

CREMA REINA

Ingredientes: 8 tazas de caldo de gallina, 2 pechugas, $\frac{1}{2}$ taza de almendras, 2 yemas, 3 cucharadas de cebolla picada muy fino, 2 cucharadas de mantequilla, maicena lo necesario para hacer una crema muy fina, pimienta.

Preparación: Moler las pechugas ya sancochadas, con un poco de leche, pelar las almendras y molerlas, freir la cebolla en la mantequilla, licuarla y agregarle al caldo, luego la maicena disuelta en poca agua dejar hervir en una sopera, batir las yemas, agregarle las pechugas y almendras incorporar el caldo hirviendo. Servirlo en tazas de consomé.

SOPA DE VERDURAS CON CURRY

Ingredientes: 2 cucharadas de mantequilla, 1 cucharadita de polvo curry, 1 cebolla cortada, 1 zanahoria cortada, 1 tallo de apio, 1 pimiento rojo, 1 manzana chica -todos estos ingredientes cortados en cuadritos chicos-, $\frac{1}{2}$ taza de tomates sin piel ni semilla, 2 tazas de agua, 2 cubitos de sazónador, 3 tazas de leche, $\frac{1}{4}$ de taza de maicena, perejil picado.

Preparación: Calentar la mantequilla y agregarle las cebollas, zanahorias, apio, pimiento, manzana y tomates, dejar por unos minutos en fuego lento, luego agregarle el agua, los sazónadores y dejar hervir; que la verdura no esté muy cocida. Disolver la maicena en un poco de agua y agregarle junto con el curry. Calentar las 3 tazas de leche fresca e incorporar a la preparación anterior, mezclar y servir con perejil picado.

CHUPE DE CAMARONES

Ingredientes: 3 cucharadas de manteca, 1 cebolla picada, 1 cucharadita de ajos molidos, 2 cucharadas de salsa de tomates, ají molido al gusto, orégano, sal, pimienta al gusto, 1 cubito de sazónador, $\frac{3}{4}$ de kilo de camarones, 8 tazas de agua, $\frac{1}{2}$ taza de arroz, 1 choclo grande -desgranado-, $\frac{1}{2}$ taza de arvejas, 6 papas amarillas, $\frac{1}{2}$ taza de queso fresco, 3 huevos mezclados, $\frac{1}{2}$ taza de leche evaporada.

Preparación: Se limpian los camarones y se apartan los corales. En una olla se calienta la manteca, se frien las cebollas, ajos, salsa de tomates, ají molido, orégano, sal, pimienta y el cubito; cuando el aderezo esté cocido se le añade el agua, y cuando hierva ésta, se le agrega el choclo, arvejas, arroz y las papas, dejando cocer a fuego lento, luego los camarones, queso, dejando hervir por tres minutos, y se agregan los huevos mezclados y la leche ya para servir. Si se desea los corales se agregan al aderezo y 1 huevo por persona.

CHUPE DE PESCADO

Ingredientes: $\frac{1}{3}$ de taza de aceite, 1 cebolla picada, 1 cucharadita de ajos molidos, 1 tomate pelado sin semilla y picado, orégano, sal, pimienta, 8 tazas de agua o caldo de pescado, $\frac{1}{2}$ taza de arroz, $\frac{1}{2}$ taza de arvejas, 2 cucharadas de camaroncitos chicos, $\frac{1}{2}$ taza de choclos desgranados, 6 papas amarillas, $\frac{1}{2}$ taza de queso fresco desmenuzado, 3 huevos, 1 taza de leche evaporada, 6 trozos de pescado blanco -fritos- ají molido al gusto, culantro y perejil picado.

Preparación: En una olla calentar el aceite, freir la cebolla, los ajos, tomates, orégano, sal, pimienta; cuando el aderezo esté cocido, agregarle el caldo de pescado o agua y 1 cubito de sazónador, cuando hierva agregar los camaroncitos chicos, los choclos, arvejas, arroz y las papas dejándolos cocer, cuando esté a punto, agregarle el queso, los huevos y leche. Se sirve con el trozo de pescado y el perejil y culantro picado.

CHUPE CUCUQUENO

Ingredientes: $\frac{1}{4}$ de kilo de papa seca, 2 cucharadas de manteca o $\frac{1}{3}$ taza de aceite, 1 cebolla grande picada, $\frac{1}{2}$ cucharita de ajos molidos, $\frac{1}{4}$ cucharita de comino, 2 cucharadas de ají panca-molido-, 1 cubito de sazónador, 1 cucharadita de culantro molido, $\frac{1}{2}$ cucharadita de huacatay, 8 tazas de agua (2 litros), 8 papas amarillas, 1 taza de habas verdes, 2 cucharadas de queso parmesano, $\frac{3}{4}$ de taza de queso fresco -picado-, 8 huevos, 1 taza de leche evaporada, perejil picado.

Preparación: Se remoja la papa seca en agua tibia. En una olla se pone el aceite o manteca, se frien las cebollas, ajos y demás condimentos, cuando el aderezo esté listo se añade el agua, cuando rompa el hervor, la papa seca -escurrida- se deja hervir unos 10 minutos para añadirle las papas y habas, cuando esté cocido el queso parmesano, queso fresco, los huevos y al último la leche evaporada y perejil picado.

CHUPE PACEÑO

Ingredientes: 2 litros de agua, $\frac{1}{2}$ kilo de carne molida sin grasa, 1 taza de cebolla picada, $\frac{1}{2}$ cucharadita de comino molido, $\frac{1}{2}$ cucharita de orégano, $\frac{1}{4}$ cucharadita de pimienta, $\frac{1}{2}$ taza de tomates maduros sin piel y semilla, $\frac{1}{2}$ taza de arvejas, 1 cucharada de ají molido, 2 tazas de papa blanca cortadas en tiras, sal, 1 sazónador, $\frac{1}{4}$ de taza de cebollita china picada, 1 cucharadita de perejil picado.

Preparación: Poner en una olla el agua, luego agregarle todos los ingredientes, menos la cebollita china y perejil, -ésto ya para servir-, dejar cocinar por 30 minutos. Si el caldo está de color oscuro, agregarle unas 2 cucharadas de leche.
