

# SOPA TAIWANESA DE NOODLES Y TERNERA -HONG SHAO NIU ROU MIAN- (TAIWÁN)



Vajilla seleccionada: bol azul para ensalada o ramen con motivos florales de la colección Mixed Bowls.

La tercera entrega de este monográfico tiene su origen en Taiwán, un territorio controvertido, ya que hay quienes lo consideran parte de China así quienes le otorgan la legitimidad íntegra de país.

Centrándonos en lo primordial que es la comida, la chef y también autora del libro “A Culinary Story of Taipei” Katy

Hui-wen Hung, comenta que la historia de la gastronomía taiwanesa es tan turbia como la política de dicho país: asegura que muchos de los platos de dicha cocina no hubieran existido de no ser por las sucesivas décadas de comercio global, el colonialismo japonés o la hegemonía que China ha ejercido sobre el país que nos ocupa.

A mi juicio toda la complejidad política que rodea a Taiwán se puede reflejar en sus platos: son complejos y diversos en sabor; muy ricos, diría yo, pero, al contrario de lo sugerido más arriba, no son para nada conflictivos. Hablamos de una gastronomía dulce, extraordinariamente aromática y con intensos sabores umami que penetran en ella de manera muy visceral. Esa fusión dulce-aromática-umami se puede considerar marca de la casa de dicha gastronomía.

Desde hace miles de años, Taiwán ha estado poblada por una enorme comunidad de aborígenes austronesios que han influido de manera notoria en la gastronomía del país a través de ingredientes como el millet -un cereal glutinoso con el que también se hace el vino Millet o vino de los aborígenes taiwaneses- o la pimienta maqaw -también conocida como Pimienta de las Montañas-; y platos como los Dumplings Abai de millet -una especie de tamales envueltos en hojas, cocinados al vapor- o las salchichas sazonadas con pimienta maqaw.

También son significativas otras dos comunidades étnicas que, por ende, han aportado su granito de arena a la gastronomía taiwanesa. Hablamos de los Hakka -un subgrupo de la etnia Han de China instalada en Taiwán desde el siglo XVII a quien se le atribuye la incorporación de las hierbas aromáticas en dicha gastronomía- y de la comunidad de Fujian (China), que se instaló en la isla al final de la Guerra Civil China en 1940, y quien, según Katy Hui-wen Hung, es responsable del sabor dulce que también caracteriza esta cocina. Finalmente, no podemos pasar alto que la isla fue colonia japonesa durante 50

años, un tiempo lo suficientemente significativo para inferir de dónde pueden venir los sabores umami.

Aunque Katy Hui-wen Hung cuestione si es posible que Taiwán tenga un plato nacional, dado a que muchos países no lo reconocen como tal, la sopa que presentamos hoy es famosa, precisamente, por recibir ese título. “La sopa de noodles y ternera es a Taiwán lo que la pizza a Italia”, eso me comentaba Alice (nombre occidental), una alumna en prácticas, originaria de Taipéi, que empezó a trabajar conmigo hace unos meses.

Se trata pues de una sopa extraordinariamente aromática, a la vez que algo picante y, donde lo dulce y lo umami se abrazan ignorando cualquier tipo de conflicto gustativo. Sin duda estamos ante una sopa muy especial y no muy difícil de elaborar, aunque exige unas cuatro horas de preparación. Sin embargo, a diferencia de las que ya hemos introducido a lo largo de este capítulo, en esta, el caldo, la base y la sustancia se preparan casi a la par, dejando que, tras diversos procesos de preparación, todo se infusione a fuego lento durante un par de horas o tres. Esto permite que podáis hacer otras cosas durante dicho tiempo.

Un último apunte. Este plato se suele hacer con jarrete de ternera, sin duda una carne que aporta muchísima jugosidad y cuya cocción debe ser lenta y, por tanto, larga. Si no encontráis jarrete en vuestra carnicería, podéis usar carne para guisar y unos 4-5 huesos de ternera para hacer el caldo.





## **INGREDIENTES** (para 4 personas)

### **Caldo**

- 2-3 huesos de ternera o buey
- 2.5 litros de agua
- $\frac{1}{2}$  rama de canela
- 4 hojas de laurel
- 1 cucharada de pimienta de Sichuan (mejor en grano)
- $\frac{1}{4}$  cucharadita de granos de pimienta negra
- 1 cucharada de comino entero
- $\frac{1}{4}$  de cucharadita de 5 especias chinas
- 1 cucharadita cilantro en polvo
- 5 anís estrellado

- 150 ml de salsa de soja baja en sal
- 1 pizca de curry
- 150 ml de vino de Shaoxing (o cualquier otro vino de arroz)
- 1 zanahoria grande cortada en 3
- 1 rama de apio cortada en 2

## Base

- 4 cucharadas de aceite de girasol divididas (2 + 2)
- 3 cebolletas chinas picadas
- 6 láminas de jengibre
- 1 cebolla mediana cortada en 4
- 6 dientes de ajo enteros pero un pelín aplastados
- 1 tomate maduro cortado en 4
- 3 chiles secos tipo ojo de pájaro o 3 cayenas (rebajad si no toleráis bien el picante)
- 2  $\frac{1}{2}$  cucharaditas de azúcar moreno divididas ( $\frac{1}{2}$  + 2)
- 2 cucharadas de tomate concentrado
- 3 cucharaditas de pasta picante de habas *Doubanjiang*. Si no os va mucho el picante, también podéis adquirir su versión no picante.
- 120 ml de vino de Shaoxing

## Sustancia

- 600 gr de carne para guisar tipo gulash o 2 jarretes de ternera deshuesados
- 500 gr de noodles de trigo redondos (tipo chinos)

## Guarnición

- 4 mini bok choys
- 250 de setas o champiñones. Yo usé shimejis, pero podéis usar cualquier tipo.
- 1 Cebolleta china picada en finos aros
- 1 chile guajillo cortado en aros
- Hojas de cilantro

## ELABORACIÓN

- Para hacer el caldo, en una olla grande ponemos a hervir a fuego medio todos los ingredientes de la sección caldo. Si decidís usar jarretes de ternera, añadid los propios huesos de estos (tendréis que deshuesarlos antes). Para las especias, os recomiendo que uséis una maya o bolsa para infundir té. Si no disponéis de ella, al final deberéis colar el caldo a través de un colador fino.
- En un wok o sartén, ponemos dos cucharadas de aceite de girasol y añadimos la carne para guisar. Doramos bien a fuego alegre y retiramos.
- En el mismo wok, bajamos el fuego a medio y añadimos otras dos cucharadas de aceite de girasol. Doramos el jengibre y los ajos con  $\frac{1}{2}$  cucharadita de azúcar durante 1 minuto. Después añadimos la cebolleta china y la cebolla y freímos hasta que la cebolla

quede translúcida. Este proceso puede tardar unos 8 minutos. Mover ocasionalmente para que no se os quemen las verduras.

- Cuando la cebolla se haya vuelto transparente, añadimos el tomate y los chiles secos y dejamos que se frían lentamente.
- Volvemos al caldo. Si los huesos han desprendido la grasa de la carne, con un colador la retiramos y dejamos que se vaya cocinando.
- Seguimos con el wok. Añadimos la carne, el resto del azúcar, la pasta de tomate concentrado, la pasta de habas y el vino Shaoxing y rehogamos durante 3-4 minutos, hasta que todos los sabores se integren.
- Ahora transferiremos a la olla lo que hemos rehogado en el wok. Dejamos que rompa el agua a hervir y bajamos el fuego. Cubrimos y dejamos que se cocine durante 2 horas a fuego lento.
- Después de dos horas, probamos la carne. Si esta ya está lo suficientemente blanda, la retiramos ayudándonos de una espumadera. Si no, dejamos

que se cocine durante

30 minutos más. Dividimos nuestra carne en cuatro raciones iguales.

- Después, retiramos de la olla todos los tropezones y colamos el caldo. Volvemos a ponerlo en la olla, nos aseguramos de que tengamos 1 litro y medio (si no, añadimos más agua) y seguimos calentándolo a fuego bajo hasta servirlo.
  
- En una olla aparte, cocemos los noodles según las instrucciones del paquete (suelen ser unos 3-4 minutos). Retiramos ayudándonos de unas pinzas y, en la misma agua, cocemos los mini bok choy durante un minuto. Retiramos con unas pinzas manteniendo el agua dentro de la olla.
  
- Seguidamente, ponemos un colador sobre la olla, ponemos los champiñones y dejamos que se cocinen al vapor durante otro minuto con la olla tapada.
  
- Finalmente, pasamos al emplatado, para el cual deberemos tener en un plato aparte la cebolleta china y el chile cortados en aros y las hojas de cilantro.
  
- Para emplatar nuestra sopa, primero pondremos 125gr de noodles en el centro de cada bol. Seguidamente, añadimos la parte correspondiente de carne encima de los noodles. Después, añadimos el caldo (unos dos cucharones por ración) cubriendo un poquito la carne. Finalmente,



incorporamos el bok choy, los champiñones, el chile guajillo, la cebolleta china y el cilantro por los laterales del bol. Si queremos hacerlo más bonito, reservamos un par de pedazos de carne y los incluimos al final para que se vean bien. Pásate por @sergicooksforyou en Instagram y podrás ver cómo monté yo mi sopa de carne y noodles taiwanesa.

¡Qué aproveche!



**GLOSARIO**

## 5 especias

**chinas:** se trata de una mezcla de especias muy común en la gastronomía china hecha a base de anís estrellado, anís verde, canela cassia, clavos de olor y pimienta de Sichuan. Algunas mezclas también incluyen flores de manzanilla. Se puede encontrar en tiendas especializadas y supermercados asiáticos.

### **Vino de Shaoxing:**

según la Wikipedia, es una de las variedades más famosas de [huangjiu](#) o vinos chinos tradicionales de arroz fermentado. Procede de la región de [Shaoxing](#), en la provincia de [Zhejiang](#) (este de [China](#)). Se toma como bebida y se emplea ampliamente como ingrediente en la [cocina china](#). Es conocido internacionalmente y famoso en la [China continental](#), así como en [Taiwán](#) y el [sureste asiático](#). No tendréis problema de encontrarlo en cualquier supermercado asiático.

### **Pasta *Doubanjiang***

**picante:** también la veréis como Toban Djan. Se trata de una pasta hecha a base de habas de soja fermentadas, arroz, chiles y varias especias muy frecuente en la gastronomía de Sichuan, de donde es originaria. Como ya he mencionado anteriormente, existe también su versión sin chile para aquellos que no toleran bien el picante. La podréis encontrar en la sección china de cualquier supermercado asiático (viene en tarros de cristal y la marca *mainstream* china Lee Kum Kee la produce). Se puede sustituir por la pasta

*Gochujang*

coreana, pero esta es un pelín más ahumada.