

# Receta de ajiaco chileno



## Receta de ajiaco chileno

Esta receta de ajiaco chileno es un clásico del «día después», ya que suele elaborarse con la carne **que queda del asado del día anterior**, ideal para recuperar y reconfortar el cuerpo.

## ¿Cómo hacer ajiaco chileno?

El ajiaco es incluso una de esas preparaciones **que saben todavía mejor recalentadas**, cuando ya han reposado, con papas, zanahorias, cebolla, orégano y comino.

## Información Nutricional

Categoría: [Sopas y Guisos](#)

Cocina: Chilena

**Calorías:** 400

**Vitaminas:** A, B1, B3, C

**Minerales:** Calcio, Sodio, Potasio

**Preparación:** 30 minutos

**Cocción:** 45 minutos

**Raciones:** 6 personas

# Receta de ajiaco chileno

## Ingredientes

- 2 litros de caldo de vacuno o verduras
- 500 g de posta negra o rosada cortada en tiras
- 6 papas cortadas en rodajas gruesas
- 2 cebollas cortadas en pluma
- 2 zanahorias cortadas en rodajas finas
- 2 cucharadas de aceite
- 1 pimentón verde o rojo cortado en juliana
- 1 cucharadita de ají de color
- Orégano
- Comino
- Aceite
- Sal
- Pimienta
- Perejil o cilantro picado

## Preparación

- **1.** Añadir el aceite en una olla grande y calentar a fuego medio, incorporar la carne, subir el fuego y cocinar por unos 5 minutos o hasta que esté bien dorada.
- **2.** Incorporar la cebolla en pluma, la zanahoria en rodajas, el pimentón picado y cocinar a fuego medio durante 5 minutos revolviendo constantemente con una

- cuchara de madera.
- 3. Reducir el fuego, agregar las papas picadas, 1 cucharadita de ají de color y mezclar todo muy bien, sazonar con sal, pimienta, orégano y comino a gusto e integrar todo.
  - 4. Añadir el caldo de vacuno o verduras, revolver para incorporar y corregir sazón si es necesario, cocinar a fuego medio hasta que hierva, reducir el calor y mantener la cocción durante 20 a 30 minutos o hasta que las papas estén bien cocidas y blandas.
  - 5. Servir el ajiaco inmediatamente, bien caliente y decorar cada plato con cilantro o perejil fresco picado.

## Historia del ajiaco

El ajiaco es un plato que con distintas variaciones **comparte denominación en diversos países de Latinoamérica** y una de las ideas más difundidas al respecto es que era un nombre utilizado para describir platos cuya principal característica era el uso del ají.

## ¿Sabías qué?

Hoy en día es ampliamente aceptado que la palabra “ajiaco” **era un nombre genérico** utilizado en la época pre-hispánica para distintas sopas y guisos.

## Ajiaco por Álvaro Barrientos

## Recomendamos

[Cazuela de vacuno](#)

[Carbonada chilena](#)