

**RECETARIO DE
COMIDAS ELABORADAS
CON CARNE DE
CAPRINOS**

DR. MANUEL SUCÍN.

Estas no son recetas fijas, se pretende presentar una guía de algunas comidas elaboradas con carne de caprinos.

La mayoría de ellas fueron recopiladas de diversos aportes recibidos de familiares de productores caprinos como así también de cocineros y cocineras del interior chaqueño y de algunas provincias que crían y consumen carne caprina.

Matambre a la Pizza



PREPARACION

- 1- Hervir el matambre en leche hasta que esté tierno.
- 2- Disponer el matambre en una asadera con la parte grasa hacia afuera y condimentar.
- 3- Colocar en el horno hasta que se dore.
- 4- Distribuir sobre su superficie la salsa de tomate, previamente condimentada y preparada para pizza según su gusto.
- 5- Retirar del horno, colocar queso cremoso, jamón cocido y huevos picados, sobre su superficie, aceitunas, morrón cortado en tiritas y dar un golpe de horno hasta que el queso se derrita.

El matambre deberá ser de animales grandes.

Matambre Relleno o Arrollado



PREPARACION

- 1- Disponer el matambre con la parte grasa hacia afuera y condimentar.
- 2- Distribuir sobre la superficie la cebolla, zanahorias cortadas en dados, perejil, 2 huevos duros (según el tamaño del matambre), aceitunas, morrón en tiras. Arrollar y coser.
- 3- Colocar el matambre en una asadera previamente enmantecada y dorar a fuego regular.
- 4- Rociar con 100 c.c. de vino blanco o de leche y continuar a fuego medio hasta finalizar la cocción.
- 5- Colocar en una olla con agua, sal y hojas de laurel, cocer hasta que esté terminado.
- 6- Retirarlo del fuego y prensarlo hasta que se enfríe.
- 7- Servir con palmitos, champiñones, papas al horno, puré de batatas o zapallo.

Sopa de Mondongo



PREPARACION

Cantidad de mondongo a gusto. Hervir, limpiarlo y agregar papas, zanahorias, cebolla, perejil, apio, zapallo, mandioca, choclo, etc.

Cabrito Relleno



PREPARACION

1. Deshuesar un cabrito y condimentar.
2. Preparar el relleno:
 - a. Rehogar dos cebollas medianas, agregar cebolla de verdeo a gusto, perejil, orégano, pimienta, ají molido, pimientos, morrón, zanahorias hervidas, papas cortadas en dados, salar y mezclar todo.
 - b. Colocar el hígado, los riñones y el corazón del cabrito cortado en pedazos pequeños en un sartén fritarlos y salarlos.
 - c. Hervir 1 ½ taza de arroz. Remojar 2 panes medianos con cáscara, escurrir.
 - d. Agregar dos huevos hervidos. Mezclar todo (puede agregar aceitunas o pasas de uvas o ciruelas secas sin carozos).
3. Distribuir la mezcla en el cabrito, coserlo y atar con hilo piolín.
4. Bañar el cabrito con aceite, limón, sal, pimienta y ajo.
5. Colocar en horno hasta la cocción total. Remojar permanentemente con la preparación anterior; al finalizar remojar con vino blanco, perejil, orégano, ají molido, si desea puede pincelar con salsa de soja o mostaza.
6. Dejar enfriar, cortarlo y servir. Puede acompañarlo con papas asadas, puré de papas o zapallo o alguna guarnición (ensalada), palmitos, champiñones, puré de batatas.
7. Otra variedad del cabrito relleno puede ser: una vez relleno el cabrito, cosido y atado se puede recubrir con la masa de la torta a la parrilla o santiagueña y colocar en el horno de barro a leña, a fuego lento. La masa lleva sal, agua, harina y grasa.

Cabritos, Chivitos y Capones a la Parrilla

PREPARACION

Cabritos de 4 o 6 Kg. machos o hembras.

Chivitos de 7 a 10 Kg., machos o hembras.

Capones de 16 a 18 Kg., machos o hembras.

Condimentar la carne a gusto (sal, pimienta, ajo, limón).

Acompañar con batatas, choclos, papas, ensaladas variadas.



Estofado de Cabritos

PREPARACION

1. Cortar la carne en trozos y colocar en una olla.
2. Agregar 1 lata de tomate al natural, una o dos cebollas, zanahorias, perejil, orégano, Morrón, uno o dos dientes de ajo cortados a gusto y sal.
3. Llevar a fuego lento. El tiempo de cocción depende del tipo de olla utilizada.
4. Agregar agua si es necesario, a medida que se cocina.
5. Cuando la carne esté tiernizada podrá agregar papas cortadas.



Guiso de Cabrito

PREPARACION

1. Seguir los mismos pasos del estofado. En lugar de papas, agregar fideos o arroz o arvejas según lo prefiera.



Cabritos y Chivitos a la estaca o cruz

PREPARACION

Cabritos de 4 a 6 Kg. (machos y hembras).

Chivitos de 7 a 10 Kg. (machos y hembras).

Condimentar a gusto (según el gusto del asador o las costumbres locales o provinciales) con sal, limón, chimichurri, algunos acostumbran pincelar con manteca derretida mientras se asa la carne.



Cabrito al Escabeche

INGREDIENTES

4 Kgs. de carne (la que prefiera).

1 Kg. de cebolla.

¼ Kg. de pimientos.

½ Kg. de zanahorias.

Cantidad necesaria de: orégano, ají molido, perejil, cebolla de verdeo, laurel y ajo.

¼ L. de vinagre.

¼ L. de vino blanco.

1 litro de aceite.



PREPARACION

1. Hervir la carne cortada, agregar la sal gruesa a gusto y las hojas de laurel.
2. Retirar la carne de los huesos.
3. Colocar en un sartén con el litro de aceite los condimentos, fritarlos y agregar la carne.
4. Una vez dorados agregar el vinagre y el vino, a fuego lento.
5. Una vez finalizado, puede servirlo caliente, frío o envasar en frascos. Si opta por lo último recuerde que los ingredientes deberán estar cubiertos del líquido o sea aceite.

Costeletas de Capones y Hembras

Se preparará con capones y hembras de 18 a 20 meses de edad. Se pueden cocinar a la plancha o a la parrilla.

Condimentar a gusto con sal, pimienta, ajo, limón.

Acompañar con papas, batatas, zapallo, ensaladas varias.



Cabrito a la Pizza

PREPARACION

1. Deshuesar el cabrito.
2. Condimentar con aceite o manteca, sal a gusto, limón y pimienta a gusto.
3. Colocar a la parrilla o al horno entero o formando pizzetas.
4. Una vez cocido de ambos lados, colocar sobre la parte gruesa una capa de salsa de tomate (previamente preparada para pizza), queso, tiras de jamón cocido, morrones y aceitunas, huevos duros, llevar al horno hasta que se derrita el queso.
5. Servir acompañado de guarniciones.



Cabrito al limón, al horno o a la olla

PREPARACION

1. Enmantecar una asadera o aceitar una olla.
2. Condimentar el cabrito con limón, sal, aceite, ajo, pimienta, orégano, perejil (a gusto).
3. Colocado en la asadera llevarlo al horno con temperatura máxima.
4. A la olla, controlar la cocción y permanentemente rociar con algún tipo de condimento y limón.
5. Servirlo caliente con ensalada mixta o palmitos, papas al horno o fritas, puré, etc.



Cabrito al horno



PREPARACION

1. Cabrito de 4 a 6 Kg. de ambos sexos.
2. Condimentar a gusto: sal, pimienta, ají molido, perejil, orégano, limón.
3. Colocar en una asadera aceitada, al horno.
4. Acompañar con papas, batatas, ensaladas, etc.

Cazuela de carne de caprino o de mondongo de caprino



PREPARACION

1. Cortar la carne en trozos según lo desee o el mondongo previamente hervido y en cantidades deseadas.
2. Colocar en una olla, dorarlo y agregar dos cebollas cortadas, cebollitas de verdeo, perejil, orégano, zanahorias, morrón, sal y aceite.
3. Antes de la cocción total, agregar zapallitos de tronco y brasileño cortados, porotos, soja, a gusto, papas cortadas y arvejas.

Hamburguesas y/o albóndigas



PREPARACION

1. Picar finos trozos de pulpa sin grasa.
2. Condimentar con ají molido, perejil, ajo, cebolla. Amasar hasta mezclar bien.
3. Dejar reposar hasta el día siguiente en la heladera. Colocar clara de huevos para dar consistencia a la mezcla.
4. Preparar las hamburguesas y colocar en sartén o asadera aceitados.
5. Si desea preparar albóndigas: armará las bolitas y podrá fritarlas o prepararlas con salsa de tomates.
6. Acompañar con arroz blanco o puré de papas o champiñones, batatas, papas fritas o al horno.

Bifes de hígado de caprinos a la plancha o sartén



PREPARACION

1. Condimentar a gusto (sal, pimienta, ajo, orégano, etc.)

Muslos o piernas de Caprinos capones de 16 a 18 meses de edad



PREPARACION

1. Mechar los muslos con jamón crudo, morrones, cebolla, aceitunas. Salar, condimentar, envolver en papel aluminio y cocinar, al horno o a la parrilla, a fuego lento según el tamaño.

Empanadas de Cabra



PREPARACION

1. Trozar la carne sin grasa, realizar el picado grueso, con cuchillo.
2. Agregar cebolla cortada en trozos pequeños, cebolla de verdeo, perejil, orégano, morrón, ají, sal a gusto.
3. Agregar huevos hervidos y aceitunas picadas y si desea pasas de uva, papas.
4. Colocar todo en una olla con aceite hasta su cocción total, dejando el relleno jugoso.
5. Armar las empanadas con masa para freír o para horno, según lo prefiera.

Bifes de hígado de caprinos a la olla o sartén con cebolla, zanahoria, morrón y zapallo brasileño o tronco

INGREDIENTES

600 grs. de hígado.
300 grs. de cebolla.
150 grs. de morrón colorado.
100 grs. de zanahorias.
1 cebollita de verdeo.
Perejil a gusto, orégano, zapallo.
Sacar a punto.



Frito de hígado, corazón, riñones de caprinos a la olla

INGREDIENTES

400 grs. de hígado
300 grs. de riñón.
300 grs. de corazón.
(Cortados en cuadros)



PREPARACION

1. Cocinar a fuego lento.
2. Agregar cebollita de verdeo a gusto, perejil, orégano, ajo molido, ají molido, sal.
3. Agregar otros condimentos o eliminar algunos de los mencionados, según preferidos.
4. Acompañar con papas, batatas fritas, ensaladas, arroz.

Chanfaina de caprinos

Existen varias maneras de preparar chanfaina, especialmente los ingredientes utilizados y las características de las zonas.



INGREDIENTES

Corazón, hígado, riñones, mondongo, intestinos, carne de cabras, todo en pequeña cantidad y tamaño. Cocinar la sangre con un poco de sal.

Aceite de girasol con un poco de grasa, cebolla de cabeza, cebolla de verdeo, ajo, laurel, puré de tomate al natural en pequeña cantidad, pimientos, morrón ojo, pimentón, orégano, ají molido, perejil, caldo, pan rallado, harina para espesar.

Puede llevar arroz o papas, agregar sal y una pizca de azúcar.

PREPARACION

1. Colocar en una olla aceite y algo de grasa; calentar, agregar los siguientes ingredientes, cebolla de cabeza bien picada, pimientos, morrones rojos bien cortados, un poco de tomate al natural, orégano, pimienta molida a gusto, laurel, perejil, ajo, pimentón, ají molido, sal a gusto, un poco de azúcar, caldo.
2. Agregar toda la menudencia bien picada, hígado, mondongo, corazón, riñones, intestinos, carne. Todo previamente cocido. Colocar arroz cocido o papas; la sangre cocida, vino blanco. Colocar el pan molido o harina para espesar; cocinar poco tiempo y apagar el fuego.

Locro de carne de cabras

INGREDIENTES



- a) Carne de cabras adultas a gusto; mondongo de cabras, intestinos de cabras, chorizos de cabra, tendones de bovinos, algunas patas de cerdos, chorizos de cabra español con pimentón; un poco de panceta ahumada. Si desean pueden agregar carne salada y/o ahumada de cabra.
- b) Maíz blanco o colorado, cebolla cabeza, cebolla de verdeo, zanahorias, zapallo brasileño, mandioca, orégano, perejil, sal morrón rojo, porotos, etc.

PREPARACION

En una olla grande colocar los ingredientes del punto a) más agua y el maíz. Cuando estén casi cocidos colocar los elementos del punto b). Cocinar a fuego lento, removiendo todo el tiempo.

Se podrá preparar una salsa picante por separado para acompañar a gusto.