

RESEÑA DE LOS 27 FINALISTAS DEL V CONCURSO GASTRONÓMICO "Come Pescado con Todo" 2018 (9 regiones)

CATEGORÍA: RECETAS DE COMEDORES POPULARES



APURIMAC: GUILLERMA CONTRERAS SEGUNDO-Comedor popular "Uypu Huaycco"

Hace 5 años trabaja en el comedor, donde preparan recetas a base de pescado y papa dos o tres veces por semana. Los platos preferidos por niños y adultos mayores son escabeche al vapor y pescado al horno. Con 5 hijos y 5 nietos, Guillerma viene con entusiasmo al concurso y dispuesta a llevar sus conocimientos al resto de integrantes de su comedor.

Concursa con el plato: **Jurel a la preñadita**



AREQUIPA: JULIANA OLGA HUALPA MACHACA-Comedor popular "Nuevo Renacer"

Ella nos cuenta que tiene un mes laborando en el referido comedor, y se siente muy contenta. Dice que el pescado es un alimento sano y que gracias a las capacitaciones aprendió que se puede preparar en diferentes formas. Juliana señala que es la primera vez que concursa, pero está muy entusiasmada y segura que dejará en alto el nombre del comedor Nuevo Renacer.

Concursa con el plato: **Quinoa batida con jurel al vapor**



AYACUCHO: SONIA ZAMORA FERNÁNDEZ-Comedor popular "Villa Militar-Los Licenciados"

Sonia es ama de casa y tiene un hijo de un año de edad. Ella usa el pescado porque considera que es un alimento completo, que tiene proteínas, omega 3 y vitaminas, muy útil para los niños. Nuestra participante viene dispuesta a ganar y agradece al Programa Nacional "A Comer Pescado" por haberle dado la oportunidad de aprender y vivir esta experiencia.

Concursa con el plato: **Picante de Kiwicha con bonito**



CUSCO: MAURICIA QUINTO FLORES-Comedor "San Pedro Apóstol"

Lleva tres años trabajando en el comedor. Ella tuvo que aprender a cocinar a los 6 años, ya que al fallecer su papá, su mamá tuvo que salir a trabajar y ella tenía que colaborar en la casa. Tiene tres hijos de 12, 6 y 3 años de edad. Actualmente en el comedor San Pedro Apóstol atiende a un promedio de 25 familias. Allí se consume el pescado en diferentes preparaciones como al vapor, acompañado de menestras y el clásico revuelto de pescado. Mauricia dice que es la primera vez que concursa pero tiene la seguridad que hará un buen papel.

Concursa con el plato: **Pastel de trucha**



HUANCAVELICA: FELICITA DIEGO CONDORI-Comedor "San Cristóbal"

Trabaja en el comedor desde hace 10 años. Ella se instaló en Huancavelica con el objetivo de que sus hijos puedan ir a la escuela.

Recuerda que aprendió a cocinar desde muy pequeña porque es huérfana.

Felicita hoy es padre y madre para sus tres hijos, y dice que siempre busca mejorar sus platos mirando como lo hacen otras personas. Considera que su curiosidad y entusiasmo la ha llevado a cocinar cada día mejor.

Es la primera vez que participaba en este tipo de concursos y como todos está bastante nerviosa.

Concursa con el plato: **Chupe de chuño pasi con trucha**



HUANUCO: MARTHA ADVÍNCULA RED-Comedor "Pan de Dios"

Trabaja en el comedor desde hace 15 años, desempeñando varias funciones pero sin descuidar su papel de madre y abuela. Tiene cuatros hijos varones y cuatro nietos. Es la engreída de la casa y todos velan por ella. Está muy emocionada por participar, ya que es la primera vez que tiene esta oportunidad y se siente más motivada de haber llegado a la gran final, ya que con su propio esfuerzo ha logrado todo lo que se ha propuesto. Ella es feliz trabajando en el comedor popular ya que hacen "magia" para brindar a las personas un plato de comida nutritivo y económico.

Concursa con el plato: **Caigua glaseada con relleno de anchoveta**



JUNÍN: MAURA REYNA HUAMÁN-Comedor "Los Andes de El Tambo"

Maura es ama de casa, tiene 62 años y 5 hijos. Ella labora en el comedor desde hace 8 años y nos cuenta que cocina desde muy pequeña, y con el tiempo se ha perfeccionado, observando como las otras madres de los comedores populares preparaban diversos potajes.

Nuestra participante dice que usa el pescado porque tiene Omega 3 y es un alimento muy bueno para los niños, adultos y madres gestantes.

Maura dice que es la primera vez que participa en este tipo de concursos, pero viene dispuesta a ganar y aprender más sobre el consumo de pescado.

Concursa con el plato: **Paté de jurel con pimentón en compota de sanky con puré de quinua**



LA LIBERTAD: Miranda Putpaña Upiachihua - Comedor popular "La Amistad"

Nuestra concursante trabaja en el referido comedor desde el 2003. Le encanta cocinar especialmente platos nutritivos. Nos cuenta que tiene 61 años y tres hijos.

Considera que el pescado es un alimento muy bueno para la salud, por ello en el comedor La Amistad se esfuerzan por prepararlo tres veces a la semana.

Ella nos dice que esta agradecida por todo lo aprendido gracias al Programa Nacional "A Comer Pescado". Para ella el concurso es una oportunidad de participar y servirá para ganar experiencia.

Concursa con el plato: **Jurel con garbanzo y pota**



LIMA: MARÍA URIOL PAIRAZAMÁN-Comedor popular "Las Mercedes del Progreso"

Ella tiene 3 hijas y 3 nietas. María trabaja en el comedor desde hace 3 años. Sin embargo nos comenta que tiene 15 años de experiencia trabajando en comedores populares.

Afirma que la caballa es un pescado muy bueno porque tiene mucho hierro. Para ella lo importante es participar y el anhelo, ganar.

Concursa con el plato: **Picante de trigo con caballa**



CATEGORÍA: RECETAS DE EMPRENDIMIENTOS GASTRONÓMICOS



APURIMAC: EMILIA CORRALES VARGAS-Puesto de comida en mercado El Progreso

Su puesto de comida lo tiene en este mercado desde el año 2002. Nos dice que siempre le ha gustado cocinar y que eso la animó a poner su negocio.

Afirma que el pescado se puede consumir en diferentes presentaciones. Por ejemplo ella ofrece en su negocio chaufa de pescado, seco, pescado al vino, sudado, entre otras.

Emilia nos cuenta que a pesar de haber intentado en otras oportunidades, es la primera vez que su receta clasifica en el concurso "Come Pescado con Todo". Dice que este concurso es una nueva experiencia, que podrá contar a sus familiares.

Ella a corto plazo espera adquirir más conocimientos que le permitan innovar en su negocio para tener más clientes. Emilia es ama de casa, tiene 4 hijos y dos ahijados que tiene a su cargo.

Concursa con el plato: [Jurel relleno a la pachamanquera](#)



AREQUIPA: JMARÍA TERESA PPACCO QQUEHUE-Puesto de comida N° 5 en mercado Zamacola

Se inició con este negocio hace 30 años. Siempre le ha gustado la cocina, por ello hasta ahora se mantiene en este rubro.

Es la segunda vez que participa en este concurso. El año pasado quedó en tercer puesto, y este año tiene mucha esperanza de alcanzar el primer puesto.

María nos cuenta que está trabajando y ahorrando para tener un restaurante más grande.

Concursa con el plato: [Sudado de bonito con puré de quinua](#)



AYACUCHO: RICARDO ABREGU QUITO-Restaurante Abregu

Es dueño de su negocio desde hace un año. Además de atender su negocio, Ricardo estudia en la universidad Ciencias Políticas.

Concursa con el plato: [Tamales escabechados con jurel](#)



CUSCO: GREGORIA LAURA ARIZACA-Almuerzos Laurita en mercado Vinocanchón

Su puesto lo tiene desde hace 18 años. Ella recuerda que se inició vendiendo ponches dentro del mercado, luego pasó a preparar comidas y así fue progresando hasta que se unió a un grupo de comerciantes y logró instalar su puesto en el mercado. Cocina desde los 7 años, aprendió mirando, luego vino a trabajar a Lima también apoyando en la cocina. La inscribieron en un colegio donde enseñaban cocina y eso le permitió aprender a preparar diversos platos.

Ella prepara el pescado en escabeche, sudado, pescado con menestras, entre otras combinaciones. Dice que es la primera vez que concursa, pero está muy animada porque considera que son nuevas experiencias que la ayudarán a superarse.

Tiene 2 hijos de 15 y 8 años, a quienes les ha enseñado a comer de todo.

Concursa con el plato: [Suflé de pimienta con bonito](#)



HUANCAVELICA: RONALDO AMANCAY SANTOS-Malecón Santa Rosa

Nuestro participante de 20 añitos es el menor de 12 hermanos y nos cuenta que cocina desde los 12 años y que aprendió mirando a sus hermanas como hacían la preparación de diversas comidas. Gracias a esta cualidad en la cocina es que se animó a poner su puesto en el malecón Santa Rosa y sueña en tener algún día un restaurante. Actualmente vive con su mamá, quien junto a su enamorada y sus hermanas siempre lo apoyan en el negocio. El pescado le gusta prepararlo en cebiche, jalea, chilcanos y sudados. Es la primera vez que participa en un concurso y dice que como todos pondrá todo su empeño para ganar y llevarse el trofeo.

Concursa con el plato: **Bonito a la pizarola con tapitas de quinua en salsa de pitahaya**



HUANUCO: CRUZ PILAR TARAZONA CUEVA-La Puerta del Cielo

Su pasión en la cocina nació hace 25 años, y aún sigue motivada a cocinar con amor y dedicación. Ha trabajado en Chimbote por muchos años en diversos restaurantes de comida marina, en colegios e incluso en el comedor de la Policía Nacional de Tránsito. En su fugaz paso por Lima trabajó vendiendo menús a empresas de manera independiente. Actualmente tiene su restaurante La Puerta del Cielo en Huánuco desde hace 7 años y cada día trata de sacarlo adelante por sus dos hijos y su esposo, que son su motivación. Su objetivo en la gran final es promocionar los pescados azules como el jurel y la caballa como alternativa saludable y nutritiva.

Concursa con el plato: **Jurel en salsa de soya con puré de quinua**



JUNÍN: ALBERTA GERARDA VÉLIZ DÁVILA-Puesto 25-26 Concepción

Nuestra participante tiene su negocio de venta de comidas desde hace 10 años. Ella tiene 50 años y le encanta cocinar. Siempre ha tratado de ir a charlas y capacitaciones para mejorar no solo en la preparación de los platos sino para que éstos sean más nutritivos. Respecto al consumo del pescado señaló que es un alimento muy bueno, que posee además Omega 3. Ella le da a su nieto pescado todos los días. Manifestó que es la primera vez que participa en este tipo de concursos, y que será una grata experiencia para ella.

Concursa con el plato: **Trucha en pachamanca con locro de kiwicha con ensalada**



LA LIBERTAD: NORKA POLO VELA-Mama Pacha

Ella tiene 22 años, tiene un pequeño de un año de edad y estudia la carrera de Comunicaciones y Publicidad, está en el IX Ciclo. Nos cuenta que aprendió a cocinar gracias a su abuela y que cuando salió embarazada ella decidió aprender a alimentarse de manera sana y natural. Ella quiere a través del concurso comunicar a las personas que nuestro país es rico en productos andinos y que se deben consumir porque son saludables y muy beneficiosos para la salud. Ella recomienda comer pescado, quinua, papa, entre otros. Finalmente, nos comenta que ella ayuda a su papá en el restaurante y que paralelamente tiene su negocio de comida sana por delivery llamado Mama Pacha.

Concursa con el plato: **Causa de quinua con anchoveta**



LIMA: LUISA MONTALVO CHOQUE-Puesto N° 13 San Juan de Lurigancho

Nuestra participante vive en Lima, pero es de origen cusqueño. En su natal Cusco es costumbre consumir rocoto relleno de carne. Sin embargo, por su alto valor nutritivo ella pensó en reemplazar la carne de res por pescado. Ella ha ido aprendiendo en el camino, y hoy quiere plasmar toda su experiencia en este concurso.

Concursa con el plato: **Rocoto relleno con bonito**



CATEGORÍA: RECETAS DE QUIOSCOS ESCOLARES



APURIMAC: URSULA YDRUGO MONZÓN-Quiosco de institución educativa Santa Rosa

Hace tres años brinda alimentación a los niños. A ella siempre le ha gustado cocinar y a su familia le encanta su sazón. Además Ursula conoce la importancia de consumir pescado, porque tiene un alto valor nutricional.

Concursa con el plato: **Jurel marinado en salsa blanca con quinua**



AREQUIPA: LUZ DELIA TORO RIOS-Quiosco de institución educativa José Trinidad María Morán

Nos cuenta que tiene más de dos años trabajando en el quiosco de la referida institución educativa. A ella le gusta cocinar y usa el pescado porque es un producto económico y muy rico en proteínas y vitaminas.

Sostiene que es la primera vez que participa en este tipo de concursos pero está segura que con esfuerzo puede hacer un buen papel.

Luz nos cuenta que es ama de casa y tiene dos niños a quienes les encanta el pescado por eso lo consumen con mucha frecuencia.

Concursa con el plato: **Solterito de anchoveta**



AYACUCHO: ROCÍO PRADO SÁNCHEZ-Quiosco de institución educativa San Sebastián

Desde hace 4 años trabaja en el quiosco del colegio San Sebastián. Es ama de casa y tiene 3 niños. Considera que el pescado es un gran alimento por eso es necesario que se incluya en las loncheras de los niños.

Rocío dice que es la primera vez que participa y que, a pesar de sus nervios, hará todo lo posible para ganar.

Sus hijos son pequeños así que después del trabajo, se dedica a tiempo completo a cuidar de ellos.

Concursa con el plato: **Pota a la Italiana con penca de tuna**



CUSCO: YANET ARCIGA ZARATE-Quiosco de institución educativa Daniel Estrada Pérez

Nuestra concursante tiene dos años trabajando en el quiosco. Aprendió a cocinar desde los 9 años, gracias a su mamá. Nos cuenta que a los 12 años preparó un plato en casa y todos la felicitaron, lo que la alentó a dedicarse a la cocina.

Yanet dice que ella prepara en el quiosco pescado porque es una carne con alto valor nutritivo y que los niños lo que más piden es el cebiche, y por ello lo prepara a diario.

Es la segunda vez que participa en el concurso y dice que viene por la revancha y está dispuesta a llevarse el primer puesto. Ella tiene dos niños, de 10 y 5 años.

Concursa con el plato: **Pastel de quinua con filete de bonito**



HUANCAVELICA: MAURA BARRIENTOS PONCE-Quiosco de institución educativa Mariscal Cáceres

Desde hace 2 años nuestra participante viene atendiendo en el quiosco del referido colegio. Nos cuenta que se vio obligada a cocinar desde muy niña, pues debía conseguir sus alimentos. Maura se califica como una persona muy emprendedora, antes de entrar al comedor ella tenía un pequeño restaurante donde daba pensión. Los platos que ella prepara para los niños son pescado con diversas menestras y en sudado o escabeche. Ella dice que es la primera vez que participa en este tipo de concursos pero pondrá todo su esfuerzo para ganar.

Concursa con el plato: **Pastel de choclo de confitado de pota en salsa de airampo**



HUANUCO: TEDDY ROJAS ASCA-Quiosco de la institución educativa Daniel Alomía Robles

Aprendió a cocinar hace 12 años gracias a los consejos de su madre y desde hace 2 años trabaja en el quiosco escolar del colegio Daniel Alomía Robles. Tienes dos hijos y felizmente casada. Su objetivo es ganar la gran final, aprender y captar nuevos conocimientos para ponerlo en práctica en su negocio. Su especialidad con platos a base de pescado es el cebiche de jurel.

Concursa con el plato: **Arracha rellena de bonito y ensalada de papaya andina con vinagreta de chochos**



JUNÍN: MAYELI CHAHUA MONTES-Quiosco de institución educativa Jardín de Pilcomayo N° 600 Miraflores

Nuestra participante lleva 2 años laborando en el quiosco. Afirma que le encanta la cocina, pues desde niña aprendió a preparar comida gracias a las enseñanzas de su mamá. Es la primera vez que participa en este tipo de concursos, pero viene optimista a lograr el primer lugar. Para ella el pescado es un alimento muy importante para los niños porque ayuda a prevenir la anemia. Es ama de casa, tiene un pequeño de 3 años y es la primera vez que participa en este tipo de concursos.

Concursa con el plato: **Bonito en costras de quinua en salsa de sachu inchi con pesto andino**



LA LIBERTAD: MARÍA DE LOS ÁNGELES GAVIDIA-Quiosco de institución educativa María Negrón

Nuestra concursante tiene 50 años y dos niños, cocina desde los 11 años, dice que aprendió a cocinar porque era una forma de apoyar a su mamá en la casa. Ella trabaja en el rubro de la cocina desde hace 15 años, pero en el colegio "María Negrón" recién está desde inicios de este año. Nos cuenta que gracias a la capacitación del Programa Nacional A Comer Pescado hoy ofrezca a los niños el ají de pescado y las hamburguesas. Dice que es la primera vez que participa en este tipo de concursos pero que está con muchas ganas de llevarse el premio.

Concursa con el plato: **Chaufa de pota**



LIMA: MIGUEL HUAMANÍ TORRES-Quiosco de institución educativa Kumamoto I

Nuestro participante estudió en un instituto de cocina y tiene experiencia en ese rubro, junto con su hermano con el cual suele trabajar. Su especialidad son los pescados y mariscos. Tiene muchas expectativas de ganar el concurso.

Concursa con el plato: **Quinoto con ensalada de anchoveta**