

Uma lembrança bonita sempre é bom compartilhar e dessa maneira não deixar ela sumir. Morei junto a minha vizinha Benedicta por muitos anos e sempre tive o desejo de aprender sua língua materna: o quechua, lembro que em uma ocasião com ajuda dela aprendi a contar em quechua 1 até 100, naquela época o quechua não tinha escritura definida, pelo qual para um trabalho de casa da minha escola, ela me recomendou escrever todo qual a pronúncia: um (huk), dois (iskay), três (kinsa), quatro, (tawa), cinco (pisqa), seis (soqta), sete (qanchis), 8 (pusaq), 9 (isqon), 10 (chunka) e mais.

Minha avó cresceu, num lugar pequeno, ao sul da capital peruana Lima, cujo nome é "San Juan de Luyo", no distrito CHAVÍN, província Chíncha, departamento ICA. Chavín, é conhecido por suas minas, arqueologia e por ser terra andina ótima para cultivo e criação de gados, aves entre outros, onde é falado o quechua. Foi fundado na época da independência do Peru, antigamente pertenceu à província de Castrovirreyna e no ano 1857 integrou-se à província do Chíncha. Ao aumentar a população, muitas pessoas se mudaram aos arredores. Minha avó migrou para o anexo de Catapalla, distrito de Lunahuaná, província de Cañete, departamento de Lima na procura de pasto. A um dia de caminhada pelas alturas de Catapalla existe um formoso lugar chamado Patagrande, onde ela ia nas épocas de chuva para aproveitar o pasto verde, chegaram a saber daquele povoado por alguns conhecidos que já tinham viajado. Ela fez aquela travessia pelas montanhas junto ao seu pai e seu gado que adquiriu com apenas 18 anos e se ubicó no Catapalla.

Em San Juan de Luyo, minha avó aprendeu a bordar, fazer hilados com lã de ovelha e não menos importante a cozinhar as deliciosas receitas da sua mãe que foram transmitidas de geração em geração, posteriormente ela compartilhou a receita com minha mãe que a sua vez transmitiu-me os segredos da cozinha familiar. Um dos pratos que aprendi é o "Seco de Cabrito" e vou compartilhar com vocês.

Em algumas fontes se fala que o "Seco de Cabrito" é de origem árabe e com a chegada dos espanhóis começaram a elaborá-lo no Peru e Equador, mas em cada lugar tem seu peculiar sabor, forma de apresentar-o e acompanhar o prato. No norte do Peru é muito reconhecido o "Seco de Cabrito com Frijoles (feijão)", mas a receita que eu aprendi com ajuda de minha mãe, que compartilhou o segredo de preparo comigo, era só acompanhada com arroz, mas influenciada pela gastronomia de Catapalla (povo onde minha mãe nasceu e cresceu), começou acompanhar seus pratos com feijão.

Como lembrança de minha avó Benedicta decidi compartilhar sua receita; já que infelizmente ela faleceu e por causa das restrições da pandemia não consegui viajar ao Peru para vê-la pela última vez. Sempre está comigo no meu coração ao igual que todas as vivências com ela.

Minha mãe conta que quando a Família chegava de visita na casa de minha avó, nessa época eles não tinham geladeira para conservar a carne e como a família era grande ela aproveitava em preparar um cabrito inteiro do seu gado para agradecer sua visita, foi numa dessas ocasiões que ela compartilhou a receita com minha mãe, tempo depois ela passou para mim.

O ingrediente secreto é a "Cachina", que vem do vocábulo quechua (kachinaq) que significa: seco, sem doce, desabrido; esta bebida é própria das adegas do Mala, Cañete, Chíncha, Pisco e Ica. Onde moro atualmente não tem cachina, pela qual eu fiz adaptações

à receita e em vez da "Cachina" utilizo um vinho seco branco, claro que não é igual, mas nos aproximamos ao sabor original. O preparo tem um molho de ervas como coentro, manjeriço e huacatay. O huacatay é utilizado nos preparos desde a época dos incas, mas devo substituí-lo com ervas secas de hortelã; já que onde moro não é cultivada nem vendida. Outro ingrediente é a Pimenta Amarela (Ají Amarillo) quem brilha na gastronomia Peruana, em ocasiões ela chega aos mercados da Ilha do Governador, compro a pesar que o valor é maior ao de outros insumos, mas vale a pena já que ela não é cultivada no Brasil, mas se você não achar pode ser substituído por uma colher de chá de curry ou açafrão. Moro a 7 anos aproximadamente com meu esposo na Ilha do Governador no Rio de Janeiro, Brasil. Decidi preparar essa deliciosa receita na pandemia e tive que adaptar alguns ingredientes que não se encontram no lugar para chegar a fazer uma ótima releitura da receita. Essa delícia ajudou muito a alegrar os corações abatidos nesse período. Também devia adaptar a receita para uma quantidade menor de pessoas; já que minha avó cozinhava no mínimo para 50 pessoas, Vamos lá!

Receita para 6 pessoas.

Duração de preparo:

1h e 30 minutos.

"Seco de Cabrito"

Ingredientes:

800g de Cabrito.

250 ml de molho.

250 ml de água.

2 onças líquidas (59,15ml) de Cachina.

100g de pimenta amarela (ají amarillo).

3 colheres de azeite de oliva.

3 batatas em rodela.

1 cenoura em rodela.

1 cebola corte brunoise (cubinhos).

4 dentes de alhos grandes picados.

170g de ervilha fresca.

Temperos para marinar a carne:

1 colher de sal.

½ colher de pimenta do reino.

2 onças líquidas de Cachina.

Dica: deixe marinar a carne pelo menos uma hora antes do preparo.

Molho:

3 colheres de azeite de oliva.

30g de folhas de espinafre.

15g de coentro.

8g de manjeriço.

6g de Huacatay.

1 colher de sal.

125 ml de água.

Preparação:

1. Deixamos o cabrito marinando.
2. Cortamos e separamos os ingredientes.
3. Preparamos o molho.
4. Fritamos a carne e para selar retiramos o suco e reservamos.
5. Retiramos a carne selada.
6. Na mesma panela e gordura fritar a cebola, quando estiver bem frita adicionamos o alho, cuidado para não deixar dourar em excesso.
7. Agregamos o suco da carne, o molho, a cachina e a pimenta, deixamos concentrar ela bem por aproximadamente 5 minutos fervendo.
8. Agregamos 250 ml de água; já que o líquido tem que cobrir a carne, as batatas e a cenoura.
9. Quando começa a ferver colocamos no molho a carne.
10. Passado uns 10 minutos fervendo revisamos se a carne está bem cozida, como a carne é tierna devemos ter cuidado para ela não desmanchar, experimentamos a sal; o molho deve estar um pouquinho passada de sal já que com o doce da cenoura a sal vai diminuir. mas não se preocupa com esse passo, se você seguir a receita pode pular esse detalhe.
11. Uma vez a carne esteja no ponto correto agregamos a batata, ervilha e a cenoura.
12. Lembrando que não pode deixar ferver por muito tempo para a batata não desmanchar, somente deixe ferver uns 5 minutos e feche o fogo.
13. Esperamos um minuto para concentrar os sabores e servimos.
14. Acompanhamento arroz e feijão.

Adaptações à receita original para poder desfrutar desta delícia no país onde moro atualmente.

Ingredientes:

- 800g de Cordeiro ou carne de boi.
- 200 ml de molho.
- 50 ml de chá de hortelã.
- 250 ml de água.
- 2 onças líquidas (59,15 ml) de vinho seco branco.
- 1 colher de chá de curry ou açafrão.
- 3 colheres de azeite de oliva.
- 3 batatas em rodela.
- 1 cenoura em rodela.
- 1 cebola corte brunoise (cubinhos).
- 4 dentes de alhos grandes picados.
- 1 lata de ervilha. (Retiramos o líquido e logo enxugamos bem)

Chá de hortelã:

Num recipiente com 50 ml de água abrir um sachê de chá de hortelã e adicione na água o conteúdo, logo filtrar as folhinhas, devido a que queremos o sabor o mais natural possível não colocamos direto o sachê na água só as folhas secas.

#### Molho:

3 colheres de azeite de oliva.

30g de folhas de espinafre.

15g de coentro

8g de manjeriço

1 colher de sal.

150ml de água

#### Temperos para marinar a carne:

1 colher de sal.

½ colher de pimenta do reino.

2 onças líquidas de vinho seco branco.

Dica: deixe marinar a carne pelo menos uma hora antes do preparo.

#### Preparação:

1. Deixamos o cabrito marinando.
2. Cortamos e separamos os ingredientes.
3. Preparamos o molho.
4. Fritamos a carne e para selar retiramos o suco e reservamos.
5. Retiramos a carne selada.
6. Na mesma panela e gordura fritar a cebola, quando estiver bem frita adicionamos o alho, cuidado para não deixar dourar em excesso.
7. Agregamos o suco da carne com a colher de chá do açafraão, o molho, o chá de hortelã e o vinho seco branco, esperamos concentrar ela bem por aproximadamente 5 minutos fervendo.
8. Agregamos 250 ml de água; já que o líquido tem que cobrir a carne, as batatas e a cenoura.
9. Quando começa a ferver colocamos no molho a carne.
10. Passado uns 10 minutos fervendo revisamos se a carne está bem cozida, como a carne é tierna devemos ter cuidado para ela não desmanchar, experimentamos a sal; o molho deve estar um pouquinho passada de sal já que com o doce da cenoura a sal vai diminuir. mas não se preocupa com esse passo, se você seguir a receita pode pular esse detalhe.
11. Uma vez a carne esteja no ponto correto agregamos as batatas e a cenoura em rodela.
12. Lembrando que não pode deixar ferver por muito tempo para a batata não desmanchar, somente deixe ferver uns 5 minutos e feche o fogo.
13. Nesse momento agregamos a ervilha bem lavada para não alterar o sabor do preparo e tapamos, passado um minuto servimos. Lembrando que a ervilha só deve ser cozida com o vapor.
14. Acompanhamento arroz e feijão.

No preparo do acompanhamento o feijão é uma receita especial de minha avó, com muita alegria vou compartilhar com vocês e felizmente não tem variações.

Receita do feijão de Dona Benedicta.

Ingredientes:

500g de feijão Vermelho.

600ml de água.

1 cebola corte brunoise (cubinhos)

3 dentes de alhos picadinhos.

80g de bacon em cubos e o couro dele e tiras.

3 folhas de louro.

Salsa picadinha a gosto.

Sal a gosto.

Preparação:

1. Fritamos o bacon picadinho com o couro na panela de pressão e deixamos soltar sua gordura, uma vez tenha soltado sua gordura agregamos a cebola e fritamos.
2. Quando a cebola estiver frita adicionamos o alho e continuamos a fritar, cuidado para não dourar a cebola.
3. Depois agregamos a salsa e salteamos.
4. Agregamos o feijão, o louro e a sal, mexemos bem.
5. Adicionamos a água, misturamos e fechamos para cozinhar por 15 minutos.

Bora comer esta delícia.

Vídeo da preparação:

<https://youtu.be/cxLtDy9zBII>