

Especialistas afirman que deben ser pescados con carne firme y consistente

# Albacora, merluza austral y salmón: sale una parrillada marina para este "18"

"La albacora es una buena opción, porque está en temporada, a buen precio y es pura carne", dice socia del restaurante "Tres Peces" de Valparaíso.



JOAQUÍN RIVEROS

Existen dos ventajas para innovar este "18" con una parrillada marina. Primero, los productos se pueden comprar el mismo día si se hace en ferias libres. Segundo, dejar uno de los cinco días de celebraciones para homenajear los 4.200 metros de costa chilenos puede significar un respiro para el cuerpo entre tanto exceso propio de esta festividad.

Este martes, el ministro de Agricultura, Esteban Valenzuela, habló en la feria de calle Cardenal Caro con Independencia, en Conchalí. "Se puede comer sano y más barato con una opción mar y tierra. Sobre todo si se compra en ferias, que son en torno a un 60% más baratas que los supermercados en frutas y verduras", señaló

## Desde salmón a jurel

Una opción innovadora para este "18" es hacer una parrillada marina. Cristian Pizarro, dueño de un puesto de pescados de la feria N° 1 de Conchalí, recomienda algunos que, debido a la consistencia de su carne, no tienen problema para ser preparados sobre las brasas.

"Una muy buena opción es la albacora, que viene en filetes gruesos que son pura carne. Otras alternativas son el salmón y la sierra. En general, todos los pescados con espinazo firme y grueso sirven y se pueden acompañar con choros maltones y almejas", señala.

Pizarro explica las cantidades: "Con un kilo de albacora, salen seis porciones, porque es pura carne; con un kilo de salmón comen entre cuatro y cinco personas, al igual que con el jurel; con un kilo de choro maltón, a su vez, comen cinco o seis".

Meyling Tang, socia del restaurante "Tres peces" de Valparaíso y presidenta de la Fundación Cocinamar, lleva seis años haciendo una rama de peces y mariscos en su local. Su versión de parrillada marina incluye albacora, merluza austral y palometa.

"La albacora es una buena opción porque está en temporada, a buen

## Precios para una parrillada de pescados y mariscos

Albacora	\$10.500
Palmeta	\$14.000
Merluza Austral	\$7.890
Salmón	\$18.990
Jurel	\$5.900
Choro Maltón	\$3.570
Ostras (20 unidades)	\$9.600
Machas	\$9.800

Fuentes: Prodemar / Delicias de Altamar / Ferias Libres.

precio y es pura carne. Se pide en filetes gruesos de un par de dedos, se envuelve en papel alusa alumnio, se le agrega mantequilla, algo de sal y unas rodajas de limón. Se coloca a fuego bajo y en 10 o 15 minutos esta lista", explica Tang.

"También colocaría merluza austral, cuya carne es firme y cuando se cuece se desarma en lascas, trozos parecidos a láminas, lo que es muy valorado en la gastronomía. En el sur es muy tradicional prepararla envuelta en alusa con tomate, longaniza y

El salmón sirve para la parrilla porque su carne es consistente.

queso, aunque, para respetar su sabor, yo no le agregaría muchos ingredientes. Se coloca debajo de las brasas muy poco tiempo", indica.

El tercer pescado de Meyling Tang es la palometa o virriola: "La traemos de Juan Fernández, donde la ofrecen a los turistas asada a la parrilla. También va en alusa, con algo de vino blanco, orégano y tomate".

En torno a los mariscos sugiere choros maltones, ostras y ostiones. "Un clásico sureño es el choro maltón al alicate. Se abre, se le coloca longaniza y queso, luego se cierra, se amarra con alambre y va a la parrilla. Las ostras se colocan a media concha y con mantequilla para que suelten su jugo, al igual que los ostiones, que en la parrilla adquieren un sabor ahumado delicioso", asegura.

Como complemento, Tang propone pebre de cochayuyo, previamente humectado y cocido. "Es igual al pebre

convencional, con tomate, cilantro y cebollas", asegura.

## Los precios

La parrilla propuesta, que alcanza para cinco a seis personas, tiene un costo de \$55.000. Sin embargo, si se cambia la palometa por jurel, que también funciona en esta modalidad, y se sacan los ostiones, el valor baja en torno a los \$28.000 (ver tabla).

Una ventaja es que los productos se podrán comprar durante la misma semana del "18". "Las ferias libres funcionarán de martes a domingo, pese a que habrá un par de días de feriado irrenunciable, porque los feriantes somos los dueños y trabajadores a la vez, así que la ley nos excluye", asevera Froilán Flores, presidente de la Confederación Nacional de Ferias Libres (Asof).

## ¿Y los vinos?

Para la parrilla propuesta, el crítico gastronómico y director de la revista "El viaje al sabor" (<https://encr.pw/VG41J>) sugiere para la albacora la cepa cinsault, "porque tiene estructura sin ser excesiva y un toque frutal que le va bien, sobre todo a la parrilla".

Para la merluza austral y la palometa recomienda un buen Chardonnay fresco. "Para los choritos, las ostras y los ostiones, les agregaría un vino fresquito sin tanta acidez como el semillón", afirma.