



El futuro
es de todos

Cancillería
Embajada de Colombia
en Paraguay

TRUCHA DE AGUAS DE NACIMIENTO DEL RÍO FONCE

Chef Alejandro Gutiérrez

UNA VENTANA A
COLOMBIA

Plan de Promoción de Colombia en el Exterior





UNA VENTANA A LOS SABORES DE COLOMBIA

El Plan de Promoción de Colombia en el Exterior es la principal herramienta de diplomacia cultural del Ministerio de Relaciones Exteriores de Colombia. Mediante la realización de actividades en academia y literatura, artes escénicas, artes visuales, cine y audiovisuales, gastronomía y música, el Estado colombiano ha fortalecido las relaciones bilaterales y multilaterales y ha consolidado nuevos vínculos de amistad y cooperación con diversos socios.

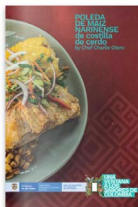
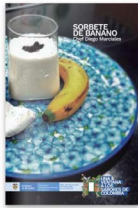
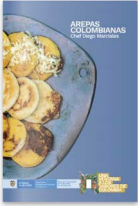
En el área de gastronomía, las embajadas de Colombia organizan clases de cocina y conferencias presenciales y virtuales, de la mano de chefs que cuentan con amplio reconocimiento a nivel nacional e internacional, en las que se muestra al público extranjero la riqueza de la despensa colombiana, con propuestas que abarcan desde las tradiciones culinarias ancestrales hasta los desarrollos más recientes de la nueva cocina colombiana.

Para facilitar este acercamiento, la serie *Una ventana a los sabores de Colombia* presenta al mundo algunas de las mejores recetas de la gastronomía nacional, con el ánimo de que puedan ser replicadas. Las puertas de las embajadas de Colombia están siempre abiertas para todo aquel que quiera saber un poco más sobre la riqueza cultural que caracteriza a nuestro país.

**UNA VENTANA A
COLOMBIA**

Plan de Promoción de Colombia en el Exterior









El futuro
es de todos

Cancillería
Embajada de Colombia
en Paraguay

CHEF ALEJANDRO GUTIÉRREZ

Comenzó su carrera como cocinero en el restaurante Donostia de Bogotá en el año 2004, después de haberse retirado casi a punto de alcanzar su título como Biólogo, en la Universidad de Los Andes.

Para el año 2006 decide viajar a Nueva York para trabajar en varias cocinas, entre la que destaca la de Veritas (1 estrella Michellin).

En 2009 se une al equipo de Virgilio Martínez para la apertura de Central. Después de un año en Lima, decide regresar para hacerse cargo de las cocinas de Tabula y Donostia en Bogotá.

Para 2013, se asocia con Juan Manuel Ortiz para la reapertura de Salvo Patria en un nuevo y más amplio espacio. Allí realiza un recorrido por la inmensa diversidad del territorio Colombiano, con un menú que cambia constantemente con productos de temporada provenientes de proyectos sostenibles en todo el país.

**UNA VENTANA A
COLOMBIA**

Plan de Promoción de Colombia en el Exterior





El futuro
es de todos

Cancillería
Embajada de Colombia
en Paraguay



UNA VENTANA A
COLOMBIA

Plan de Promoción de Colombia en el Exterior





**TRUCHA DE AGUAS
DE NACIMIENTO
DEL RIO FONCE**
Chef Alejandro Gutiérrez



INGREDIENTES (4 personas)

PARA LA TRUCHA

- 2 Truchas enteras de aproximadamente 500 a 600 g. c/u
- 50 g. Mantequilla
- 250g. Macadamias peladas
- 2 Dientes de ajo
- 30 g. Cebolla blanca
- 20 g. Panela
- 1 taza Caldo de pescado o pollo
- 5 g. Sal



NOTA

Opciones para reemplazar los ingredientes:

TRUCHA: Salmón o atún fresco **MACADAMIAS:**

Marañones, avellanas

TUCUPÍ: Miso rojo, soja



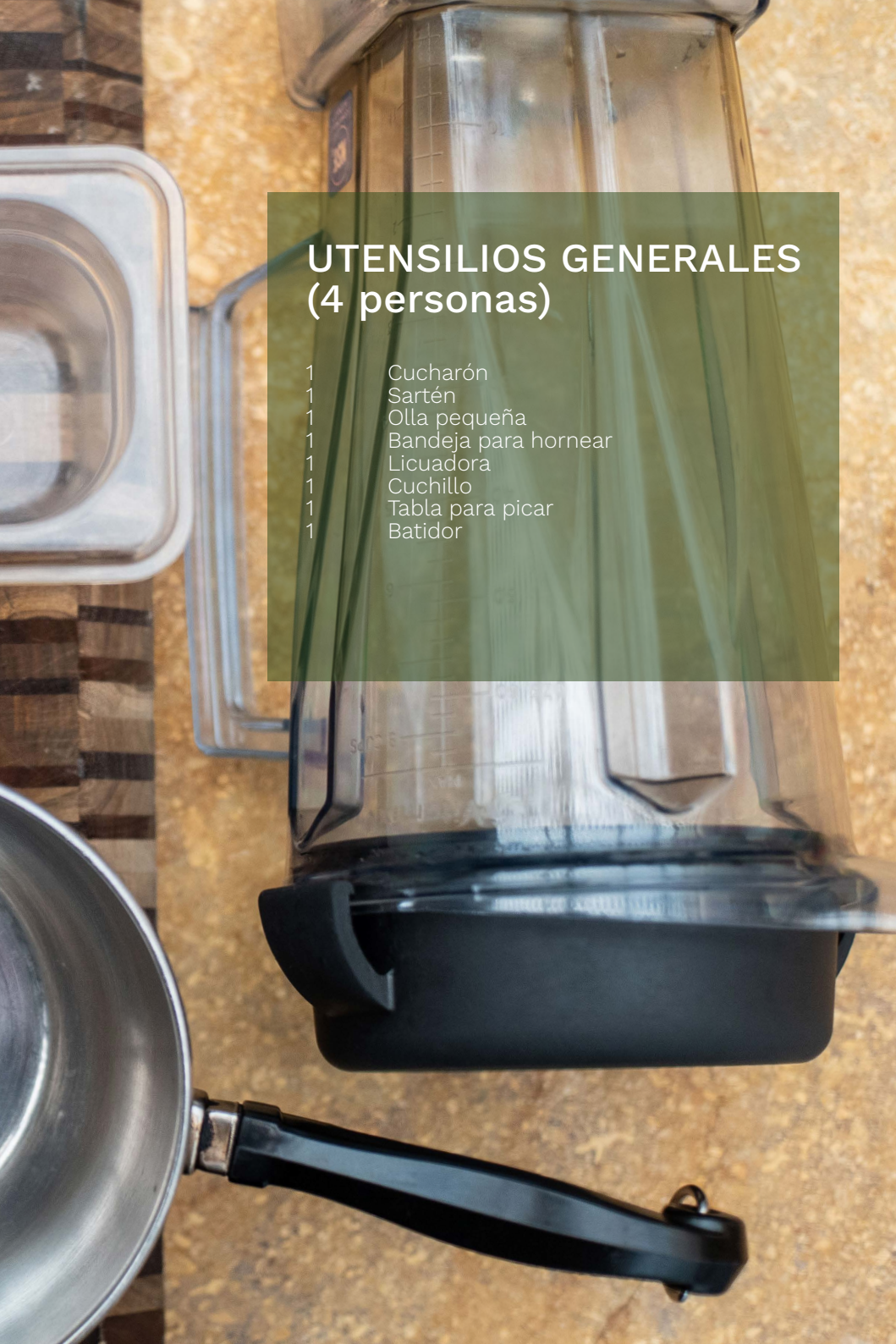
INGREDIENTES (4 personas)

PARA LA ENSALADA

50 g. Macambo pelado
30 g. Tucupí negro
15 g. Miel de abejas
60 g. Quinua
2 Aguacates has
3 cdas Aceite de oliva
Zumo de 1 limón
Micro mézclum (mix de hojas frescas)
Sal
Pimienta







UTENSILIOS GENERALES (4 personas)

- 1 Cucharón
- 1 Sartén
- 1 Olla pequeña
- 1 Bandeja para hornear
- 1 Licuadora
- 1 Cuchillo
- 1 Tabla para picar
- 1 Batidor



PROCEDIMIENTO

Retirar los filetes de trucha, sacar las espinas con ayuda de una pinza. Reservaren refrigeración.

Cortar la cebolla y el ajo finamente. En una sartén a fuego bajo, sofreír con la mitad de la mantequilla hasta que estén ligeramente dorados. Mientras tanto, tostar las macadamias por 10 min. En un horno a 120 c. Agregar las macadamias al sofrito, cubrir con 1 taza de caldo y cocinar a fuego suave por 15 minutos. Procesar en una licuadora. Si la mezcla está muy espesa, se puede agregar agua de a pocos. Filtrar en un colador fino, sazonar y reservar.

Cocinar la quinua en abundante agua con sal por 20 minutos o hasta que esté cocida pero al dente. Reservar.

Preparar la vinagreta de tucupí mezclando tucupí, miel, el zumo de limón y el aceite de oliva.

Cortar el aguacate en láminas delgadas, mezclar la quinua con la mitas de las hojas y la mitad del aguacate y la vinagreta. Sazonar con sal.

En una sartén amplia con mantequilla y un poco de aceite, cocinar los filetes de trucha previamente sazonados, primero por el lado de la piel hasta que esté tostada y un minuto por el lado de la carne.

Mientras tanto, calentar la salsa de macadamia.





PRESENTACIÓN

Disponer el filete de trucha en un plato semihondo con la piel hacia arriba. Acomodar la quinua a un lado. Esparcir el macambo, el resto de las hojas y el aguacate sobre la quinua.

Terminar con la salsa de macadamias.





GLOSARIO

MACAMBO (*Theobroma bicolor*)

Nuez extraída del fruto de una planta perteneciente a la familia del cacao. Originario de las selvas tropicales del norte de Suramérica. Tiene un alto contenido de omegas y proteína. Su sabor tiene notas a chocolate blanco, pistacho y alcaparras.

TUCUPÍ

Preparación obtenida de la fermentación del zumo de la yuca brava amazónica. Para obtener el tucupí negro, el zumo se cocina sobre fogón de leña hasta obtener una pasta espesa de sabor intenso. Cada comunidad amazónica tiene una forma de diferente de prepararlo, así como el uso de diferentes ingredientes para conferirle sabor y propiedades medicinales.



El futuro
es de todos

Cancillería
Embajada de Colombia
en Paraguay



UNA VENTANA A
COLOMBIA

Plan de Promoción de Colombia en el Exterior

