

## Substitutos de chile: mantenga el sabor sin el picor

Muchas recetas dependen del chile para dar sabor, pero desafortunadamente me quema la boca y ya no puedo probar nada, por lo que simplemente no es una experiencia agradable. ¿Hay algún buen sustituto para que los platos aún tengan un golpe de sabor, pero no de una manera dolorosa?

*Yvonne, Países Bajos*

¿Chile fresco o chile en polvo? Muchos chiles secos tienen notas ahumadas, dulces y achocolatadas en lugar de picor, como los ancho y pasilla, por ejemplo, que son maravillosos. Además, si una receta pide chile en polvo, pruebe con pimiento rojo en polvo en lugar de chile rojo ahumado, o con pimentón ahumado en lugar de chile ahumado: ambos aportan los colores y la profundidad que no querrá perderse, sin el picor que desea evitar.

Si, por el contrario, desea replicar el golpe del chile, una combinación de ajo, jengibre y cebolla de verdeo lo llevará muy lejos. Añádalos al principio de la cocción y déjelos pochar suavemente en aceite, o úselos como acabado, como lo haría con un tarka: ablandarlos ligeramente en un poco de aceite y colocarlos encima. El ajo ahumado es otro ingrediente que merece la pena probar para aportar un gran sabor a todo tipo de platos (mientras estamos en el tema de los ingredientes ahumados, el sal ahumado es otra gran opción).

La matría cítrica también es una buena idea, no solo el zumo de limón o de lima, sino también la pulpa, picada groseramente: está genial en salsas y ensaladas, mientras que la cáscara rallada es buena para rallar encima justo antes de servir.

Pasando del picor del chile, el miso, el parmesano y las anchoas son otras rutas rápidas hacia el sabor. Añada miso a estofados o guisos, inserte un trozo de corteza de parmesano en una sopa, o añada unas tiras de anchoa picada: todos ellos reducirán sus posibilidades de sentirse privado del uso del chile.

Y no olvide el colofón final, sea furikake, za'atar, dukkah o algas secas trituradas para un último golpe de textura y sabor que dé al plato un gran, colofón final libre de chile.

## Pregunte a Yotam y al equipo Ottolenghi Test Kitchen

Yotam Ottolenghi ha inspirado a los cocineros aficionados con recetas de The Guardian desde 2006. Ahora él y su equipo están aquí para ayudar con todas sus preguntas de cocina en una nueva columna semanal. Ya sea sobre habilidades, equipamiento o ingredientes, son los expertos con las respuestas. ¡Envíe su pregunta!

**Yotam Ottolenghi ha estado inspirando a los aficionados a la cocina con recetas de The Guardian desde 2006. Ahora él y su equipo están aquí para ayudarle con todas sus preguntas de cocina en una nueva columna semanal. Ya sea sobre habilidades, equipamiento o ingredientes, son los expertos con las respuestas. ¡Envíe su pregunta!**

1. Nombre
2. ¿Dónde vive?
3. Cuéntenos un poco sobre usted (por ejemplo, edad y qué hace para ganarse la vida)
4. ¿Cuál es su pregunta para las preguntas de Yotam y el equipo Ottolenghi Test Kitchen?  
Incluya todos los detalles posibles
5. Si está de acuerdo, puede cargar una [aposta gratis cassino](#) suya aquí

6. ¿Podemos publicar su respuesta?
7. Número de teléfono
8. Dirección de correo electrónico
9. ¿Puede añadir más información aquí?
10. ¿Le gustaría hablar con nuestros equipos de audio y/o {sp}? (Opcional)

Od está no céu", disse-lhe o avô do jovem Aharon Appelfeld, "e não há nada a temer." Appelfeld nasceu numa família judia de classe média 1932 na Ucrânia; mas por volta da 1938 "o chão estava queimando sob os nossos pés", e mais tarde ele foi levado para um campo nazista. Ele conseguiu escapar aos 10 anos 1942: nunca viu seus pais novamente morreu Israel 2024. Esses fatos curtos informam muito da escrita de Appelfeld. Ele achou "irritante" ser rotulado como um escritor do Holocausto, mas era uma designação apoiada por muitos dos seus livros incluindo os três reeditados esta semana pela Penguin Modern Classic'S - Mas sua abordagem a esse assunto infinito é sempre distante e nunca direta." Seu romance mais famoso é o de

---

#### **Informações do documento:**

Autor: jandlglass.org

Assunto: codigo vbet

Palavras-chave: **codigo vbet - jandlglass.org**

Data de lançamento de: 2024-12-09