



## Ensalada de papaya verde (Som Tum)

Adaptación de una receta original del Chef Justin Pichetrungsri<sup>1</sup>

Tiempo de preparación: 20 minutos | Porciones: 4 personas

La ensalada de papaya verde es un platillo clásico de la comida callejera tailandesa. Las ensaladas son unos platillos refrescantes con los que se disfruta de los productos de temporada y de los ingredientes que ya tienen en la despensa. Platillos familiares como los de este tipo no son una “ciencia exacta”, así que dejen volar su creatividad con los sabores, las frutas, verduras y los vegetales favoritos de sus familias.

### Ingredientes

#### PARA EL ADEREZO:

1-3 pimientos (ajíes) tailandeses<sup>2</sup> (Empiece con menos y compruebe el nivel de picante)

1 pizca de sal

Jugo de 1 limón (aproximadamente 2 cucharadas)

2 dientes de ajo (enteros o picados)

1 cucharada de azúcar de palma

2 cucharadas de salsa de pescado

2 cucharadas de camarones pequeños secos<sup>4</sup>

#### PARA LA ENSALADA:

2 tazas de papaya verde rallada

½ taza de guisantes dulces

½ taza de tomates frescos cortados en gajos

¼ taza de cacahuates tostados, sin sal y sin cáscara<sup>3</sup>

6-8 naranjas enanas (kumquat) cortadas por la mitad

Otras frutas y vegetales de temporada (opcional)

#### SEAN CREATIVOS!

Como muchos platillos tailandeses, la ensalada de papaya verde equilibra los sabores ácidos, dulces, salados y picantes. Traten de usar las sustituciones sugeridas y mezclen todos los ingredientes frescos y deliciosos que tengan en su cocina.

**En lugar del jugo de limón**, intenten usar jugo de lima o vinagre blanco.

**En lugar de la papaya verde**, intenten usar un mango verde o pepino.

**En lugar del sirope de azúcar de palma**, intenten usar un sirope simple o sirope de arce.

**En lugar de la salsa de pescado**, intenten usar la salsa de soya o tamari, aminos líquidos o un caldo de champiñones.

**En lugar de los pimientos tailandeses**, intenten usar los pimientos serranos, pimientos jalapeños o pimientos shishito.



## Ensalada de papaya verde (Som Tum)

### Instructions

1. Preparen el azúcar de palma. El azúcar de palma suele venderse en forma de un disco sólido. Disuelvan un pedazo equivalente a aproximadamente 1 cucharada de azúcar de palma en una cantidad pequeña de agua tibia o rallen el azúcar de palma con un rallador.
2. En un mortero grande o un bol resistente, machaquen el ajo con el jugo de limón, la salsa de pescado, los camarones secos y el sirope de azúcar de palma con un pilón o una cuchara gruesa de madera. Pruébenlo a medida que vayan agregando los ingredientes para adaptar el aderezo a las preferencias en el nivel de picante y dulce de su familia.
3. Pónganse guantes y corten uno o varios pimientos. Retiren primero las semillas para obtener un sabor más suave. Mezclen los pimientos picados y el aderezo. Prueben el nivel del picante. Tengan cuidado de no tocarse la cara.
4. Para rallar una papaya verde de la forma tradicional, quítenle la cáscara con un pelador y corten la fruta con pequeños cortes de  $\frac{1}{4}$  de pulgada de profundidad. Luego, rallen la fruta en un bol y repitan la acción. También se puede cortar la papaya en rebanadas finas o comprar papaya verde ya rallada en muchos mercados asiáticos.
5. Añadan la papaya verde, los guisantes dulces, los tomates, los cacahuetes y las naranjas enanas (kumquats), así como las frutas y los vegetales de temporada que prefieran. Mézclenlos con el aderezo utilizando el pilón o la cuchara y aplastando ligeramente mientras mezclan.
6. Sirvan la ensalada inmediatamente. ¡Buen provecho!



Azúcar de palma



Quítenle la cáscara con un pelador y corten la fruta con pequeños cortes de  $\frac{1}{4}$  de pulgada de profundidad

<sup>1</sup> Adapted from Chef Justin Pichetrungsi's recipe, demonstrated on KLCS-TV 2023

<sup>2</sup> Utilicen guantes protectores para manipular los pimientos picantes y ajusten el nivel de picante de acuerdo a sus gustos.

<sup>3</sup> Omitan este ingrediente si sus familias tienen alergias a las frutas o semillas secas.

<sup>4</sup> Omitan este ingrediente si sus familias tienen alergias a los mariscos.

