

Receta de machos ahogados o sopones chilenos



Receta de machos ahogados o sopones

La sopa de machos ahogados o sopones es una de las más antiguas de Chile, **un caldo reconfortante y muy económico**, una receta clásica del invierno en todo el país.

¿Cómo hacer machos ahogados o sopones?

Al preparar machos ahogados, **puedes utilizar un caldo que ya tengas preparado**, utilizar una versión envasada o disuelto a partir de una caluga, luego, el batido será quien realmente corone la presentación final.

Información Nutricional

Categoría: [Sopas Típicas](#)

Cocina: Chilena

Calorías: 300

Vitaminas: A, B1, B2, B3, K

Calorías: Hierro, Zinc, Calcio

Preparación: 30 minutos

Cocción: 30 minutos

Raciones: 4 personas

Receta de machos ahogados

Ingredientes

- 1 $\frac{1}{2}$ litro de caldo de vacuno
- 125 g de harina sin polvos de hornear
- 1 huevo
- 1 cucharada de cebolla picada
- 1 cucharada de perejil picado fino
- 1 cucharadita de polvos de hornear
- Aliño completo
- Sal
- Pimienta

Preparación

- **1.** Disponer un bol, separar la clara del huevo y batir a punto de nieve, agregar la yema y batir nuevamente hasta obtener una mezcla homogénea, añadir la cebolla, el perejil, salpimentar a gusto y mezclar todo muy bien.
- **2.** Sobre la mezcla de huevo cernir la harina con los polvos de hornear, revolver con una cuchara de madera y agregar unas 3 cucharadas de agua o lo necesario hasta

obtener una batido húmedo.

- **3.** Verter el caldo en una olla mediana y calentar a fuego medio-alto hasta que hierva, bajar el fuego y sazonar con aliño completo a gusto.
- **4.** Sobre el caldo incorporar suavemente con una cuchara el batido de harina y huevo, uno a uno, sin que se desarmen, cocinar tapados, hirviendo suavemente por unos 10 a 15 minutos. Probar y rectificar sazón de ser necesario.
- **5.** Servir los machos ahogados inmediatamente, bien calientes, espolvoreando perejil a gusto sobre la superficie del caldo.

Consejos para preparar sopones

Según sea tu disponibilidad, puedes utilizar **caldo de ave, pescado o verduras** y así lograr pequeñas variaciones de sabor según tu gusto personal.

¿Sabías qué?

Su particular nombre, «machos ahogados», se origina **en la similitud del batido flotando en el caldo** con los corderos que se ahogan cruzando los ríos del sur y que flotan panza arriba, blancos y redondos.

Recomendamos

[Sopa de pan](#)

[Sopa de jigote](#)