

Por Cecilia Portella



...Que de pobre, no tiene nada

## Bistec a lo pobre

**Su preparación está exenta de complicaciones. Su historia es la cotidiana, aún se sigue construyendo. La combinación de los elementos que conforman el plato son tomados del lienzo de sabores de una gastronomía sencilla, pero contundente, como la nuestra.**

→ **M**ientras nuestra cocina compite y se pone en una posición expectante frente al mundo. Mientras nuestros chefs siguen creando y cocinando ideas, tomando como referencia el fogón de nuestra historia culinaria. Mientras haya platos, nombres, restaurantes, concursos, personajes, instituciones que acrecienten nuestro entusiasmo frente a esta nueva forma de presentar al Perú, tendremos una proyección asegurada, por lo menos en este lado del charco.

Tampoco es pretencioso afirmar que las grandes ligas son ajenas a la gastronomía peruana, estamos subiendo al escenario y con todo lo exhibido, pronto estaremos en escena ante el orbe. Nos pondremos en evidencia y de allí no podrán bajarnos.

Sin embargo, debemos reconocer que toda esta maravilla que constituye la gastronomía peruana, nace en las casas, en las cocinas maternas. Nace de los gustos y sazones familiares. Ese es su lugar de origen. En todos los tiempos, en todas las culturas...

Existen platos elaborados, que requieren muchos ingredientes, varias horas de cocción, participación de cuatro manos o más; y también existen los otros, esos que llamamos comúnmente "comida de flojos", fáciles de hacer, simples, rápidos, pero no por ello menos importantes que los primeros. Estos platos responden a necesidades de practicidad y de tiempo, y en algunos casos también de economía.

Pero nuestro plato de hoy, pese a tener un calificativo que pudiera hacernos pensar lo contrario, responde solo a las primeras exigencias. La austeridad, en este caso, no se tomó en cuenta.

### PLATO QUE OSTENTA SENCILLEZ

Sobre una cama de arroz blanco y papas fritas, reposa la carne, bife o bistec, bañada en sus concentrados jugos y sobre ella un huevo frito, reluciente, vivo en sabor y color, con la yema amarilla, sin reventar; a un costado plátano frito cortado en dos, a lo largo, completando una composición que pareciera artística, sin habérselo propuesto.

Sus detractores dicen que se trata del "plato chatarra" de nuestro recetario nacional, ya que casi todo va frito, sin aderezos, ni preparados adicionales. Como fuere que se le conciba, nuestro bistec a lo pobre, es un tributo a la sencillez.

“ Sobre una cama de arroz blanco y papas fritas, reposa la carne y sobre ella un huevo frito, reluciente, vivo en sabor y color, con la yema amarilla, sin reventar ”

Cualquier persona que tuviera nociones elementales de cocina podría hacerlo en solo un instante. Este plato defiende a los principiantes culinarios, a los que no tenemos experiencia con guisos y ornamentos, a quienes comemos rápido secundados por el ritmo de vida que nos persigue a paso ligero.

Sin embargo, revisando algo sobre los orígenes del mentado potaje, nos encontramos con la sorpresa que ya era parte de la carta de las antiguas tiendas de cocina italiana de los años cincuenta, esas que llegaron con los inmigrantes que se afincaron en La Punta.

En este caso, la milanesa era la vedette del plato. Fue el ingenio peruano que

permitió la expansión de su sabor en todo el país y se le consideró plato de las mesas de clase media. Pues se sabe que la presencia de la carne en cualquier plato, ya eleva los costos en una realidad como la nuestra.

El apelativo de “pobre” viene como consecuencia de amontonar varios ingredientes en una sola bandeja; pues se tiene la costumbre popular de calificar de esta manera, los platos del sector económico menos favorecido. “Comer como pobre” es casi lo mismo que comer un “cerro de alimentos”. En el caso de nuestro bistec a lo pobre, la sencillez es lo de menos.

### MÁS ALLÁ DE NUESTRAS FRONTERAS

Se ha hecho una costumbre añadir el calificativo de “a lo pobre” a todo plato que lleve alguna carne, huevo y plátanos fritos. Así la industria del fast food o comida rápida, ha creado sánguches

“ Toda esta maravilla que constituye la gastronomía peruana, nace en las casas, en las cocinas maternas ”

a lo pobre, hamburguesas a lo pobre y hasta salchichas a lo pobre.

En este último caso, hemos encontrado que Chile, en su listado de recetas tiene un plato con el mismo nombre, al que también añaden hot dogs, salchichas o perros calientes y una salsa de cebolla blanca cortada en pluma. En realidad, solo hay que hacer uso de la imaginación, para crear variantes que giren alrededor de los mismos elementos.

Pese a que no es uno de los platos más saludables de nuestra cocina, ya que la técnica de fritura es la predominante en su preparación, no deja de constituirse



“ El apelativo de “pobre” viene como consecuencia de amontonar varios ingredientes en una sola bandeja ”

en el clásico potaje que obedece básicamente a los antojos de los parroquianos.

Chile dice que su origen es francés. Perú, por su parte, aduce que son los italianos quienes tuvieron influencia para su despegue en nuestro país.

Mas allá de países, el bistec a lo pobre constituye la necesidad de un pueblo que imagina, que crea, “que se las ingenia”, para seguir solventando un recetario popular, aristocrático, de clase media, de todos los pueblos y para todos los bolsillos. ■

