

## Pasteles costeños tradicionales del Caribe Colombiano

Una de las riquezas que caracterizan la cultura del Caribe Colombiano es su rica gastronomía popular, la cual hoy se puede considerar como fundamento de su patrimonio cultural.

Es así, como encontramos uno de los platos típicos que es elaborado por muchas de las familias costeñas en épocas de diciembre, teniendo en cuenta que la preparación representa un gran ritual, el cual es tan importante como el recibir la noche de velitas, el 8 de diciembre y la navidad o noche buena, el 25 de diciembre

Los ingredientes para su preparación son:

- Arroz (la cantidad depende del número de pasteles que se pretendan elaborar)
- Aceite
- Cebolla
- Ají
- Habichuela
- Col
- Repollo
- Berenjena
- Aceitunas
- Zanahoria
- Vinagre
- Pollo (cerdo, carne de pavo o de res, depende también de la cantidad que se desee hacer)
- Achiote
- Comino
- Ajo
- Papas
- Hoja de bijao.

Preparación:

Lo importante es adobar muy bien el arroz, con el comino, ajo, aceite y el achiote; al igual que las carnes que se elijan en este caso si es el cerdo o el pollo, deben ser adobados con verduras, ajos y un poco de vinagre con un día de antelación, para que tenga mejor sabor.

Los ingredientes mencionados se cortan de la siguiente manera:

- La papa, la zanahoria, la berenjena y la cebolla se cortan en rodajas
- Los demás se pican en tamaños no tan grandes ni tan pequeños.

Luego que todos estos ingredientes están listos, se procede a armarlos en las llamadas hojas de bijao, se coloca una hoja de col encima de las bijao, y se hace una cama con el arroz, luego, se agrega la carme y encima un coquito de cada una de estas verduras cortadas tanto en rodajas como picadas.

Una vez esté esto armado, se juntan las puntas de la hojas, se hace un envuelto y se amarra muy bien con una pita para que al ponerse a hervir, no se desate.

Después que todos los pasteles estén envueltos, se ponen en agua, previamente calentada con un poco de sal y vinagre.

Por ultimo se dejan hervir a fuego alto durante tres horas.

Para servirlo, es recomendable dejarlo enfriar para poder deleitar toda esta mezcla de sabores.

Y luego a celebrar...



**Celmira Castro Suárez**