

# Ceviche Peruano: Un Manjar Simple y Refinado

La comida Peruana es considerada una de las más refinadas, complejas e importantes del mundo. Ha tenido representantes y embajadores que la han sabido exportar muy bien y también ha sido posible recrearla en muchos países de manera excepcional. Desde que probé por primera vez la comida peruana cuando vivía en Miami quede completamente enamorada.

Las leyendas e historiadores cuentan que las culturas preincaicas de las costas del Perú ya conocían el ceviche. Se han hallado tumbas en algunas de las culturas de la zona con restos de pescados macerados en frutos ácidos.

Hay muchas versiones acerca del origen de la palabra Ceviche. Cuando los españoles llegaron a América trajeron consigo el Limón, el apio, la cebolla, la naranja, frutos de procedencia árabe, africana, asiática y europea. También trajeron consigo a Perú esclavas de origen Moro o musulmanas y ellas utilizaron el limón y la naranja de origen árabe para preparar ceviche en lugar de los frutos utilizados por las culturas prehispánicas como la maracuyá o el tumbo. Con la adición del limón y la naranja al ceviche ellas querían emular el “Sebech,” platillo que se consume bastante en los países árabes. De esa palabra se cree que viene el origen de la palabra ceviche aunque existen muchas otras teorías de su origen.

El Ceviche es una parte tan importante de la cultura peruana que cuando uno le pregunta a un Peruano que vive en el extranjero que es lo que más extrañan de su país ellos contestan: “La familia, un cevichito y una Inca Kola bien fría.”

Se dice que hay más de 2000 recetas de ceviche que combinan las más de 800 especies de pescados y mariscos que poseen su inmenso y rico mar que se suman a la manera de preparar el ceviche que tiene cada lugar y región del país.

Hasta mediados del siglo XX el ceviche fue tachado como un plato del pueblo, alguna vez se dijo que era vulgar por ser ácido y picante, se comía en los muelles y en los puertos. Esto me hace tener una pequeña reflexión y de hecho es muy común en muchas culturas que los platillos que eran considerados de pueblo o vulgares sean los que prevalecen y quedan marcados en la cultura con más fuerza, son los que perduran el paso del tiempo y los que terminan siendo los representantes culinarios de los países. La comida popular es la que tiene la sabiduría y nutrición necesarias para el pueblo.

Anteriormente el ceviche se cocía en el limón por más de 3 horas y hoy en día no se necesitan más que algunos minutos. A mediados de los años 80s dejó de ser exclusividad de los puertos y los muelles de pescadores y se expandió hacia las ciudades formando parte esencial de sus ofertas culinarias. Para los años 90s comenzaron con la explosión de cevicherías en Lima y en el mundo y actualmente es el platillo más importante de la comida peruana y su representante hacia el mundo.

### Ingredientes

2 Lb. De pescado fresco que no sea grasoso  
1 cebolla roja cortada en juliana  
1 ají limo o en su defecto ají chili para los que vivimos fuera y es imposible encontrar el ají limo  
10 limones verdes

### Decoración

1 camote grande o 2 medianos hervidos  
1 ramo de cilantro  
1 choclo hervido el maíz grande que se puede encontrar en tiendas latinas, en México se conoce como maíz pozolero (maíz cocido)  
Sal y pimienta al gusto

### Instrucciones

Cortar el pescado en trozos de 2 cm. Cortar en trozos muy pequeños el ají limo, cuidado que es muy picante. Ponerlo en un bowl de vidrio. Agregar el pescado cortado al bowl, exprimir los limones encima del pescado hasta cubrirlo. Agregar sal y pimienta, media cucharadita de ajo molido, la cebolla picada en julianas delgadas y cilantro picado. Agregar cubitos de hielo para enfriar por tres minutos. Dejar reposar al gusto dependiendo de qué tan cocido quieran el pescado, normalmente se deja 10 minutos o 20. Servir decorando con trozos de camote hervido, y el choclo a un lado. El ceviche se sirve con el limón ya que se saborea con el choclo y el camote también. ♦

