sort of classification was sought to give the reader a sense of order, without letting out of sight the practical requirements of a recipe collection. Even though a numerical sequence for the methods could not be avoided, to allow for quick references, the names chosen to distinguish the recipes follow a rather arbitrary standard, being most of them based on some leading ingredient picked at random.

It was also thought desirable to stem the *puchero's* traditional overflow of ingredients, seemingly inescapable to its generous and abundant nature. Anyhow, quantities were trimmed so as to provide an abundant meal for an average 4 hungry persons.

## **(1) Puchero rápido**

1 kg de carne tierna y magra • 200 g de panceta salada • 1 cebolla • 1 pimiento morrón • 1 ramito de perejil • 2 papas medianas, peladas, en mitades • 4 zanahorias chicas, raspadas, en mitades • 4 nabos chicos, tiernos, raspados, enteros • 2 batatas chicas, peladas, en mitades • sal gruesa para salar, pimienta en grano a gusto.

MÉTODO I. Poner a hervir, en una olla de buen tamaño, 3 litros de agua con un poco de sal, preferiblemente gruesa. Mientras tanto, preparar el trozo de carne, limpiándolo de tendones y grasa, emparejándolo y dándole buena forma. Hay quienes lo cortan en cuatro, para que cocine aún más rápidamente, si la carne no es tierna. Preparar también las verduras, pelándolas y limpiándolas, cortándolas en trozos de tamaño parejo y acomodándolas en un recipiente. En cuanto el agua rompió el hervor, agregar la carne y todos los otros ingredientes a la vez. Llevar rápidamente a un hervor ligero, que se mantendrá a un ritmo decidido por espacio de una media hora, o poco más, hasta que la carne esté tierna.

Separar el caldo para la sopa, que podrá ser de sémola, pastina u otro elemento de cocción rápida. Servir la sopa en primer lugar y luego el puchero, en una fuente la carne y en otra las verduras. Se debe llevar a la mesa todo muy caliente. Se acompaña con aceite y vinagre, sal y pimienta, mostaza preparada y otros condimentos.

Pueden agregarse otros ingredientes de cocimiento rápido, como chorizos, salchichas, zapallitos, puerros, zapallo o choclos, entre los más comunes.

## **(2) Puchero con papas**

1 kg de carne para hervir, magra o grasa, a gusto • 1 cebolla grande, cortada en cuartos • 1 puerro de buen tamaño, limpio, entero • 1 ramito de perejil • 1 hoja de laurel • 4 papas medianas, peladas, en mitades • 2 zanahorias grandes, raspadas, en mitades • 1 gajo de zapallo, no más de 400 g entero • sal gruesa.

MÉTODO II. Poner 3 litros de agua en una olla de buen tamaño. Una vez que el agua rompe a hervir, agregar la carne con la cebolla, el puerro, el perejil y el laurel. Cocinar sin sal a fuego muy lento por más de una hora, hasta que la carne esté tierna.

Preparar entonces las hortalizas, pelarlas, rasparlas, cortarlas en trozos parejos y mantenerlas en un recipiente con agua clara, listas para agregar al puchero.

Cuando la carne va a estar a punto, poner las verduras ya listas en el puchero y salar a gusto. Avivar el fuego para que nuevamente retome el hervor y cocinar unos 20 minutos más o hasta que las papas estén a punto. Retirar entonces del fuego. Poner la carne en una fuente y las verduras en otra y llevar a la mesa.

Con el caldo, que se saca unos 10 minutos antes de que esté listo el puchero, se hace una sopa agregando arroz o fideos finos. Se sirve la sopa primero y luego el puchero, que se acompañará con toda clase de condimentos por separado, además de aceite y vinagre.

## (1) *Quick Beef Pot*

1 kg lean and tender boiling beef • 200 grs salted bacon • 1 onion • 1 sweet green pepper • 1 small bunch of parsley • 2 medium, peeled, potatoes, in halves • 4 medium, scraped carrots, in halves • 4 small, tender turnips, scraped • 2 small sweet potatoes, peeled, in halves • coarse salt, whole peppercorns.

METHOD I. Bring to the boil in a large pot 3 lts of water, with a little coarse salt. Meanwhile, trim beef cutting off all excess fat and tendons. There are some who would quarter the cut to help cook it more rapidly, especially if it doesn't look quite tender. Prepare also all vegetables, cleaning, peeling, paring and placing them in a bowl or dish to have them ready at hand. As soon as water begins to boil, add beef and all vegetables at once. Bring back to boiling over a big fire. Maintain this quick boiling pace for about half an hour, or a little more, until beef is tender.

Make soup with broth. Use any pastina, Italian soup noodles, semolina or any other quick cooking starch. Serve soup first, when ready. Later serve *puchero*, the meat in one dish and in another all vegetables. Everything must be taken piping hot to the table. Salt, vinegar and oil accompany all *pucheros* at the table, as well as other condiments such as prepared mustard. Also other quick cooking ingredients may be added to taste, meat or vegetables. *Chorizos* or sausage, *zapallitos*, leeks, squash or fresh ears of corn are among the most usual ones.

## (2) *Potato Beef Pot*

1 kg boiling beef, either fat or lean, to taste • 1 large onion, quartered • 1 large leek, cleaned, whole • 1 small bunch of parsley • 1 bay leaf • 4 medium potatoes, peeled, in halves • 2 large carrots, scraped, in halves • 1 squash wedge, whole, not over 400 grs • coarse salt.

METHOD II. Bring to the boil, in a large enough pot, 3 lts of fresh water. When water boils, add beef with onion, leek, parsley and bay leaf. Bring to a simmer, and cook for about an hour or so until meat is tender without adding yet salt. *Puchero* will always be more tasty if cooked over a very low fire, barely simmering.

Meanwhile have vegetables ready, cleaning, peeling and paring them. Place in a bowl with water, while waiting to be added to the pot. When beef is tender, add vegetables, season with salt to taste and quicken fire to bring again to a rolling boil, then lower fire to a simmer and cook another 20 minutes or until potatoes are done. Take away from fire, and serve separately, the meat in one serving dish and the vegetables in another.

Make soup with broth, which is taken out of the cooking pot some 10 minutes before cooking time is up. Rice or fine soup noodles are most commonly used. Serve soup as a first course, and as a second *puchero*, which can be seasoned at the table with an assortment of condiments, besides oil and vinegar.

### **(3) Puchero con choclos**

1 choclo, para el caldo, grande y no necesariamente tierno • sal gruesa para salar el caldo • 1 kg de carne magra y tierna • 200 g de panceta salada • 1 cebolla en mitades • 1 ramita de orégano fresco • 2 zanahorias grandes, raspadas, en mitades • 2 zapallitos tiernos, limpios, enteros • 4 choclos tiernos, limpios de barbas • 2 papas medianas, peladas, en mitades

MÉTODO III. Poner 3 litros de agua en una olla de buen tamaño. Una vez que rompió a hervir, agregar primero la sal y el choclo entero limpio de barbas y preferiblemente bien granado, no tierno, para dar gusto al caldo. Dejar en hervor decidido por 5 minutos. Poner seguidamente en la olla la carne, con la panceta, la cebolla y la ramita de orégano fresco. Dejar en un hervor suave por espacio de una hora, o hasta que la carne esté casi a punto.

Una vez que la carne está tierna, añadir el resto de las verduras, que habrán sido preparadas de antemano: las zanahorias raspadas y partidas por el medio a lo largo, los zapallitos bien lavados y quitadas las puntas y durezas de la corteza, los choclos partidos en dos o en tres partes y limpios de sus barbas, las papas cuidadosamente peladas y sin ojos, se partirán en mitades parejas si fuesen más bien chicas y, si son grandes, en tercios o en cuartos para que no tarden mucho en cocinarse. Cocinar a fuego muy suave para evitar que se deshagan los zapallitos y las papas una media hora más o hasta que las papas estén a punto.

Diez minutos antes del tiempo total de cocción sacar el caldo para la sopa, que se hará con diversos tipos de elementos farináceos: sémola, tapioca, arroz, pastinas, fideos finos, avena, etcétera.

Servir la sopa primero y luego el puchero, separando en una fuente las carnes y en otra las verduras. Acompañar con sal y pimienta, aceite y vinagre, mostaza preparada, encurtidos diversos y otros condimentos.

Siguiendo el mismo método puede hacerse puchero de puerros, de coles diversas, de zanahorias, de nabizas, de pimientos y de cebollas.

### **(4) Puchero con tomates**

2 tomates grandes enteros • 1 hoja de laurel • 1 hueso para puchero (de la rodilla, partido) • 1 kg de carne de pecho • 2 cebollas grandes, en mitades • 2 papas grandes, en mitades • 1 repollo chico, en cuartos • 2 zanahorias chicas, raspadas, enteras • sal gruesa, pimienta en grano

MÉTODO IV. Poner 3 litros de agua en una olla de buen tamaño y agregar en frío los tomates, el laurel, el hueso para puchero, partido, y la carne de pecho. Llevar lentamente a un hervor suave y cocinar por espacio de una hora y media.

Al cabo de este tiempo tomar el punto a la carne. Si estuviese ya tierna, agregar el resto de las verduras juntamente con la sal. Las verduras habrán sido previamente preparadas, peladas y partidas. Hervir suavemente una media hora más, o hasta que las papas estén a punto. Añadir los granos de pimienta al final.

Unos diez minutos antes de terminar la cocción separar el caldo y hacer la sopa, que será de arroz o fideos, preferiblemente.

### (3) *Beef Pot with Corn on the Cob*

1 large ear of corn, not necessarily tender, for the broth • coarse salt, to season broth • 1 kg lean boiling beef, preferably tender • 200 grs salt bacon • 1 onion, in halves • 1 sprig of fresh oregano • 2 large carrots, scraped, in halves • 2 tender *zapallitos*, clean, whole • 4 young and tender ears of corn, cleaned, free of all silks • 2 medium potatoes, peeled and halved

METHOD III. Bring to boil 3 lts of water. When water boils, add coarse salt and the large ear of corn. To lend all its flavor to the broth it is best to use a large, ripe and not so tender whole ear of corn, free of husks and silks. Keep to a rolling boil for 5 minutes. Add then beef, bacon, onion and the fresh sprig of oregano. Bring again to a boil, and let simmer for 1 hour or until beef is tender and almost done.

When beef is tender, add to the pot the rest of the ingredients, which were cleaned, peeled, pared and cut beforehand. Carrots should be scraped and halved lengthwise, *zapallitos* washed and freed of all hard spots, the ears of corn cleaned, freed of all silks and cut in two or three pieces, potatoes well peeled, all their eyes taken out, and pared in rather small pieces so that cooking time will not be lengthened by their size, halving them or cutting them in three or four pieces if necessary. Simmer over a very slow fire, so that potatoes and *zapallitos* will cook without breaking up, and be done at about the same time. This will take about half an hour more.

About 10 minutes before the end of cooking time, take broth out to make soup. Any starchy elements may be used, such as semolina, tapioca, rice, pastina, fine noodles, or any other cereal product.

Serve soup first, then the beef pot or *puchero* separating in one dish the vegetables and in another the meat. The usual seasonings that go with *puchero* are oil, vinegar, salt and pepper, prepared mustard, brine and vinegar pickles and sometimes *chimichurri* (see recipe Nos. 118/122).

Following the steps indicated for this method, many *pucheros* may be prepared such as leek, carrot, diverse cabbages and other greens, kale, pimento, onions and so forth.

### (4) *Tomato Beef Pot*

2 large, whole tomatoes • 1 bay leaf • 1 boiling bone (knuckle, broken in pieces) • 1 kg brisket of beef • 2 large onions, halved • 2 large potatoes, peeled and halved • 1 small cabbage, quartered • 2 small carrots, scraped, whole • coarse salt and whole peppercorns to season

METHOD IV. Pour 3 lts cold water into a large pot. Add tomatoes, bay leaf, boiling bone and beef. Place over a slow fire, and bring gradually to boil. Simmer gently for 1 ½ hour.

Test beef for tenderness. If done, add vegetables and season with salt to taste. All vegetables should have been prepared beforehand, cleaned, washed and pared so that all keep more or less to an even size. Simmer about 30 minutes more, or until potatoes are done. Peppercorns are usually added during the last 10 minutes, so that their characteristic pungent aroma is not lost through the lengthy cooking process.

When broth is ready, make soup with pastina, fine noodles or rice. Serve soup first, then meat in one dish and vegetables in another. The usual condiments will be used

Servir la sopa primero, y luego llevar a la mesa en fuentes separadas la carne por un lado y las verduras por otro. Se acompaña con los condimentos preferidos.

En este procedimiento, en el que se acidula el agua para obtener una mayor sustancia de los huesos y de la carne, pueden variarse las verduras, intercambiando las mencionadas por nabos, zapallo, zapallitos, choclos, batatas, mandioca, pimientos y otros.

### **(5) Puchero de caracú**

1 kg de huesos de caracú con carne • 1 hueso de rodilla, partido • 1/2 kg de carne para hervir, cortada en trozos grandes • 1 hoja de laurel • jugo de 1 limón

MÉTODO V. Poner en una olla de buen tamaño los huesos y la carne para hervir junto con el laurel y el jugo de un limón. Cubrir con 4 litros de agua fría y llevar lentamente a un hervor muy suave unas dos horas. Si se calienta el agua a fuego muy lento, y el caldo apenas llega a hervir, saldrá claro sin necesidad de espumar. Al cabo de las dos horas, se agregarán:

1 kg de carne magra • 1 ramito de perejil • 2 dientes de ajo, pelados y algo machacados • sal gruesa a gusto y unos granos de pimienta negra

continuando el hervor suave por una hora más. Retirar entonces las 2/3 partes del caldo, que se reservará para terminar un consomé. Agregar 2 litros de agua hirviendo y las siguiente verduras:

2 papas medianas, en cuartos • 2 batatas medianas, en mitades • 2 zanahorias medianas, raspadas, en mitades, a lo largo • 2 puerros grandes, sólo las partes blancas • 1 trozo de zapallo, de no más de 400 g • 2 choclos tiernos, sin barbas, en mitades

que deberán quedar bañadas en el caldo hirviendo. Cocinar a fuego suave otra media hora más. El caldo liviano de la cocción de verduras se usará para la sopa. La carne tierna irá a la mesa con las verduras. Con el resto de las carnes se prepararán vinagretas, una gelatina de carnes, algún relleno o croquetas. El primer caldo se usará como consomé o para una gelatina. Los caldos de la cocina casera no se clarifican; sólo se pasan por lienzo húmedo, o bien por papel de filtro.

### **(6) Puchero con batatas**

1 hueso de caracú con carne • 1 kg de carne para puchero • jugo de 1 limón • ramito de perejil

MÉTODO VI. Poner en una olla apropiada la carne, el hueso de caracú y el jugo de un limón con un ramito de perejil, cubrir con 3 litros de agua fría y, a fuego muy lento, llevar a hervor suave, que se mantendrá por una hora. Cuanto más suave sea el hervor, más claro y trasparente será el caldo, que no habrá que espumar.



at the table to season meat or vegetables: oil, vinegar, salt, pepper and prepared mustard, which may be added to taste.

This method, which renders cooking liquids slightly acid with the addition of tomatoes, so as to take better advantage of nutrients in bones and beef, allows for additions or substitutions of the vegetables only. Variations are made by adding to a basic combination of potatoes, carrots and onions, the following: turnips, squash, *zapallitos* or zucchini, fresh corn on the cob, sweet potatoes, leeks, manioc or cassava roots, and so forth.

### (5) *Beef Pot with Marrow Bones*

1 kg marrow bones, with marrow and some meat • 1 knuckle bone, broken in pieces • 1/2 kg boiling beef, cut up in large pieces • 1 bay leaf • juice of 1 lemon

METHOD V. Place in a large boiling pot bones, meat, bay leaf and the juice of 1 lemon. Cover with 4 lts of cold water, and slowly bring to boil. Gently simmer for about 2 hours. Bring very slowly to a boil, to prevent the forming of scum in large amounts. Also, a gentle simmering will help keep broth clear and there will be no need of constant skimming. At the end of the first two hours, add the following:

1 kg lean boiling beef • 1 sprig of fresh parsley • 2 garlic cloves, peeled and somewhat bruised • coarse salt and a few whole black peppercorns

and continue simmering 1 hour more. At this time, take away from the pot 2/3 of the broth, a rich consommé by now and reserve for other uses. Add 2 lts boiling water to the pot, and the following vegetables:

2 medium potatoes, quartered • 2 medium sweet potatoes, in halves • 2 medium carrots, scraped, in halves, lengthwise • 2 large leeks, discarding greens • 1 large piece of pumpkin, not over 400 grs • 2 young and tender ears of corn, without husks or silks, halved

which must be covered with water. Boil gently for half an hour more. Use broth now flavored with vegetables to make soup. The lean beef goes to the table with the vegetables. The rest of the meat will be used to prepare either a *salpicón* (recipe N° 151) or a *vinagreta* (recipe N° 237), a cold beef mold, fillings or croquettes. Consommé will be used either as a hot broth, or will be jellied in a meat or vegetable mold. Home cooking procedures do not allow for any clarification of broths or consommés. These are simply filtered through clean linen or filter paper.

### (6) *Sweet Potato Beef Pot*

1 beef shank bone, with marrow, and some meat • 1 kg boiling beef • juice of 1 lemon • a sprig of parsley

METHOD VI. Place in a large boiling pot the shank bone cut up in small pieces,

Al cabo de este tiempo, agregarle las siguientes verduras:

2 papas medianas, peladas, en cuartos • 2 zanahorias chicas, raspadas, partidas a lo largo • 3 batatas medianas, peladas, en rodajas gruesas • 1/2 kg de zapallo, limpio, entero • sal gruesa y pimienta en grano

y continuar con el hervor suave por media hora más. Al cabo de este tiempo se sazonará con sal gruesa a gusto, unos granos de pimienta negra, y cualquier otra especia preferida. Después de cinco minutos de hervor con la sal, retirar el caldo para la sopa, que podrá ser, como en todos los otros casos, de fideos, pastinas, sémola, arroz o cualquier otro cereal a elección. Servir primero la sopa, y luego la carne y las verduras en fuentes separadas. El puchero debe servirse siempre muy caliente, aun en los días más calurosos de verano. Acompañar con aceite y vinagre, sal y pimienta, mostaza preparada y todos los condimentos favoritos.

### **(7) Puchero con chorizos y repollo**

2 huesos de caracú con carne • 1 kg de carne para puchero • 200 g de panceta salada • 4 chorizos de carne de cerdo • 1 ramito de perejil • 2 dientes de ajo, o más, a gusto, algo machacados • 4 papas chicas, peladas, enteras • 4 zanahorias chicas, raspadas, enteras • 4 cebollas chicas, ó 4 puerros, a gusto, o ambos • 1 repollo, de no más de 1 ½ kg, en cuartos • sal gruesa a gusto, una ramita de orégano

MÉTODO VII. Se usan por lo menos dos ollas, según el número de comensales y las cantidades por preparar. Poner en una los huesos, la carne, la mitad de la panceta, un diente de ajo y el ramito de perejil, sal y pimienta a gusto y cubrir con agua. Llevar a un hervor suave y dejar cocinar por una hora.

Preparar mientras tanto las verduras, pelándolas y partiéndolas para que cocinen mejor. Al cabo de la hora, en una segunda olla poner los chorizos con la otra mitad de la panceta, un diente de ajo algo machacado y el repollo, y hervir también a fuego suave por una media hora, o hasta que el repollo esté tierno. En el mismo momento, añadir al caldo de las carnes papas, cebollas, zanahorias y otras verduras que se tengan a mano. Hervir 20 minutos más o hasta que las papas estén a punto.

Para hacer la sopa de arroz en estos casos se usará o bien el caldo de las carnes o si no una combinación de 2/3 partes del caldo de las carnes y 1/3 parte del de chorizos y repollo. Servir primero la sopa, luego todas las carnes y chorizos juntos y, por separado, las verduras.

A este puchero se le puede agregar facturas de cerdo, tales como butifarras, codeguines y morcillas o si no otras carnes, como la de cerdo, fresca o salada, o de gallina; también verduras, como zapallos, puerros, nabos, batatas, mandioca, coles diversas, pimientos y tomates, y legumbres como porotos, garbanzos, habas, etc.

boiling beef, the sprig of parsley and the juice of 1 lemon. Cover with cold water, 3 lts, bring slowly to a gentle simmer and cook for 1 hour. The gentler the simmering, the clearer will be the resulting broth, and there will be no need to skim it. At the end of the first hour of cooking add to the pot:

2 medium potatoes, peeled and quartered • 2 small carrots, scraped and halved, lengthwise • 3 medium sweet potatoes, in thick rounds • 1/2 kg squash, in one piece, well washed • salt to taste, black peppercorns

and continue simmering half an hour more, or until potatoes are done. Season then with coarse salt, a few black whole peppercorns and an herb such as bay leaf, oregano, rosemary or thyme. Boil 5 minutes more and separate broth to make soup. Pastina, fine soup noodles, semolina, rice or other cereal products are commonly used to make the *puchero* soup. Serve first the soup, then the meat and vegetables separately. *Puchero* must be served, in all cases and even during Summer, very hot. Vegetables and meat are usually seasoned with oil, vinegar, salt, pepper, prepared mustard and other condiments.

### (7) *Chorizo and Cabbage Beef Pot*

2 pieces shank of beef, with marrow and meat • 1 kg boiling beef • 200 grs salted bacon • 4 pork meat *chorizos* • 1 sprig parsley • 2 cloves garlic, or more, to taste, somewhat bruised • 4 small potatoes, peeled, whole • 4 small carrots, scraped, whole • 4 small onions, or 4 leeks, to taste, or both • 1 cabbage, not over 1 ½ kg, quartered • coarse salt, to taste, and a sprig of oregano

METHOD VII. (Separate Pots). Use at least two pots to boil *puchero*. The number of pots will largely depend on the number of guests and of ingredients used. Place in one pot beef bones, boiling beef, half the bacon, 1 clove garlic, parsley, salt, pepper and cover with water. Bring to a gentle simmer, and cook for 1 hour at least.

Meanwhile, prepare all the vegetables, peeling, paring and cutting them up. At the end of the first hour, prepare another pot with *chorizo*, the rest of the bacon, 1 bruised clove garlic, the quartered and cored cabbage and boil gently covered with water until cabbage is done. At the same time, add to the beef pot all the rest of the vegetables and cook until the potatoes are done.

To make the soup, use in this case, either the broth from the beef pot, or a combination of 2/3 from the beef pot and 1/3 from the *chorizo* and cabbage pot, in which some rice will be cooked. Serve soup as the first course, and then the meats together, that is beef and *chorizos* in one dish, the vegetables in another.

This *puchero* may take any number of additions, such as *codeguines*, *butifarras*, *morcillas* and a number of other pork sausages, fresh or salted pork meat, stewing chickens or a large and fat hen. Vegetables such as *zapallitos*, squash, leeks, turnips, sweet potatoes, manioc or cassava root, kale or other cabbage leaves, pimento, tomato, and legumes such as beans, chick peas and so forth.

## **(8) Puchero con porotos**

1/2 kg de huesos para puchero, con carne • 1 kg de carne magra para puchero • 500 g de panceta salada • 2 chorizos de cerdo • 1 taza de porotos secos (o garbanzos), en remojo desde la noche anterior • 1 tomate, 1 pimiento morrón rojo o verde, 1 cebolla cortados en cuartos • 2 dientes de ajo, pelados y algo machacados • 2 hojas de laurel • 4 papas chicas, en mitades • 2 batatas medianas, en rodajas gruesas • 1 trozo de zapallo de unos 400 g • sal gruesa a gusto

MÉTODO VIII. Poner a hervir en una olla de buen tamaño 4 litros de agua. Una vez que rompió el hervor, agregar las carnes y continuar a fuego muy suave 45 minutos. Al término de este primer tiempo se agregarán porotos, tomate, pimiento, cebolla, ajo y laurel. Se continuará con el hervor suave otros 45 minutos. Al cabo de este segundo tiempo se agregarán las verduras junto con la sal, y se continuará con el hervor suave unos 30 minutos más, o hasta que las papas estén a punto. Diez minutos antes de terminar el tiempo total de cocción, retirar el caldo para la sopa. Se sirven muy calientes las carnes juntas, las verduras en otra fuente, y los porotos (o garbanzos) en una tercera fuente. Se acompaña con aceite y vinagre, sal y pimienta, mostaza preparada y toda otra clase de condimentos.

## **(9) Puchero de rabo**

½ taza de manteca (unos 100 g) • 1 rabo de vaca, separado en ruedas • 3 cucharadas de harina • 1 cebolla grande, cortada en tiritas muy finas • 3 litros de agua hirviendo • 1 tomate entero • 1 puerro entero • 1 ramita de orégano • 4 papas medianas, partidas al medio • 4 zanahorias medianas, partidas al medio • 1 trozo de zapallo, no más de 400 g • sal gruesa a gusto, unos granos de pimienta negra

MÉTODO IX. Derretir la manteca y tostar bien e íntegramente los trozos de rabo que habrán sido previamente enharinados. Luego se harán freír de a dos o tres a la vez para lograr un tostado parejo, se retirarán y se mantendrán calientes. Retirados los trozos de rabo, se tostarán primero la cebolla, hasta que tome un color uniforme y subido, y la harina, que se agregará una vez que la cebolla se haya secado. Una vez logrado el punto de tostado más subido posible, sin llegar al quemado, agregar el agua que estará hirviendo, batiendo para evitar grumos. Conseguido un hervor suave, se agregarán tomate, puerro, orégano y los trozos de rabo, y se cocinará todo por una hora o hasta que el rabo esté tierno. Se añadirán entonces las verduras, papas, zanahorias y zapallo, y las que se quisiera a gusto; se sazonará con sal y con unos granos de pimienta negra. Se continuará con el hervor suave unos 20 minutos más o hasta que las papas estén a punto. Se sirve todo junto, carne, verduras y caldo, en sopera.

## (8) *Dry Bean Beef Pot*

1/2 kg beef bones, with a little meat, for boiling • 1 kg lean beef, for boiling • 500 grs. salt bacon • 2 *chorizos* • 1 cup dry beans (or garbanzos), soaked overnight • 1 tomato, 1 onion and 1 pimento, red or green, quartered • 2 garlic cloves, peeled, bruised • 2 bay leaves • 4 small potatoes, peeled, in halves • 2 medium sweet potatoes, in thick rounds • 1 large piece squash, not over 400 grs • coarse salt, to taste

METHOD VIII. Bring to a boil, in a large pot, 4 lts of water. When water is boiling, add all the meats and continue simmering gently for about 45 minutes. Add then the soaked dry beans, tomato, pimento, onion, garlic and bay leaf, and let simmer some 45 minutes. At the end of this time add potatoes, sweet potatoes and squash along with salt and continue simmering 30 minutes, or until potatoes are done. Ten minutes before total cooking time is up, separate broth for soup. Serve *puchero* in all cases very hot, the meat in one serving dish, vegetables in another and beans in a covered dish. Season at the table with oil, vinegar, salt and pepper, prepared mustard and other condiments.

## (9) *Ox Tail Beef Pot*

1/2 cup butter or other fat • 1 ox tail, separated at the joints • 3 tablespoons flour • 1 large onion, in very fine strips • 3 lts boiling water • 1 whole tomato • 1 whole leek • 1 sprig oregano • 4 medium potatoes, halved • 4 medium carrots, halved lengthwise • 1 piece of squash, not over 400 grs • coarse salt and a few peppercorns to taste

METHOD IX. Flour and brown well in hot fat the separated pieces of ox tail. Fry them two or three pieces at a time, so as to keep them evenly browned, and stand them apart keeping them warm. In the same fat, fry onion until almost dry, add then flour and continue toasting until flour and onion are a deep brown color. The trick in this *puchero* is to obtain a very deep browning but avoiding at the same time either scorching or burning onions or flour. Start with a quick fire, and lower it gradually so that the final steps are done over a very low fire. Once flour and onions are deeply toasted, add boiling water, whisking mixture vigorously to avoid the forming of lumps. Bring to a simmer, add toasted pieces of ox tail, tomato, leek and oregano and cook for about 1 hour or until beef is tender. Add then potatoes, carrots and squash, and cook until potatoes are done, seasoning with salt and a few whole peppercorns. This *puchero* is served, all ingredients together, broth, meat and vegetables in a deep dish.

## **(10) Puchero con ajos**

4 cucharadas de aceite, preferiblemente de oliva • 4 dientes de ajo, pelados y algo machacados • 1 taza de cortezas de pan oreado, picadas • 1 hoja de laurel • 3 litros de agua hirviendo • 1 kg de carne para puchero, más bien tirando a gorda • 4 cebollitas de verdeo, enteras • 4 puerros chicos, enteros • 2 papas medianas, en cuartos • 2 zanahorias chicas, raspadas, enteras • 1 trozo de zapallo, no más de 400 g • sal gruesa para salar, pimienta negra en grano a gusto

MÉTODO X. Freír lentamente los ajos en el aceite caliente, sin llegar a tostar, hasta que estén tiernos. Agregar entonces las cortezas de pan oreado y finamente picadas, o dos cucharadas de pan rallado, y la hoja de laurel. Con una cuchara de madera mezclar todo muy bien, tratando de deshacer completamente los ajos, mientras el pan se irá tostando un poco. Agregar entonces el agua hirviendo, con carne, puerros y cebollitas de verdeo, y llevar a un hervor suave que se mantendrá por espacio de una hora. Para este puchero es conveniente que la carne no sea magra, sino todo lo contrario. Al cabo de este tiempo se agregarán las verduras, que se cocinarán en unos 20 minutos, junto con la sal y unos granos de pimienta negra. La carne se servirá partida y bañada con algún aliño de los que se describen en la Sección VI, separada de las verduras.

Para hacer la sopa se pasarán por tamiz o por licuadora los puerros y las cebollitas junto con un poco del caldo, se reincorporarán al total del caldo, y se espesará con alguna pastina o fideo fino u otra pasta.

Este método sirve para obtener caldos de gusto definido y de mayor consistencia, con los que se hacen unos aspic sabrosos y sustanciosos. Añadiendo al caldo una proporción mayor de carnes para hervir, y algún elemento acidulante, como jugo de limón o tomates enteros, y carnes o huesos abundantes en tendones, se obtendrán caldos fuertemente gelatinosos y con sabor a la verdura elegida, como ser puerros, zanahorias, nabos o nabizas, cebollas, etcétera.

## **(11) Puchero de cordero**

Localizado en las regiones donde se crían más corderos que vacas, se hace en realidad con carne de oveja. En la ciudad podrá prepararse con carne de algún cordero que no haya parecido tan tierno. Para ello, si bien cualesquiera de los Métodos indicados anteriormente son posibles, el III es el más usual, y también el IX, porque ayudan a reducir un poco el gusto penetrante de la carne de oveja o de cordero. Se agregan los ingredientes vegetales disponibles según la región y la estación del año. Son infaltables las papas.

## **(12) Puchero de gallina**

No es el más común de los pucheros. Debe elegirse un animal grande y gordo. Se sigue preferentemente el Método II, hirviendo el agua con sal y añadiendo inmediatamente cebollas, puerros, perejil y zanahorias. Después de unos minutos de hervor

## (10) *Garlic Beef Pot*

4 tablespoons olive oil, or other oil • 4 cloves garlic, peeled and bruised • 1 cup stale bread, in very small cubes • 1 bay leaf • 3 lts boiling water • 1 kg boiling beef, rather fat • 4 scallions, whole, or green onions • 4 small leeks, whole • 2 medium potatoes, quartered • 2 small carrots, scraped, whole • 1 piece squash, not over 400 grs • coarse salt and whole peppercorns, to taste

METHOD X. Cook slowly garlic cloves in hot oil, until tender, avoiding any browning or toasting. Add then cubed bread, or two tablespoons bread crumbs, and bay leaf. Stir to coat with oil, mashing garlic cloves to a pulp, and lightly toasting bread. Add boiling water, beef, leeks, scallions and simmer for 1 hour or until beef is tender. Add then the rest of the vegetables, season with salt and a few whole peppercorns and cook for about 20 minutes more, or until potatoes are done. Serve beef sliced and dressed with any of the dressings mentioned under Section VI.

To make soup, sieve or blend in an electric blender, onions and leeks with some broth, add more broth and some pastina, fine soup noodles or any other thickening starch, and serve hot when done.

This method is admirably suited to produce definitely flavored broths that may be used to advantage in the preparation of beef jellies. Add to broth a larger proportion of boiling beef and some bones, preferably those with tendons, acidulate with some lemon juice or two or three small tomatoes, and fry butter and crumbs with selected vegetable, such as leek, carrot, turnip, onions, pimentoes, and so forth.

## (11) *Mutton Puchero*

This is a puchero rather limited to the regions where mutton is more readily available than beef. It is really made with ewe meat. In the larger cities it can be made with young lamb or mutton. Even though any of the mentioned methods could be followed, because of the techniques involved that will help masking the strong flavors of mutton, Methods III or IX are recommended. Add any vegetables, seeing that potatoes are not omitted.

## (12) *Boiled Hen Puchero*

It is not a commonplace *puchero*, and rarely prepared. For it, a large fat hen is needed. Follow primarily rules for making it, as set under Method II, bringing to a rolling boil water to which salt was added, and putting then in the pot onions, leeks, parsley and carrots. After a few minutes of boiling, add hen with some lemon juice or a tomato, or both to acidulate water a little and help dissolve better tendons and obtain a substantial broth. If the pot is large, place hen whole in water. If not, then split in halves, or even quarter it. Potatoes, sweet potatoes, squash and carrots must not be omitted. Any other addition, such as fresh corn, *zapallitos*, leek green will depend on the time of the year. Rice soup is a must.

ligero se pone la gallina entera o partida al medio a lo largo del espinazo si la olla es algo chica, acidulando un poco el agua con jugo de limón o con un tomate entero, o ambas cosas a la vez, para ayudar mejor a la cocción de los tendones del ave y obtener un caldo algo más gelatinoso. Papas, zanahorias, zapallo y batatas son infaltables; choclos, puerros, zapallitos tiernos, etc., dependerán de la estación.

### **(13) Puchero de pollo**

Es un puchero rápido y hoy muy difundido, porque tiene la ventaja de que tanto el pollo como las verduras se cocinan en una media hora. Se ponen todos los ingredientes al mismo tiempo, siguiendo en general las reglas para el Método I. Se agregan cebollas, pimientos, tomates, perejil, papas, batatas, zanahorias, zapallo y alguna ramita de orégano. El caldo se usa exclusivamente para hacer sopa de arroz. Es corriente llamar a esta preparación *puchero de gallina*.

### **(14) Puchero completo**

Es el que, además de carne de vaca, lleva también facturas de cerdo en alguna forma —chorizos, morcillas, etc.—, y también carne de aves, gallina o pollo. Por lo general, chorizos de toda clase, codeguines, butifarras y morcillas van en este puchero y, en cierta forma, las facturas de cerdo remplazan la carne de cerdo misma —salada o no—, común al puchero en otros lugares. Lleva porotos variados, garbanzos u otras legumbres secas, así como toda clase de verduras u hortalizas. Por la cantidad de elementos que lo componen se utilizan varias ollas, y se sigue en su preparación una combinación más o menos libre de los Métodos II, VII y VIII, aunque la falta de uniformidad en esta materia no excluye ninguno de los otros métodos señalados ni las variantes que quisieran introducirse, de acuerdo con los gustos personales.

### **(15) Puchero mixto**

Se da este nombre al puchero que, combinando principalmente las carnes de vaca y ave, no excluye las facturas y la carne de cerdo, tales como panceta, chorizos, morcillas, costillas o paleta. La carne de vaca, especialmente la gorda, y la gallina también gorda, son los principales componentes. Las verduras van a elección, siendo infaltables las papas, las batatas y el zapallo. Si es de grandes proporciones, se cocinará en varias ollas, una de las cuales contendrá la gallina con algo de facturas de cerdo. Este es el caldo de gallina que se usará para la sopa de arroz, típica, que no debe faltar. Este puchero mixto tiene gran similitud y muchos puntos de contacto con los pucheros de cerdo y gallina de la Península Ibérica, con los que llega a confundirse. La diferencia la da la preeminencia de carne de vaca como elemento principal, desplazando las carnes saladas y frescas de cerdo de los modelos originales, el añadido de la gallina como elemento secundario pero determinante del gusto general y la adición de batatas, zapallos y choclos, en lugar de las coles y las berzas de los originales.



### 13) *Chicken Puchero*

It is a quick *puchero* and very popular nowadays. Both chicken and vegetables will be done, as a general rule, in about 30 minutes. Follow rules for Method I, which calls for the most usual vegetables and substituting beef for chicken. Also leeks, tomatoes, squash and a sprig of oregano may be added. To keep within tradition, make rice soup with chicken broth and no other. Even though not so highly esteemed as hen *puchero*, this preparation is also known as *puchero de gallina* or boiled hen *puchero*.

### (14) *Mixed Puchero*

The *puchero completo* or mixed beef pot is the only one that mixes beef, with pork products in any form —*chorizos*, *morcillas* besides salt bacon—, and includes either a fat hen or some chicken. As a general rule, pork products such as *chorizos* and *morcillas*, *butifarras* and *codeguines* will be included instead of fresh or salt pork. Salt bacon however may also be added. It is this peculiarity, which distinguishes it from the *cocido* or *puchero* as known in other countries. The usual vegetables may not be omitted, such as potatoes, sweet potatoes, carrots and squash, adding some dry beans soaked overnight, and a number of other vegetables such as leeks, cabbage, turnips, and so forth. Since the number of ingredients will require the use of more than one pot, follow in general the steps outlined for Methods II, VII, and VIII combined in a rather constructive way. There are no set and fast rules that would apply to *puchero* making, so that really one is free to choose from the many indicated in this section, improving them or not —as might be learned from direct experience— according to one's own fancy.

### (15) *Chicken and Beef Puchero*

The name of *puchero mixto* is given to the one that, combining beef and chicken or hen, as the main ingredients, doesn't rule out some pork products such as bacon, rinds, salty ribs, *chorizos* and *morcillas*. Fat beef and a very fat hen are as a rule preferred as the main ingredients. Vegetables are chosen according to the season, but potatoes, squash, sweet potatoes and carrots should not be omitted. If made in large quantities, more than one pot will be used, and one will invariably contain the hen with the pork products while the other will have the beef meat and bones with most of the vegetables. Cabbage and turnips are cooked with hen and pork, and it is with the broth from this pot that the rice soup will be made, which should not be left out. This is the *puchero* that most closely resembles other similar preparations from the Western Hemisphere and Europe. Closeness is such that this *puchero* will many times be called "a la española", that is, Spanish style. Differences however are not to be minimized, because boiled beef is the principal ingredient displacing pork meat as the staple of the original recipes, chicken is added as a secondary element which defines the taste and flavor of the pot and finally the original kale and other cabbages are substituted by potatoes, sweet potatoes, squash and fresh corn whenever available.

## **(16) Puchero chico**

Es una preparación que, por su naturaleza primordial, queda clasificada entre los pucheros, pero participa de muchas de las características de los locros que se verán más adelante. Se prepara con los ingredientes y pasos dados en el Método I, añadiendo algo de batata, choclo, porotos blancos secos ya remojados y un poco de arroz, zapallo y un chorizo. Se cocinará hasta que los porotos estén deshaciéndose y el caldo haya espesado mucho más de lo corriente para un puchero. En ese punto se hará una salsa frita con: 1/2 taza de buena grasa de cerdo, cebolla, tomate, pimiento morrón, picados y rehogados juntamente con ají picante molido, una generosa proporción de pimentón dulce, comino y algo de agua para ligar la salsa. Se añadirá esta fritura al puchero para que le dé color y gusto, unos 10 minutos antes de apagar el fuego. Se sirve todo junto, en sopera, como el locro.

## Los caldos

Los caldos de la cocina casera son los del puchero, los más corrientes y de gustos más variados, dentro del tono suave que los caracteriza. Los hay también de verduras, pero casi no forman parte de la tradición culinaria local. Existen los de pescado, que sólo se conservan como recurso frecuente en las costas marítimas propiamente dichas y no se los tiene como caldos en sí mismos o como sopas, sino que forman parte de los platos de pescados.

Las diferentes técnicas para preparar caldos han sido explicadas en las recetas de los pucheros. Se usan para la sopa del momento aunque no es raro que los caldos del puchero, en lugar de ser transformados en sopa, se beban a manera de un refrescante al final de la comida. En este caso se sirve el caldo en taza, siempre muy caliente, al terminar de comer el puchero y antes de los postres.

Los caldos de la cocina familiar se mantienen simples, sin añadidos de hierbas, vinos o licores, esencias u otros sabores aromáticos, salvo en ocasiones de excepción. El único agregado corriente y familiar, en algunos casos, es el de un huevo batido para cambiarles un poco el color y la textura, y nada más.

## **(17) Caldo a la reina**

6 tazas de caldo de puchero, caliente y listo para servir • 2 ó 3 huevos enteros, ligeramente batidos con sal

Una vez retirado el caldo del puchero, y todavía muy caliente, se agregan los huevos batidos, teniendo cuidado de batir muy poco, únicamente para mezclarlos. Calentarlos con uno o dos cucharones de caldo caliente mientras se batan antes de agregarlos a la sopera. Se sirve de inmediato, preferiblemente en tazas. Puede acompañarse con cubitos de pan frito.

## (16) *Small Beef Pot*

This is a preparation that because of its main characteristics is called a *puchero*, even though it has many points in common with the *locro*, which will be seen in the following section. Prepare as indicated under Method I, adding some sweet potato, fresh corn on the cob, dry beans soaked overnight, not more than 1/2 cup rice, cut up squash and one *chorizo*. Cook very long, over a very slow fire, barely simmering, so that all ingredients will be done about the same time and beans turn mushy. Broth must be very thick, much more so than for a common *puchero*. Make a sauce with 1/2 cup lard, onion, tomato, pimento quickly fried with some hot chili powder or cayenne, a generous portion of paprika, cumin and a little water to bind. Add sauce to *puchero*, to season and color it, some 10 minutes before taking it from the fire. Serve hot, in a deep dish or tureen.

## Broths

Out of the *puchero* come most of the broths. Argentine home cooks do not cook a broth separately from the *puchero*, since in it all the possible variations will fit in with the general bland tone of this typical Argentine dish. Occasionally a vegetable broth might be found, but these are not commonplace, because they are not part of the local culinary tradition. Something similar happens with fish broths. They are known, and sometimes prepared, especially along the coastal areas. But these are not considered part of the local tradition. Besides, fish broths are not made by themselves, but as part of fish soups, chowders or *chupines*, and others.

The *puchero* recipes have shown the techniques used in making broth. This broth is used immediately in a soup, served at the same time as the *puchero* although it is not infrequent that a good and tasty broth be served as a consommé at the end of a meal. If so, broth is served very hot, in a cup, after *puchero* has been finished and before serving dessert.

Home cooking broths are simple preparations, and maintained so, without any additions to modify or change their basic flavors. Save for a truly exceptional occasion, no herbs, wines, sherries or other liquors are added, nor any other aromatics or essences. The only and exceptional addition is that of a beaten egg to a broth to change its texture and color, and no more.

## (17) “A la Reina” Broth (or Queen’s Broth)

6 cups *puchero* broth, hot and ready to be served • 3, or even 2, beaten whole eggs with a little salt

Have beaten eggs ready when broth is taken away from *puchero*. Add some broth to the beaten eggs, stirring vigorously to mix and prevent curdling. When all broth has been poured in a tureen, add egg mixture, blend in eggs and serve immediately, preferably in cups. Toasted croutons are an occasional addition.

## Las sopas

Las sopas forman una parte inseparable de la comida principal de la familia, y llegan a ser un importante componente del sustento diario.

Son muy variadas. La más popular es la que se hace con el caldo del puchero, preparación simple y rápida. Las sopas de puchero pueden separarse en dos categorías: 1) las espesas, dedicadas en su mayoría a los niños, y 2) las que no lo son. La única diferencia es que, para las no espesas, se reduce la cantidad de fideos o pastinas, o el aditamento que se cocine en el caldo. Las sopas ligeras llevan muy poco fideo o sémola, o lo que fuere, no más de algo que nade en el caldo, mientras que, en las sopas espesas, el caldo en su mayor parte es absorbido por los elementos añadidos que son: pastinas, fideos finos en general, sémola, arroz, avena, tapioca, todos de cocimiento muy rápido, para nombrar sólo los más corrientes.

No faltan en el repertorio familiar ni las sopas de legumbres, de las que se darán algunas fórmulas de las más usuales, ni las sopas crema que han ingresado hace muy poco al ámbito familiar. Dedicaremos, sin embargo, un poco más de atención a las sopas que representan en sí mismas toda una comida completa y que están muy arraigadas en la tradición local, algunas un poco más asentadas que otras, aunque todas no son sino transformaciones de costumbres traídas por las corrientes migratorias europeas en diversas épocas. Quedarán sin mencionar, aunque sean muy corrientes, las fórmulas que todavía mantienen casi intactos los esquemas originales.

### (18) Sopa de fideos finos

1 ½ litro de caldo de puchero, hirviendo • 100 g, cuatro o cinco roscas, de fideos finos para sopa • sal a gusto

En el caldo hirviendo se dejan caer los fideos, partidos al apretar el puño, revolviendo constantemente durante el primer hervor para que no se peguen. Por lo general, estos fideos estarán a punto con sólo tres o cuatro minutos de cocción. Servir en plato soper, de inmediato, muy caliente.

### (19) Sopa espesa de avena

1 ½ litro de caldo de puchero, hirviendo • 1 taza llena de avena arrollada, de cocimiento rápido • sal a gusto

Dejar caer la avena en forma de lluvia sobre el caldo hirviendo, revolviendo constantemente durante el primer hervor para evitar los grumos. Salar a gusto. Esta sopa estará lista a los 4 ó 5 minutos de hervor vivo. Dejar reposar 2 minutos antes de servir, muy caliente, en platos hondos.

### (20) Sopa de verduras y fideos

1 ½ litro de caldo de puchero, hirviendo • 4 cucharadas de pastina; dedalitos, ojo de perdiz, etc. • verduras del puchero, picadas o pasadas por purera

## ☞ Soups ☞

Soup is an almost inseparable part of the family fare, and has come to be an important part of the usual diet.

Many kinds of soup are made, the one that uses the *puchero* broth being the most popular. Family soup is a quick and simple preparation. Two kinds might be distinguished: 1) thick soups, made in all cases especially for children, and 2) thin soups. The only difference being that for thin soups, less thickening agent is used. In all cases the thickening agent or soup making element is cooked in the broth. Fine soup noodles, semolina, tapioca, rolled oats, rice and pastina are the most common elements. Thin soups take just a little, no more than enough to justify the name of soup instead of consommé. On the other hand, thick soups have almost no broth left, after most of it has been absorbed by the thickening agent.

Home cooking does not lack any of the dry legume soups, for which a few recipes will be given, nor any of the cream soups that have recently come to be common fare. However, preferent attention will be given to those soups that are by themselves a complete meal, and that have become part of the local set of traditions. A few of them could still be considered as newcomers, although all of them are local adaptations of ancient recipes brought from overseas by the different migratory currents at various periods of time. Those that still cling tenaciously to the original formulae will not be mentioned here, even though they might be quite popular.

### **(18) Fine Noodle Soup**

1 ½ lt boiling *puchero* broth • 100 grs or four to five fine noodle nests • salt to taste

Drop noodles into boiling broth, breaking them up a little and stir during first few minutes of boiling to avoid lumps. As a general rule, these very fine noodles will not take more than four or five minutes to be ready. Serve very hot, in soup plates.

### **(19) Thick Soup with Oats**

1 ½ lt boiling *puchero* broth • 1 cup rolled oats • salt to taste

Sprinkle oats into boiling broth, stirring constantly to avoid lumps, and cook for 4 to 5 minutes. Season with salt, and let stand about 2 minutes more before serving hot in soup plates. Pastina and semolina thick soups are made following a similar pattern.

### **(20) Noodle and Vegetable Soup**

1 ½ lt boiling *puchero* broth • 4 tablespoons any pastina - ditalini, acini di pepe, etc. • *puchero* vegetables, drained and strained or pureed

Agregar al caldo hirviendo, ya sea las verduras finamente picadas junto con la pastina, o bien deshacer las verduras del puchero en una purera o en una licuadora y agregar al caldo con la pastina. Servir muy caliente.

### **(21) Sopa de zanahorias y arroz**

1 ½ litro de caldo de puchero, hirviendo • 2 zanahorias del puchero, pisadas  
• 1/2 taza de arroz

Dejar caer sobre el caldo hirviendo, como lluvia, el arroz y cocinar un primer minuto a fuego vivo, revolviendo para que no se pegue. Agregar dos zanahorias del puchero, ya cocinadas y bien pisadas. Servir cuando el arroz esté a punto.

De la misma manera se podrán preparar sopas de arroz y diferentes verduras, sean del puchero o no. O también cambiar el arroz por sémola o tapioca, sobre una base de caldo de puchero.

### **(22) Sopa de puchero con hongos**

1 ½ litro de caldo de puchero, hirviendo • 1 cucharada de manteca • 1 cucharada de harina • 1 cebolla chica, picada muy finamente • 1/2 taza de hongos secos, remojados, escurridos y picados • sal a gusto

Derretir la manteca y cocinar brevemente los hongos, previamente remojados, escurridos y picados, junto con la media cebolla muy bien picada. En cuanto la cebolla empieza a tomar un poco de color, agregar la harina y continuar a fuego muy suave hasta que la manteca quede totalmente absorbida. Mojar entonces con un poco del caldo, lentamente, hasta formar una pasta chirle que se incorporará al caldo hirviendo. Bastan sólo unos 5 minutos de hervor para que la sopa esté lista. Se pueden agregar otras verduras del puchero, picadas, como puerros, nabos, zapallo, papas y zapallitos, así como también un puñado (cuatro o cinco cucharadas) de arroz, en cuyo caso deberá cocinarse la sopa hasta que el arroz, o la tapioca, o la sémola que se le haya agregado, estén a punto.

### **(23) Sopa de albóndigas**

1 ½ litro de caldo de puchero, hirviendo • 4 cucharadas de arroz • albóndigas para el caldo

Para las albóndigas, amasar con la mano hasta tener una pasta homogénea, los siguientes ingredientes:

1 taza de carne picada • 1/2 taza de panceta, en cubitos chicos • 1 taza de pan rallado • 1/2 cebolla chica, finamente picada • 1 huevo, ligeramente batido • 1 cucharadita de perejil picado • sal, pimienta y nuez moscada a gusto

Add pastina to boiling broth, together with drained and strained or pureed vegetables from *puchero*. Vegetables may also be passed through an electric blender. Cook until pastina is done, and serve hot.

### **(21) Rice and Carrot Soup**

1 ½ lt boiling *puchero* broth • 2 large carrots, mashed, from *puchero* • 1/2 cup rice

Sprinkle rice over boiling broth and cook for a few minutes over a brisk fire in a rolling boil. Stir to prevent grains from sticking together. Add then two pureed large carrots, already cooked, and simmer until rice is done. Serve hot.

### **(22) Puchero Broth with Mushrooms**

1 ½ lt boiling *puchero* broth • 1 tablespoon butter • 1 tablespoon flour • 1 small onion, finely chopped • 1/2 cup dried mushrooms - soaked in boiling water, drained and chopped • salt to taste

Cook briefly chopped and drained mushrooms in butter, along with finely chopped onion. As soon as onion begins to take color, add flour and continue over a very slow fire until butter has been absorbed. Moisten with a little broth, working liquid in slowly to avoid lumps, until a thin and smooth mixture is obtained. Add then to boiling broth, and cook for about 5 minutes and no more, for soup will be ready soon. Other cooked vegetables from *puchero* may be added, chopped, such as leeks, turnips, squash, and so forth, in very small amounts. Also a very small quantity of rice, tapioca or semolina may be added, cooking broth until this addition is done.

### **(23) Meat Ball Soup**

1 ½ lt *puchero* broth, boiling • 4 tablespoons rice • small size meat balls

To make meat balls, work with your hands mixing all the following ingredients until a smooth paste is obtained:

1 cup ground lean beef • 1/2 cup bacon, in very small dice • 1 cup bread crumbs • 1/2 small onion, minced • 1 egg, lightly beaten • 1 teaspoon chopped parsley • salt, pepper and nutmeg to taste

Hecha la pasta, formar las albóndigas, no mayores que una nuez, y dejarlas caer sobre el caldo caliente, pero no hirviendo. Llevar lentamente el caldo a un hervor suave y, una vez que rompió el hervor, agregar el arroz y cocinar unos 20 minutos o hasta que el arroz esté a punto.

### **(24) Sopa de albóndigas de acelgas**

1 ½ litro de caldo de puchero • 1/2 taza de puré de acelgas, muy escurrido  
• 1/2 taza de pan rallado • 1/2 taza de queso rallado • 1/2 taza de sémola de trigo • 1 huevo, ligeramente batido • harina para rebozar • sal y nuez moscada, a gusto

En un tazón mezclar el puré de acelgas, muy bien escurrido, con el pan rallado y el queso rallado, la sémola y el huevo batido. Debe quedar una masa de consistencia ligera. Si no tuviese la consistencia necesaria para formar las albóndigas se agregará un poco más de pan rallado y muy poca harina. Sazonar con nuez moscada y sal a gusto. Pasar las albóndigas ligeramente por harina, y dejar caer de a una en el caldo hirviendo. Cocinar a fuego suave hasta que estén a punto, no más de 20 minutos. Se sirven con el caldo, hasta 4 por persona.

Con el mismo sistema suelen hacerse también de zapallo, batatas, zanahorias, y otras verduras del puchero. En lugar de sémola, se puede utilizar arroz hervido.

### **(25) Sopa de pan y papas**

1 ½ litro de caldo de puchero • 4 rebanadas de pan francés, tostado ligeramente • 1/2 taza de papas cocinadas, cortadas en cubitos chicos • 1/2 taza de queso rallado

Se ponen las tostadas de pan en el caldo hirviendo y, a medida que se van hinchar, se las deshace con un tenedor o con un batidor de alambre. Una vez deshechas las migas, se las hierva a fuego muy suave por espacio de 15 minutos, se agregan las papas ya cocinadas y cortadas en cubitos, se hierva todo 5 minutos más y se sirve bien caliente, acompañando con una abundante cantidad de queso rallado.

### **(26) Sopa de ajos con fideos**

1 ½ litro de caldo de puchero, hirviendo • 2 dientes de ajo, finamente picados • 2 cucharadas de aceite de oliva • 1 cucharadita de perejil, picado muy fino • fideos finos para sopa, a gusto • sal y queso rallado

Se ponen a cocinar en el caldo de puchero los fideos, en la proporción que se desee. Generalmente se hace una sopa no espesa. En una sartén chica se calienta bien el aceite, se echan los ajos finamente picados y, a fuego muy suave, se cocinan lentamente los ajos hasta que estén tiernos. Se agregan el perejil picado y una pizca de sal, solamente se calentará el perejil hasta que tome un color verde intenso, y se vuelca todo sobre la sopa. Se hierva un par de minutos y se sirve muy caliente, con queso rallado.



When the paste is made, form small meat balls, not much larger than a walnut in size, and drop one by one into broth, hot but not yet boiling. When all meat balls have been made and dropped in the broth bring it to a gentle boil, add rice and simmer until rice is done or about 20 minutes. Serve hot.

### **(24) Chards Dumpling Soup**

- 1 ½ lt *puchero* broth, boiling • 1/2 cup cooked chards, drained and pureed
- 1/2 cup bread crumbs • 1/2 cup grated cheese • 1/2 cup wheat semolina
- 1 beaten egg • flour to coat • salt and nutmeg, to taste

Mix in a large bowl cooked and pureed chards, bread crumbs, grated cheese and wheat semolina, add beaten egg and blend into a smooth paste, somewhat consistent. If not so, add a little more bread crumbs and some flour. Season to taste with salt and nutmeg, and form into small balls, coat with flour and drop one by one into hot broth. Bring to a boil and cook until done, about 20 minutes. Serve in the broth, 4 to a person.

With the same procedure, other vegetable dumplings are done, such as squash, sweet potatoes, carrots, and other *puchero* vegetables. Instead of semolina, white boiled rice is also used.

### **(25) Bread and Potatoes Soup**

- 1 ½ lt *puchero* broth, boiling • 4 slices French bread, lightly toasted • 1/2 cup cooked potatoes, in small cubes • 1/2 cup grated cheese

Boil French bread slices, using preferably day old bread, lightly toasted, in broth until it doesn't increase any more in volume, then break up with a fork or a whisk. When bread is broken up, cook for 15 minutes over a very low fire, add afterwards cooked potatoes, continue cooking until potatoes are heated through and serve with abundant grated cheese sprinkled on top.

### **(26) Noodle and Garlic Soup**

- 1 ½ lt *puchero* broth, boiling • 2 garlic cloves, minced • 2 tablespoons olive oil • 1 teaspoon very finely chopped parsley • fine soup noodles, to taste • salt and grated cheese

Cook fine noodles in broth, in the proportion preferred. It usually is a rather thin soup. In a small skillet heat oil and cook minced garlic cloves, over a low fire very slowly until tender but never browned nor toasted. Add minced parsley, heat through until parsley turns a bright green color, and pour into soup. Boil soup not more than a couple of minutes more, and serve very hot, with abundant grated cheese.

### **(27) Sopa de arvejas partidas**

1 ½ litro de caldo de puchero • 1 taza de arvejas partidas secas, puestas en remojo desde la noche anterior • 200 g de panceta ahumada, cortada en cubitos chicos • 1 cucharadita de perejil picado • 1 zanahoria rallada • 1 cucharada de aceite • sal a gusto, pancitos fritos para acompañar

Dorar la panceta en el aceite hasta dejarla bien tostada, sin que llegue a quemarse. Agregar el caldo y los demás ingredientes. Llevar a hervor suave por espacio de 1 hora, o hasta que las arvejas estén deshaciéndose. Batir el caldo con un batidor, o pasar por licuadora si se prefiere hasta obtener una crema homogénea. Servir caliente con cubitos de pan frito.

### **(28) Sopa de porotos**

1 ½ litro de caldo de puchero • 1 chorizo de cerdo, sin piel, y un poco deshecho • 1 taza de porotos secos, puestas en remojo desde la noche anterior • 2 cucharadas de aceite • 1 cebolla picada • 1 pimiento picado • 1 tomate picado • 1 cucharadita de orégano • 1 papa, cortada en daditos chicos • sal a gusto

Poner los porotos, que habrán estado en remojo desde la noche anterior, a hervir suavemente en el caldo unos 45 minutos, o hasta que estén tiernos pero no deshechos. Hacer entonces una salsa con el chorizo, que se habrá deshecho un poco, friéndolo brevemente en el aceite, luego la cebolla picada, después el pimiento y finalmente el tomate con el orégano. Añadir esta salsa al caldo con los porotos y, al mismo tiempo, la papa cortada en daditos. Hervir unos 15 minutos, o hasta que las papas estén listas. Servir de inmediato.

### **(29) Sopa de garbanzos**

1 ½ litro de caldo de puchero • 1 taza de garbanzos secos, puestas en remojo desde la noche anterior • 1 hoja de laurel • 2 cucharadas de aceite • 1/2 taza de panceta, preferiblemente salada y cortada en cubitos • 1 cebolla chica, en tiritas muy finas (véase receta N° 295) • 1 cebollita de verdeo, en tiritas muy finas • 1/2 planta de escarola crespa, en tiritas finas • 1 tomate chico, picado • 1/2 taza de papas, en cubitos chicos • 1/2 taza de zanahorias, en cubitos chicos • sal a gusto

Poner a hervir los garbanzos en el caldo de puchero junto con la hoja de laurel, hasta que estén tiernos, lo que podrá tomar entre 30 minutos y 1 hora. Mientras tanto, calentar el aceite y rehogar ligeramente en él primero la cebolla luego la cebollita de verdeo, la 1/2 planta de escarola crespa sólo el tiempo necesario para que cambie un poco de color y, finalmente, el tomate. Se añade esta fritura al caldo, se hierve unos 10 minutos, y después se adicionan las papas y las zanahorias cortadas en cubitos. La sopa estará lista cuando las papas y las zanahorias estén a punto. Servir muy caliente. No debe ser una sopa espesa, en la que las legumbres se hayan deshecho.

### (27) *Split Pea Soup*

1 ½ lt *puchero* broth, boiling • 1 cup split peas, soaked in water overnight  
• 200 grs bacon, in small dice • 1 teaspoon chopped parsley • 1 carrot, mashed or grated • 1 tablespoon oil • salt to taste, croutons

Brown diced bacon in hot oil, until well toasted and dry, avoiding however any scorching. Add rest of ingredients, bring to a slow boil and cook for about 1 hour, or until peas are reduced to a purée. If a smooth texture is preferred, beat with a wire whisk or pass through a blender. Serve hot, with croutons.

### (28) *Dry Bean Soup*

1 ½ lt *puchero* broth, boiling • 1 *chorizo*, skinned and broken up • 1 cup dry beans, soaked in water overnight • 2 tablespoons oil • 1 onion, chopped  
• 1 sweet green pepper, chopped • 1 tomato, chopped • 1 teaspoon dry oregano • 1 potato, diced • salt to taste

Soak beans, any of your choice, overnight. Add then to boiling broth and simmer for about 45 minutes or until tender. At that point, make apart a sauce in a small skillet, frying the *chorizo* in a little oil, adding then a chopped onion, a chopped sweet green pepper and finally a tomato, also chopped, with oregano. Add sauce to cooked beans, along with diced potatoes, season to taste and continue simmering, about 15 minutes more, or until potatoes are done. Serve immediately.

### (29) *Garbanzo (Chick Pea) Soup*

1 ½ lt *puchero* broth, boiling • 1 cup dry garbanzos - soaked in water overnight • 1 bay leaf • 2 tablespoons oil • 1/2 cup cubed bacon, preferably salty bacon • 1 small onion, in very fine strips (see recipe N° 295) • 1 scallion or green onion, also in fine strips • 1/2 head curly endive or escarole, in fine strips • 1 small tomato, chopped • 1/2 cup potato, in small cubes • 1/2 cup carrots, in small cubes • salt to taste

Soak garbanzos overnight in water, discard soaking water, wash garbanzos and add to boiling broth with a bay leaf. Cook garbanzos over a very low fire, barely simmering, until tender; it might take from 30 minutes up to 1 hour, depending on the garbanzos themselves. Meanwhile, fry apart in hot oil first the onion, then the scallion, and add the endive or escarole, cut in very fine strips, as in a julienne, cooking escarole for a very short time, that is until barely wilted. Add then tomato, stir to heat through and add to boiling broth. Continue boiling some 10 minutes more before adding the rest of the vegetables, finely diced or in very small cubes, so that they might be cooked in a rather short time. Soup will be ready, when potatoes and carrots are done. This should not come out a thick soup, in which vegetables are cooked to a mush. On the contrary, all vegetables should be well cooked, but not mashed. Serve hot.

Remarks: The last three mentioned soups, split pea, dry bean and garbanzo, are representative methods, and show the techniques that are usual in the making of dry

Los garbanzos solamente deben haberse cocinado bien, únicamente unos pocos se habrán abierto y deshecho.

*Nota:* Las sopas antes mencionadas, de arvejas partidas, de porotos y de garbanzos, representan métodos para preparar las legumbres en sopa. La única en la cual las legumbres quedan deshechas es la de arvejas partidas, que también puede hacerse con otro caldo que no sea el de puchero, o con agua. Del mismo modo pueden variarse estas sopas cambiando las verduras que se agregan al final y que por lo general son: zapallo, zapallitos, batatas, choclos desgranados, nabos, arvejas y chauchas. Además de arroz, también pueden agregarse fideos finos o pastinas, para espesarlas un poco. Es imposible dar aun en forma aproximada el tiempo de cocción de las legumbres, porque varía de acuerdo con muchos factores. También es posible hacer estas sopas fáciles con legumbres enlatadas, haciendo los ajustes necesarios en los tiempos totales de cocimiento. En todas estas sopas, y especialmente las que se hagan con caldo de puchero, deberá tenerse en cuenta que el caldo principal ya contiene sal. Por esta razón, convendrá en todos los casos hacer el reajuste de sal sólo unos minutos antes de llevarlas a la mesa.

### **(30) Sopa de verduras en caldo**

1 ½ litro de caldo de puchero • 1 taza, o tal vez menos —a gusto—, de verduras picadas, tales como: cebollitas de verdeo, puerros, escarolas, lechugas, diversas hojas de col o repollo, acelgas, espinacas, hojas de remolacha, borrajas, etc. • 1 taza, o tal vez un poco más —a gusto—, de diversas hortalizas, cortadas en cubitos del tamaño de arvejas, ya sea en crudo o cocinadas en el puchero, tales como: papas, batatas, zanahorias, zapallo, zapallitos, nabos, chauchas, arvejas, bróccoli, coliflor, salsifíes, etc. • 1/2 taza de arroz, o tal vez un poco menos • sal a gusto y queso rallado

Poner el caldo a hervir y agregar, todas juntas, las verduras. Servir cuando estén tiernas, no importando que algunas se hayan deshecho un tanto, como suele ocurrir con el zapallo y las batatas. La adición del arroz, u otro cereal, quedará a gusto de quien la prepare, y podrá ser o bien totalmente omitida o sustituida por pastinas o fideos finos para sopa. En el caso de que lleve arroz, se la suele acompañar con abundante queso rallado.

### **(31) Sopa de caldo de verduras**

1/2 taza de cebollas picadas, puerros picados, cebollitas de verdeo en las proporciones que se prefieran • 2 dientes de ajo, pelados y algo machacados • 2 tazas de papas, batatas, zanahorias y zapallo, picadas en cubitos para una más rápida cocción • 1 hoja de laurel • 1 ½ litro de agua hirviendo • 2 cucharadas de arroz • sal a gusto

Poner a hervir el agua y, agregar todos los ingredientes juntos. Cocinar a fuego muy suave, para que las verduras no se deshagan tanto, hasta que el arroz esté a punto. Salar a gusto y servir de inmediato. Suele acompañarse con abundante queso rallado tipo parmesano.

legume soups. The first one, the split pea soup, is the only one in which the legumes are mashed or pureed. The broth used in home cooking is the *puchero* broth, but there are no established rules that would forbid using any other kind of broth or even plain water. Many other variations may also be made, by adding or substituting the vegetables mentioned in the recipes for others, such as diced squash, *zapallitos*, sweet potatoes, kernels of corn cut from the cob, fresh peas, turnips, green beans, and so forth. Rice may also be substituted with pastina of any kind, or some fine noodles, or a combination of both. The cooking time for the many varieties of legumes will differ, so that a watchful eye should be kept in some of the recipes, but of course a few more or less burst garbanzos won't spoil a home made soup, quite the contrary. It is also possible to make all these soups with already pre-cooked or canned vegetables, readjusting the time. For all these soups, allowances will have to be made for salt, since *puchero* broth is salted. It is thus suggested that any seasoning be left to the last minute, and that salt be added only a few minutes before serving. These soups are to be served hot, in all cases. Croutons and grated cheese additions are left to the cook's preferences, as well as an occasional sprinkling with chopped parsley or other herbs.

### **(30) Beef Broth with Vegetables**

1 ½ lt *puchero* broth • 1 cup, or perhaps a little less according to taste, mixed green vegetables, chopped, such as: scallions, leeks, escaroles, endives, lettuce, diverse cabbages, chards, spinach, beet greens, turnip greens, borage, etc. • 1 cup, or perhaps a little more, according to taste, mixed vegetables, diced in pea size cubes, uncooked or from a *puchero*, such as: potatoes, sweet potatoes, carrots, squash, *zapallitos*, turnips, green beans, peas, broccoli, cauliflower, etc. • 1/2 cup rice, or perhaps a little less • salt to taste, grated cheese

Bring broth to a boil, add all vegetables together, stir and simmer until potatoes are done. Serve when most of the vegetables are tender and rice is cooked, even though some vegetables like squash and *zapallitos*, in a rolling boil will be cooked to shreds. The addition of rice, or any other cereal, or even of soup noodles or pastina, will always be subject to the cook's preference, who may also choose to omit it. The addition of rice, requires in all cases a generous portion of grated cheese, sprinkled over the soup the minute before serving or left to each guest's choice.

### **(31) Vegetable Soup**

1/2 cup mixed chopped onions, scallions and leeks in any preferred proportion • 2 garlic cloves, peeled and bruised • 2 cups mixed and diced potatoes, sweet potatoes, carrots and squash, in small cubes to speed up cooking • 1 bay leaf • 1 ½ lt boiling water • 2 tablespoons rice • salt to taste

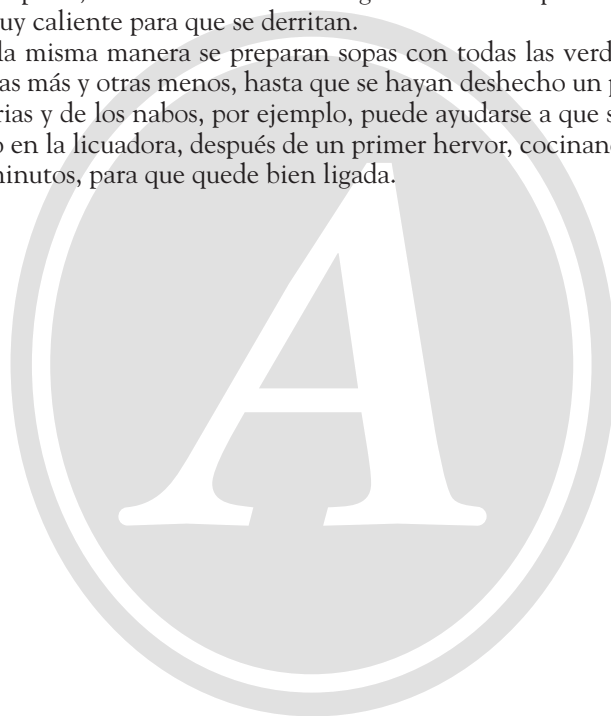
Bring water to a boil and add all ingredients together. Simmer over a low fire, so that vegetables will not be cooked to shreds and will be done at about the same time as the rice. Season with salt to taste and serve. It is usual to take along to the table an abundant portion of grated cheese, preferably Parmesan style.

### (32) Sopa de zapallo

1/2 taza de manteca (unos 100 g) • 1/2 taza de cebollas picadas, o puerros, o cebollitas de verdeo • 2 tazas de zapallo, en cubitos • 2 cucharadas de harina • 1/2 litro de leche • 1 litro de agua hirviendo, o caldo • 1 hoja de laurel • nuez moscada, sal y pimienta a gusto • queso rallado o trozos de queso fresco

Dorar ligeramente las cebollas en la manteca, luego el zapallo, unir la harina y mezclar todo bien. Agregar entonces la leche, deshaciendo un poco el zapallo, y llevar a un hervor suave, completar con el agua hirviendo y sazonar con sal, pimienta y nuez moscada a gusto. Hervir unos 30 minutos. Servir con abundante queso rallado por encima de cada plato, o colocar en cada uno algunos trozos de queso fresco y cubrirlos con la sopa muy caliente para que se derritan.

*Nota:* De la misma manera se preparan sopas con todas las verduras habituales, cocinando unas más y otras menos, hasta que se hayan deshecho un poco. En el caso de las zanahorias y de los nabos, por ejemplo, puede ayudarse a que se deshagan con un pisa-puré o en la licuadora, después de un primer hervor, cocinando luego la sopa por unos 20 minutos, para que quede bien ligada.



## (32) *Squash Soup*

1/2 cup butter (about 100 grs) • 1/2 cup chopped onion, or scallions, or leeks • 2 cups diced squash, in small cubes • 2 tablespoons flour • 1/2 lt milk • 1 lt boiling broth or water • 1 bay leaf • nutmeg, salt and pepper to taste • grated cheese or any mild, soft cheese, cubed

Fry onion in butter until golden, stir in squash and cook until browned, add flour and blend thoroughly. Pour milk, stirring to mash squash, slowly bring to a boil, add water or boiling broth and season to taste with salt, pepper and grated nutmeg. Simmer 30 minutes, or until smooth. Serve hot with either a sprinkling of grated cheese or adding to each plate large cubes of a fresh and mild soft cheese. Some people will pour the hot soup over the cheese.

*Remarks:* Cream soups are made of a majority of the common vegetables, following more or less the steps outlined in the preceding recipe. Some vegetables, like turnips or carrots, will require longer cooking, or passing through a blender, to cream them. *Puchero* broth, almost always at hand, is the preferred liquid, to which either fresh or powdered milk is added. The addition of rice is quite common, in which case grated Parmesan type cheese becomes a must.

