

Fecha: 27-01-2026  
 Medio: El Mercurio  
 Supl.: El Mercurio - Revista Ya  
 Tipo: Noticia general  
 Título: Puro tomate

Pág.: 16  
 Cm2: 319,7  
 VPE: \$ 4.199.734

Tiraje: 126.654  
 Lectoría: 320.543  
 Favorabilidad:  No Definida

## Cocina

POR CATALINA SÁNCHEZ. FOTOS: SERGIO ALFONSO LÓPEZ



# Puro tomate

YA SEA NATURAL, HELADO, ASADO Y LICUADO, EL TOMATE CAMBIA SU TEXTURA Y SU DULZOR. AQUÍ, CUATRO RECETAS DONDE LA ELECCIÓN DE LA VARIEDAD Y EL PUNTO DE MADUREZ DEFINEN EL RESULTADO.

## Tomates variados con granizado de agua de tomate y sal cítrica

(4 porciones)

Tomates maduros servidos en dos temperaturas, acompañados de un granizado hecho a partir de su propia agua y terminados con sal cítrica.

**1,5 kg de tomates maduros, mezcla de variedades según disponibilidad (Marzano, Gema de la Montaña, Sun Gold); cherrys: Sakura, Clementine o similares; sal fina; aceite de oliva extra virgen. Para la sal cítrica: ralladura fina de 1 limón o pomelo; sal en escamas.**

1. Triturar 1 kg de tomates hasta obtener un puré homogéneo.
2. Colar sin presionar a través de un paño o colador fino para obtener un agua limpia y transparente.
3. Llevar el líquido al congelador en una fuente baja durante 2-3 horas, raspando cada 30 minutos con un tenedor hasta formar un granizado fino.
4. Cortar el resto de los tomates grandes en gajos y los cherrys a la mitad, y disponerlos en un plato amplio.
5. Mezclar la ralladura cítrica con la sal en escamas.

**6. Servir los tomates, cubrir parcialmente con el granizado y terminar con sal cítrica y un hilo de aceite de oliva.**

## Carpaccio de tomate asado con aceite de hojas de higuera

(4 porciones)

Tomates asados enteros y cortados en láminas finas, servidos templados con un aceite aromático de hojas de higuera.

**1/2 kg de tomates grandes y carnosos (variedad Woodstock o Tomate Negro); sal fina; pimienta negra recién molida. Para el aceite de hojas de higuera: 8 a 10 hojas de higuera frescas; 250 ml de aceite de oliva suave.**

1. Para el aceite de hojas de higuera, lavar bien las hojas de higuera y blanquear las hojas 2 min, enfriar en agua con hielo, escurrir bien y triturar con el aceite. Colar y reservar frío.
2. Lavar los tomates y poner enteros en una fuente. Asar en horno precalentado a 160 °C durante 45-60 minutos, hasta que estén muy tiernos pero mantengan su forma.
3. Retirar del horno y dejar enfriar completamente. Llevar al refrigerador al menos 2



Fecha: 27-01-2026  
 Medio: El Mercurio  
 Supl.: El Mercurio - Revista Ya  
 Tipo: Noticia general  
 Título: Puro tomate

Pág.: 17  
 Cm2: 578,9  
 VPE: \$ 7.604.906

Tiraje: 126.654  
 Lectoría: 320.543  
 Favorabilidad:  No Definida



ON MASCARPONE,  
ACHOS TOSTADOS.



CARPACCIO DE TOMATE ASADO CON  
ACEITE DE HOJAS DE HIGUERA.



TOMATES VARIADOS CON GRANIZADO  
DE AGUA DE TOMATE Y SAL CÍTRICA.

horas para que la pulpa se firme.

**4.** Con un cuchillo largo y muy afilado, cortar los tomates fríos en láminas finas, sin presionar. La piel puede dejarse: aporta estructura y ayuda al corte.

**5.** Poner las láminas en el plato. Dejar atemperar 5 minutos antes de servir. Terminar con sal, pimienta y aceite de hojas de higuera.

\*Se puede reemplazar el aceite aromático por aceite de oliva infusionado con albahaca fresca.

### Gazpacho de tomate Marnouar y frutillas

(4 porciones)

Un gazpacho rojo intenso y muy fresco, donde la frutilla acompaña al tomate aportando dulzor y perfume.

**1 kg de tomates Marnouar, bien maduros; 200 g de frutillas maduras; 1/2 pimentón rojo pequeño, sin semillas; 1/2 diente de ajo; 40 ml de aceite de oliva; 1-2 cucharaditas de vinagre de jerez suave; sal fina. Aceite de albahaca: 1 manojo grande de albahaca; 120 ml de aceite neutro o de oliva suave.**

**1.** Lavar y cortar los tomates y las frutillas. Triturar junto al pimentón y el ajo hasta obtener una mezcla lisa. Colar fino para lograr una textura sedosa.

**2.** Agregar el aceite de oliva, el vinagre y la sal, emulsionar brevemente. Refrigerar al menos 2-4 horas antes de servir.

**3.** Para el aceite de albahaca, blanquear las hojas 10 segundos, enfriar en agua con hielo, escurrir bien y triturar con el

aceite. Colar y reservar frío.

**4.** Servir el gazpacho bien frío y terminar con unas gotas de aceite de albahaca.

\*El vinagre de jerez se utiliza en pequeña cantidad, solo para equilibrar la acidez del tomate y el dulzor de la frutilla.

### Tomates pera asados con mascarpone, limón confitado y pistachos

(4 porciones)

Tomates pera asados lentamente, servidos fríos con mascarpone cremoso, piel de limón confitado y pistachos tostados.

**1,2 kg de tomates pera maduros; 200 g de mascarpone; piel de limón confitado en sal cortada en tiras muy finas; 50 g de pistachos tostados y partidos; aceite de oliva; sal fina y pimienta negra.**

**1.** Cortar los tomates pera a lo largo y ponerlos en una fuente para horno. Salar ligeramente y regar con aceite de oliva.

**2.** Asar en horno precalentado a 160 °C durante 50-60 minutos, hasta que estén muy tiernos y concentrados. Retirar y dejar enfriar completamente.

**3.** Usar el mascarpone a temperatura ambiente, removido ligeramente para romper rigidez

**4.** Poner los tomates fríos en el plato, agregar cucharadas de mascarpone, espolvorear con pistachos y terminar con la piel de limón confitado y aceite de oliva.

\*En esta receta se utiliza la piel del limón confitado en sal, publicado en números anteriores: limones conservados únicamente en sal y su propio jugo. Se emplea solo la piel, cortada en tiras muy finas. ■