

4 productos de América y una receta.

Las tres hermanas ♦♦♦

Las tres hermanas son los tres cultivos principales de algunos pueblos originarios de América: la calabaza, el maíz y el frijol. En una técnica llamada *siembra conjunta* (*companion planting*), los tres cultivos se siembran juntos: primero el maíz; luego, cuando las plantas tienen unos 15 centímetros de alto, se plantan en forma alternada los frijoles y las calabazas alrededor del maíz. Los tres cultivos se benefician mutuamente, el maíz proporciona una estructura por donde el frijol puede trepar sin necesidad de postes. Los frijoles fijan el nitrógeno en el suelo y las hojas de la calabaza ayudan a retener la humedad creando un microclima beneficioso.



La calabaza, el maíz, los frijoles y las papas son cuatro productos originarios de América.

Papas con perejil ♦♦♦♦♦

Las papas con perejil son un testimonio de la generosidad sencilla de las papas. No es un plato elegante, pero es sabroso y contundente.

Papas.

Primero hay que lavar unas seis a ocho papas y cortarlas en rebanadas ni muy delgadas ni muy gruesas.

Ajo.

Hay que pelar y machacar unos tres o cuatro dientes de ajo.

Aceite.

En una olla se pone una cucharada de aceite y se calienta a fuego mediano.

Cuando el aceite está caliente se añade el ajo y la casa entera se impregna con su olor y sabor. Cuando el ajo empieza a dorarse se añaden las papas salpicadas con un puñado generoso de perejil picado.

Sal. Pimienta.

Hay que dejar soasar las papas hasta que su textura y color comienza a cambiar en la mezcla chirriante. Entonces, se añade agua hirviendo, suficiente para cubrir completamente a las papas y un poco más; la música de la olla cambia de ritmo.

Se deja que hiervan unos veinte minutos. Cuando están blandas se sirven en un plato hondo.