



JAMÓN DEL PAÍS

estilo Marisol

Ingredientes:

- 2 kg de carne de cerdo (pierna, chuleta, bondiola*, etc...)
- 2 cucharadas de ajo molido
- 4 cucharadas de sal
- 1 cucharada de pimienta negra gruesa
- 1 cucharada de comino
- 1 cucharada de palillo
- ½ taza de aceite
- 1 cucharada de achiote (en semilla o polvo)

*El jamón se suele preparar con la pierna; pero en esta ocasión utilizaremos "bondiola" que viene a ser el cuello del cerdo porque es una carne más tierna y jugosa gracias a que tiene más grasa entre los músculos). En portugués puede conseguirla como: "copa lombo o lombinho"

Preparación:

1. Se extiende el bloque de carne (se le hacen cortes si es necesario) y se adereza con ajo, sal, pimienta, comino y palillo, esparciendo bien los condimentos. Deje marinar toda la noche.
2. Al día siguiente, se enrolla la carne y se amarra bien con pabilo para que conserve la forma.
3. En una olla grande hervimos agua con sal al gusto y metemos el jamón para que se cocine a fuego lento durante 2 horas aproximadamente. Si desea, para que el jamón obtenga más sabor, le agregamos al agua cebollas, apio y pimienta entera.
4. Caliente ½ taza de aceite a fuego lento y agregue el achiote y remueva para que no se quemé y suelte color. Cuele las partículas o semillas de achiote y separe el aceite.
5. Cuando el jamón esté cocido, apagar el fuego, retirar del agua y dejarlo enfriar.
6. Cuando esté frío, barnizar el jamón con el aceite de achiote y listo. Guardar en la refrigeradora envuelto en "papel film" (wrap) para que no se seque.



Para servir, corte en tajadas (las que desee) y acompañe con lechuga, mayonesa y una rica **salsa criolla** (Kyodai Magazine Ed. 188, pág.32).

ペルー カントリーハム

材料 マリソル風

■ 豚肉 (モモブロック、ロース、※肩ロースなど)	2 Kg
■ おろしニンニク	大さじ 2杯
■ 塩	大さじ 4杯
■ 粗びき胡椒	大さじ 1杯
■ クミンパウダー	大さじ 1杯
■ ターメリックパウダー	大さじ 1杯
■ サラダ油	1/2 カップ
■ アチョーテ (アナトー) (粒状、もしくは、粉状)	大さじ 1杯

※ハムはモモ肉で作られることが一般的ですが、今回は肩ロースを使っています。これはブタの首の周りのお肉で、脂が乗っており、そのため、柔らかく、ジューシーな部位とされています。

作り方

1. 豚肉を広げ(必要な場合は切れ込みを入れて)、ニンニク、塩、胡椒、クミン、ターメリックで味付けし、一晩寝かせる。
2. 翌日、肉を巻いて、料理糸できつく縛る。
3. 大きめの鍋で水を沸騰させ、お好みで塩と、ハム肉を入れたら、弱火で2時間ゆっくりと煮込む。味をよりよくするため、玉ねぎ、セロリ、粒胡椒を入れることもできます。
4. サラダ油を1/2カップ分、弱火で熱したら、アチョーテを入れ、焦げないようにパンを回していきます。その後、油をザルで渡し、アチョーテの粒と分けます。
5. ハム肉に火が通ったら、火を止め、肉を水から取り出し、冷めるまで待ちます。
6. 冷めてから、刷毛などでアチョーテの油を塗れば完成です。乾燥しないようにラップで包み、冷蔵庫に入れます。

好みの厚さで輪切りにしたハム肉を皿に盛り、レタスと、マヨネーズ、美味しいクレオールソース (salsa criolla) を添えます。

JAMÓN DEL PAÍS

ペルーカントリーハム

Por: MARISOL
Foto: G. Nakayoshi

Estilo
Marisol
マリソル
風

クレオールソース (salsa criolla):
薄切りにした玉ねぎ (中) を水にさらし、水分をよく切る。
塩コショウで味付けをし、レモン汁を加える。
アヒ・リモ、みじん切りにした香菜、サラダ油少量を加える。