

Receta de carne mechada chilena



Receta de carne mechada chilena

La receta de carne mechada es **otro clásico de la gastronomía chilena**, protagonista de nuestro patrimonio cultural gastronómico.

¿Cómo hacer carne mechada?

Preparar carne mechada es una excelente alternativa para un corte popular y económico como el «pollo ganso» y **que se puede acompañar de papas cocidas o fritas, puré, arroz, en un consomé o como sándwich.**

Información Nutricional

Categoría: [Platos Principales](#)

Cocina: Chilena

Calorías: 350

Vitaminas: A, B6, B12, D, E, K

Minerales: Calcio, Potasio, Hierro

Preparación: 30 minutos

Cocción: 60 minutos

Raciones: 6 personas

Receta de carne mechada

Ingredientes

- 1 $\frac{1}{2}$ kg de pollo ganso desgrasado
- 50 ml de aceite (3 cucharadas)
- 8 tomates en conserva
- 3 dientes de ajo en mitades
- 1 $\frac{1}{2}$ litro de agua
- 1 zanahoria cortada en bastones largos
- 1 rama de apio cortado en bastones largos
- 1 cebolla picada
- $\frac{1}{4}$ de pimentón rojo en tiras
- Ají de color
- Orégano seco
- Sal

Preparación

- **1.** Retirar cualquier exceso de grasa de la carne y mecharla (perforarla) con la ayuda de un cuchillo filoso y delgado, insertando los bastones de zanahoria, apio y ajos de forma alternada por ambos costados presionando

hasta llegar al centro de la carne.

- 2. En un bol grande reunir y condimentar la carne con sal, ají de color y orégano seco a gusto.
- 3. Pre-calentar una sartén con un chorro de aceite de maravilla y sellar la carne un par de minutos dorándola por todos lados.
- 4. En una olla a presión añadir la cebolla en cortes irregulares, el pimentón y un poco de aceite, incorporando la carne recién sellada.
- 5. En la sartén en donde se selló la carne agregar los tomates hasta que comiencen a liberar jugo, luego agregar la carne, el agua y cocinar durante 35 a 40 minutos. Retirar la carne de la olla, enfriar y laminar en tajadas.
- 6. Servir la carne mechada inmediatamente, caliente, acompañada por ejemplo de [puré picante](#), [arroz primavera](#) o [papas fritas](#).

Historia de la carne «mechada»

El nombre «mechada» deriva del trabajo minero de insertar las mechas a los cartuchos de dinamita en las rocas, **algo similar a lo que se hace con esta carne** cuando se introducen en su interior zanahorias, longanizas, pimentones o ajos, entre otros.

¿Sabías qué?

Desde 2016 que cada 5 de julio en Chile se celebra el «Día de la carne mechada» **impulsado originalmente por la Fuente de Soda Martuca**, quienes aprovechaban la oportunidad de festejar su primer aniversario del local ubicado en Manuel Montt, Providencia.

Recomendamos

[Receta de asado alemán](#)

[Anticuchos de carne](#)