

EPISODIO 7

EL PLATO BANDERA DE PERÚ

Estimados oyentes. Les habla Jose Antonio Useche. Reciban un cordial saludo. En este episodio comparto con ustedes el conocimiento sobre el ceviche o cebiche (se escribe con “v” o con “b”). Este es el *plato bandera de Perú*; una deliciosa comida típica de la costa peruana que representa la excelente gastronomía de ese país.

El cebiche o ceviche consta de cinco ingredientes base: pescado crudo fresco, cebolla, jugo de lima o limón, ají, pimentón y sal. Sobre esta base se puede añadir ajo, cérely (apio), hierbas y jengibre. En el norte de Perú se prepara con pescado o mariscos crudos cortados en trozos. Se acompaña con camote (batata), choclo (maíz), cancha serrana (maíz tostado) o chifles (tajadas fritas de plátano maduro).

No está muy claro en donde se originó el ceviche, se dice que era una forma que usaban los pescadores para preparar el pescado en sus largas jornadas en el mar. Por otra parte, la palabra cebiche o ceviche se cree proviene del término cebo que significa manjar y alimento. Pero el historiador, Javier Pulgar Vidal (1911-2003) considera que ceviche se deriva del vocablo quechua “siwichi” que significa pescado fresco o tierno.

Tipos de ceviches o cebiches.

Como *plato bandera de Perú*, el ceviche es muy versátil, se presenta en una gran variedad de platos que depende del tipo de pescado, mariscos e ingredientes que se usan en su preparación, los ceviches más populares son: ceviche de pescado, ceviche mixto (lleva pescado y camarones), ceviche de mariscos, ceviche de conchas negras (mejillones), ceviche de camarones y ceviche clásico con conchas negras. Solo con nombrarlos se me “hace agua la boca”; hay recetas que nos recuerdan gratos momentos vividos en muchos lugares y en este caso, las del rico y apetitoso ceviche me hacen recordar las imágenes de varios platos preparados con productos del mar en otros lares.

Existen algunos platos que se han derivado del ceviche como: **El tiradito**: es un plato muy popular que se diferencia del ceviche en que no lleva cebolla, **La leche de tigre**: es el jugo del ceviche, que se sirve en una copa o vaso, puede llevar trozos de pescado o mariscos. Y **Chinguirito**: parecido al ceviche, pero se prepara con la carne seca salada de la guitarra o raya deshilachada.

La gastronomía peruana es una de las mejores del mundo. Parte de esa reputación proviene de la gran diversidad de ingredientes que existe en el país y también de aquellos procedentes de otros lares como Italia, España, Japón y China, entre otros, lo que ha dado origen a una fusión y mezcla de sabores que hacen de los platos peruanos los más apetecidos en muchos lugares del planeta. Por ejemplo, el ceviche ha sido premiado internacionalmente como un alimento delicioso y nutritivo y de allí que, en Perú, éste esté certificado como su *Plato Bandera*. Indudablemente, el ceviche actual es una integración de culturas que se juntaron para crear uno de los potajes más exquisitos de la gastronomía peruana.

Estimados oyentes cuando tengan la oportunidad de visitar Perú o un restaurante peruano no hay pretextos para dejar de degustar un ceviche mixto. Les aseguro que quedarán complacidos con tan delicioso manjar. Hasta un próximo episodio.