



El Pollo y sus bondades

Cultura, 12/11/2012



El pollo comenzó a domesticarse en Asia hace más de cuatro milenios, llegando a Europa a través de Persia. Con la revolución Industrial, la cría de pollo tomó mucha importancia y la avicultura se empezó a practicar en todos los países, convirtiéndose la carne de este en algo muy barato y apreciado. Ya que tiene un valor nutricional muy alto y se puede preparar de muchas maneras, siendo un producto versátil y gustoso.

Es el ave de más alto consumo y demanda en Venezuela. Es la cría de la gallina, cuando está entre una y seis semanas de nacido. Se cocina frito, a la brasa, horneado, guisado, salteado, en sopa y como se quiera. Su carne es suave, delicada y jugosa y acepta bien todo tipo de salsas, adobos, escabeches y marinados a base de vinos, vinagre o cerveza.

Al prepararse al horno, puede hacerse relleno de frutas, verduras, camarones, frutos secos, se le puede inyectar vino blanco o tinto. Se pueden licuar tomates cocidos y pelados con pimienta, tomillo, laurel y orégano, bañarlo con esta preparación y hornear por una hora. Obteniendo una carne con sabor fuerte y aromática. Dejando en el paladar y la memoria esta ave que se cocinó con hierbas, tomate y sus jugos por largo tiempo.

Partes del pollo y sus usos culinarios:

- Caparazón (Huesos, costilla y columna), cuellos y patas: con todo esto se preparan buenos consomés, fondos de pollo para salsas y preparaciones diversas, sopas y cremas de verduras.

- Muslos: se usan para guisos, pollo al horno y pollo frito generalmente.
- Pechugas: Se separan del caparazón, se abren como milanesas y se hacen rellenas de jamón y queso (cordon blue), en salsa, a la crema, etc. Algunas personas las marinan antes de cocinarlas para que tengan un poco mas de jugo ya que son secas por que contienen muy poca grasa.
- Alas de pollo: se hacen fritas, asadas y con ellas también se preparan las chupetas de pollo.
- Hígados de pollo: se hacen encebollados, pate de hígado de pollo e hígados guisados.

En Venezuela, se come mucho el arroz con pollo, con tomate, ají y ajo. Además de este plato de gusto popular, se come mucho el hervido de pollo, con yuca, topocho, papa y cilantro. También son consumidas por todos las arepas rellenas de pollo mechado, las chupetas de pollo en las fiestas y el pollo en salsa siempre está presente en los hogares de nuestro país.

Preparen un hervido de pollo para compartir en familia, algo sabroso y que nos dará alegría.

@andresjcp86