

LAPINGACHO DE TRUCHA AHUMADA CON AGUACATE, CUBIOS Y CHUGUAS ENCURTIDAS

Por Alejandro Cuéllar



Ingredientes para 4 personas

- 3 papas pastusas (chaucha)
- 1 papa sabanera (guata)
- 1 rama de cebolla larga
- 2 ramas de cilantro
- ½ aguacate
- 1 trucha ahumada (preferiblemente de la laguna de la Cocha)
- 1 cucharada de mantequilla



Dirección: Cra 23 No. 18-61 Tercer piso
Teléfonos: +(57) 301 433 81 76 +(57) 318 7724784
Código Postal 520001 Correo electrónico: ossan@narino.gov.co
- www.obssan-narino.wixsite.com/siwweb
- Es su responsabilidad ecológica imprimir este documento

- 2 limones
- 100 ml de aceite de oliva
- 50 gr de chuguas encurtidas
- Sal y pimienta

Procedimiento

Para el llapingacho: cocinar las papas peladas por separado en agua hirviendo hasta que estén blandas para hacer puré. Retirar y mezclar con una cucharada de mantequilla, una rama de cilantro picado y una cucharada de cebolla larga finamente picada. Aplastar con un tenedor hasta que quede un puré homogéneo. Salpimentar y dejar enfriar en nevera. Debe quedar un puré seco. Una vez frío, formar 4 bolas para espicharlas en forma de arepa. Luego, dorar en una sartén con un chorrito de aceite de oliva. Retirar y reservar.

Mezclar la trucha ahumada desmenuzada con el aguacate, el limón y el aceite de oliva. Salpimentar y reservar.

Picar la cebolla larga en rodajas y deshojar el cilantro.

En un plato poner el llapingacho, las chuguas encurtidas, la trucha y el aguacate; terminar con más chuguas encurtidas, rodajas de cebolla larga y unas hojas de cilantro.

