



Huellas



Boletín informativo de la Asociación Ecuador Llactacaru

Núm. 11 - julio-agosto 2003

Papeles para Todos.-

Las constantes autoafirmaciones gubernamentales en relación a SU política migratoria alcanzan tintes profundamente demagógicos y maniqueos cuando acusa a la oposición política o a determinadas ONGs de pedir “papeles para todos”, cada vez que desde estas instancias se eleva cualquier iniciativa o demanda para suavizar el cruel marco legal que oprime a las personas inmigrantes.

Con ello el gobierno busca la descalificación inmediata de los opositores, en un intento burdo de banalizar las alternativas que se presentan a SU política, despojándolas de cualquier posible base de análisis o ejecución: “papeles para todos”, en boca del gobierno, se convierte en una expresión despreciable de utopía anarquizante, irrealizable e irreflexiva y propia del populacho sentimental que nada entiende de Política de Estado. Y sirve, también, para movilizar el miedo social: el temor a las hordas de inmigrantes desbordando las fronteras de un Estado blando con la inmigración..

Sin embargo, en ninguna de estas acusaciones hay brizna de verdad: lamentablemente, ni PSOE, ni IU, ni sindicatos mayoritarios, ni las grandes ONGs supuestamente respetables están por los “papeles para todos”. Con mayores o menores diferencias, todos ellos sólo defienden la implantación de tenues reformas, algunas clamorosamente urgentes, sin llegar cuestionar con contundencia la estructura represora y explotadora de las políticas migratorias europeas y españolas. Defender a los inmigrantes con claridad no da votos, ni subvenciones.

Cuando el gobierno pretende insultar a la oposición, está insultando en realidad a la inteligencia de cualquier persona que medite seriamente sobre el tema y, especialmente, al numeroso cúmulo de organizaciones, personas y colectivos que sí están/estamos realmente defendiendo la opción de “papeles para todos”.

El grito de “¡Papeles para Todos!” , nacido de las movilizaciones de los *sans papiers* franceses de la década pasada y reproducido y amplificado en la lucha de los encierros de la España del 2001, es un grito directamente heredero de los principios del humanismo europeo, del republicanismo jacobino de la libertad, igualdad y fraternidad, del internacionalismo proletario, de la solidaridad auténticamente cristiana... No es un grito utópico, sino una demanda imprescindible de justicia que rechaza la exclusión social y ciudadana a la que se ven sometidas miles de personas. Contra las fronteras asesinas, contra la burocracia y la opresión estatal, contra la explotación... Un grito por la libertad.



En este número:

Desarraigo y soledad :: No sólo tenemos deberes. También tenemos derechos :: Crónica de la ciudad de Barcelona :: LlaktaNotas :: Se pone en marcha el visado obligatorio :: Congreso de los Pueblos del Ecuador - Manifiesto contra el gobierno de Lucio Gutiérrez :: La Mina, un

Desarraigo y Soledad.-

Al cabo de todo este tiempo de insaciable espera por una oportunidad de regularización, para poder de alguna manera vivir con tranquilidad, miles de mujeres y hombres formamos la lista negra de migrantes "sin papeles". Pero ¿qué podemos escribir de nuevo si ya todo está dicho?

Escuchamos que cada día se habla más de nosotros, los inmigrantes, pero no para darnos alguna respuesta, si no más bien para darnos una paliza a través de los medios de comunicación, para que vayamos viendo que NO podemos hacer nada y que nos auto-retornemos a nuestros países, creándonos unos sentimientos de rabia, de temor, quizás de coraje o, peor todavía, de *quemeimportismo*. Sabiendo que no tenemos opción ni derecho alguno, nos sumergimos en un submundo de supervivencia, de dureza, de inestabilidad emocional, y nos volvemos nómadas: vamos de un lado a otro siguiendo cualquier oportunidad que se presente en nuestras vidas. Aprendemos a vivir así, provisionalmente, en cualquier parte y acoplándonos a todo tipo de trabajo.

No perdemos nuestra esperanza, por la que vinimos dejando a muchos a quienes amamos y que dependen de nosotros, todas y todos seguimos al pie del cañón. Sin querer ser conformistas, lo vamos siendo, vamos cayendo en el desinterés por los problemas que tenemos que enfrentar, cuando debiéramos coger al toro por los cuernos sin que nos lastime antes de llegar a él. Aún más grave es el hecho de que nos dejamos meter por los ojos el consumismo del mundo moderno, que hace que mientras más gastamos mejor nos sentimos, cayendo en un pozo sin fondo.

Ante todo ésto, no debemos olvidarnos de lo verdaderamente importante, que es la LUCHA POR NUESTROS DERECHOS y POR SER CIUDADANOS DEL MUNDO. Ésto sólo lo conseguiremos con la unión, sin importar de qué lugar seamos. Juntos podremos encontrar una salida, una medida que ponga a pensar, si es que saben, a los gobiernos. Déjemonos de caer en el submundo del olvido y propongámonos un solo objetivo común: REGULARIZACIÓN, REGULARIZACION. Juntos, tengamos o no papeles, no pasaremos como invisibles. Basta de aceptar lo que nos meten por televisión, basta de que nos llenen nuestras vidas con programas morbosos que lo único que hacen es que pensemos en esa vida inventada para entretenernos y para no dejarnos ver nuestra propia realidad.

LUCHEMOS POR SER MUJERES Y HOMBRES CREADORES DE UNA NUEVA SOCIEDAD MÁS JUSTA Y HUMANA. NO DEJEMOS QUE CONSIGAN LO QUE QUIEREN, QUE VIVAMOS CADA UNO COMO UN SOLO MUNDO Y SIN IMPORTARNOS LO QUE NOS IMPONGAN MIENTRAS NO NOS TOQUE EL BOLSILLO, QUE ES LO QUE NOS HACE VIVIR EN SOLEDAD. PENSEMOS EN QUE SOMOS SERES HUMANOS. (Cecilia Carrillo)



*Soñar otro sueño imposible
Luchar cuando es fácil ceder.
Vencer al enemigo invencible,
Negar cuando la regla es vencer
¡Cuántas guerras tendré que vencer
por un poco de paz!
y mañana si este suelo que he
besado fuera lecho y perdón,
Sabré que valió la pena delirar y
morir de pasión*
Anónimo

No sólo tenemos deberes. También tenemos derechos...

¿Qué derechos tengo mientras estoy “legal” en España?

- Derechos de circular libremente por el territorio español.
- Derecho a trabajar solo si tengo permiso de trabajo o visado de estancia especial.
- Derecho a reunirme con otros y manifestarme.
- Libertad de asociación.
- Libertad de sindicación y huelga (este último cuando estén autorizados a trabajar)
- Derecho a acceder al sistema público de ayudas en materia de vivienda en las mismas condiciones que los españoles.
- Derecho a la reagrupación familiar de determinados familiares cumpliendo determinadas condiciones solo en el caso de residentes legales)
- Derechos a servicios y prestaciones sociales
- Derecho a asistencia jurídica gratuita en igualdad de condiciones con los españoles (solo residentes legales)
- Derecho a percibir prestaciones de la Seguridad Social (solo residentes legales)

Si me encuentro irregularmente en España ¿Tengo derechos?

Además de los Derechos relativos a toda persona, la Legislación de Extranjería reconoce el derecho a los siguientes Derechos para todos los extranjeros (en situación regular o irregular)

- Derecho a la educación (excepto en la enseñanza no obligatoria) en todos los grados y las mismas condiciones que los españoles.
- Derecho a los servicios y prestaciones sociales básicas.
- Asistencia sanitaria pública de urgencia.
- Tutela judicial efectiva.
- Asistencia jurídica gratuita e intérprete en caso de denegación de entrada, devolución, expulsión y asilo, incluyendo los procedimientos administrativos.
- Derecho y obligación de conservar la documentación que acredita tanto la identidad y la nacionalidad como la acredite su situación en España (salvo en casos reglados)

Algunos de estos derechos no se ejercen, bien por desconocimiento de las personas afectadas, bien por falta de interés de las instituciones o servidores públicos encargados de garantizarlos. Es tarea de todos velar por que el ya escueto marco legal de derechos de las personas inmigradas se cumpla a cabalidad.



Estamos en la Casa de la Solidaritat

viernes y sábados de 18 a 21 horas
C. Vistalegre, 15
Metro L2 - Sant Antoni
Tfnos 619 128 116 - 934 434 392

Crónica de la Ciudad de Barcelona.-

Por José Villarroel Yanchapaxi

La noche mediterránea se cierne sobre Barcelona, las luces de neón refractan sobre los rostros de las estatuas humanas a lo largo de las Ramblas. Los fantasmas de Salvador Dalí, Pablo Picasso y Antoine Gaudí toman café en alguna terraza del Barrio Gótico. Sentado en una banqueta de Plaza Reial enciendo un cigarrillo, mientras decenas de jóvenes nórdicos, ingleses y norteamericanos bailan una danza marroquí junto a un cartel que anuncia la presentación de la tonadillera Isabel Pantoja en el Teatro del Liceu. Un carro ambulancia de del Ayuntamiento se estaciona en la calzada y las enfermeras proceden a repartir condones y jeringuillas con el objetivo de frenar la transmisión del Sida; ojos vidriosos, bocas amargas y labios resecos preguntan: ¿Alguien tiene un porro de hachis? Decenas de 'samaritanas del amor' -como diría José Luis Perales- ofrecen sus encantos, en su mayoría son emigrantes de Rusia, República Dominicana, Colombia y Guinea ecuatorial.

En Barcelona la soledad se ha convertido en un negocio, florecen las salas de relax, agencias matrimoniales y líneas eróticas. Niñas de 13 a 15 años provenientes de Senegal, Albania y Marruecos han sido vendidas en su país de origen y son obligadas a prostituirse. El cliente paga por esos "servicios" de 60 a 90 centavos de euro el minuto, similar al servicio de las tarjetas telefónicas. En los periódicos los anuncios hablados son gratuitos y como la prostitución es ilegal en España muchas mujeres prefieren atender a sus clientes en la habitación donde viven. Algunas emigrantes ecuatorianas que no tienen permiso de trabajo y que tienen deudas con los chulqueros en el Ecuador se han visto forzadas a trabajar en la profesión más antigua del mundo, otras optan por embarazarse deliberadamente, sin importar quién es el padre, con la esperanza de que su hijo nacido en territorio español sea el salvoconducto para acceder al permiso de residencia y a la seguridad social del gobierno.

¿Qué hacen los emigrantes ecuatorianos con su tiempo libre en Barcelona? Muchos de ellos por su ilegalidad prefieren quedarse en casa, hay poca o nula interacción con ciudadanos españoles o con otros emigrantes, casi no asisten al teatro, a las galerías de arte ni a los conciertos de ópera y música clásica.

El lugar de encuentro favorito es el Palacio de la Salsa, cerca de la estación del metro en Poble Sec, a donde acuden a bailar o a oír cantar a artistas como Margarita Lague, Azucena Aymara o Gerardo Morán. Los fines de semana asisten a Plaza España, Plaza Catalunya y La Sagrada Familia, donde suelen jugar ecuavoley y cuarenta, beben cerveza escuchando tocar a los grupos de música andina provenientes de Otavalo y de cuando en cuando suelen ir a comer comida ecuatoriana en restaurantes la mayoría regentados por españoles. Los hijos de los emigrantes asisten a la escuela pública, los españoles prefieren enviar a sus niños a las escuelas privadas pero los efectos psicosociales de la pretendida globalización, los problemas de asimilación de la cultura, la interculturalidad, se revelan en brotes de violencia y racismo; consecuencia de ello es que los hijos de los emigrantes padecen desadaptación escolar, trastornos del aprendizaje y depresión infantil. En las escuelas secundarias el alcohol y la droga (permitida si es para consumo personal) empiezan a hacer estragos en la juventud, muchos profesores españoles prefieren cambiar de trabajo porque ha habido casos en que al interior de los establecimientos educativos se han formado pandillas juveniles que han llegado a amenazar y aun a golpear a los maestros.

Si bien España parece haber dado un salto al llamado primer mundo, la falta de políticas sociales para resolver la situación de los niños, los hombres y las mujeres emigrantes, y la recesión económica que aún debe superar para equilibrarse con los demás países de la Unión Europea, hacen más dura la vida de quienes emigran en condiciones de ilegalidad.

3er premio de periodismo "José Martí" organizado por Prensa Latina, La Habana-Cuba.



- El sábado 14 de junio estuvimos participando en las **JORNADAS LATINOAMERICANAS** celebradas en el barrio Prosperitat (Distrito de Nou Barris). Además de montar un stand informativo durante toda la jornada, ofrecimos un pase de video sobre la realidad de nuestro país y el por qué de la inmigración ecuatoriana a España. El acto de clausura contó con una rica muestra folklórica de diferentes países latinoamericanos, incluyendo el Ecuador.
- Ese mismo día por la mañana, se realizó también la última actividad para adultos del proyecto Mundo de Colores en este curso 2002-2003. **APRENDAMOS DE NUESTROS HIJOS**, contó con la colaboración de pedagogos y antropólogos que nos hicieron reflexionar a padres, madres, educadores y monitores sobre la riqueza del universo infantil y las ventajas del mutuo conocimiento.
- El día sábado 28 de junio realizamos un encuentro festivo en la Casa de la Solidaritat con los ecuatorianos que residimos en el Raval. Fue una noche de música bailable, de danza folklórica, de comida, de rifas, de actividades con los niños, etc. Aunque esperábamos una mayor participación de nuestros compatriotas, sin duda el número de asistentes también fue muy importante. Durante el encuentro, los asistentes pudieron contemplar sendas exposiciones fotográficas sobre la migración ecuatoriana con obras de los fotógrafos Nelson Araya e Iñigo Azkona. Esperamos en el futuro seguir realizando este tipo de eventos que sirven para conocernos mejor, intercambiar opiniones, puntos de vista respecto a nuestra situación. Enhorabuena a los que vinieron y para los que no lo hicieron a ver si se animan y la próxima vez nos reencontramos y disfrutamos.
- Igualmente, el domingo 6 de julio situamos una mesa informativa con una pequeña muestra gastronómica en la Fiesta Mayor de Roquetes.
- El día jueves 17 de julio, participamos como Asociación dentro del Curso de Verano organizado por la Universidad Complutense en San Lorenzo del Escorial. El tema fue Pobreza, Inmigración y Desarrollo. Un espacio para dar a conocer la visión que tenemos los inmigrantes respecto a este fenómeno: sus causas y también sus posibles soluciones.
- Durante el mes de agosto el Proyecto Mundo de Colores, desarrollado conjuntamente por la Asociación Ecuador Llactacaru y Entrepobles en la zona de Nou Barris (Barcelona) continuará su labor en dicho barrio participando en el *Casal d'Estiu del Grup Montanyés*. Dos monitores de Llactacaru colaborarán en la organización y desarrollo de diversas, con actividades lúdicas diarias con los niños de la zona.
- El domingo 24 de agosto a través de la Cadena Ser Catalunya en el horario de 12H00 a 13H00, se emitirá un programa donde nuestra Asociación fue invitada a participar con la opinión respecto a diversos temas relacionados con la inmigración ecuatoriana. La música, la cultura, la situación del país, el día a día del inmigrante, etc. En fin se tratará de una charla muy amena con intervalos de la mejor música de nuestro País.

Se pone en marcha el visado obligatorio

A partir del 3 de agosto, los ciudadanos ecuatorianos que deseen ingresar en territorio español deberán obligatoriamente proveerse previamente de un visado de entrada. Dicho visado tendrá que pedirse personalmente en los consulados de España en el Ecuador y los solicitantes deberán aportar los billetes de viaje, acreditar que disponen de los fondos suficientes para su estancia en España, presentar certificado médico y un record policial, además de justificar adecuadamente las razones del viaje.

Ecuador Llactacaru rechaza con firmeza la imposición de esta medida



Congreso de los Pueblos del Ecuador.-

Quito, 11 de julio de 2003

Hemos esperado seis meses. Establecimos compromisos con Lucio Gutiérrez para cumplir el Mandato del 21 de enero del 2000, a fin de refundar la república: reactivar la producción y salir ordenadamente de la dolarización; derrotar la corrupción pública y privada y construir un cuarto poder moral de la nación; detener el ALCA, defender la soberanía e impulsar una integración diferente; detener las privatizaciones de los recursos estratégicos, sobre todo petróleo, electricidad, telecomunicaciones, seguridad social, educación y salud, y desarrollar un firme proceso de modernización; impulsar la reactivación de la economía rural y un plan nacional de desarrollo humano para enfrentar la pobreza y el desempleo.

Pero vemos con indignación que Lucio Gutiérrez ha adoptado por continuar la misma política neoliberal que él condenó; se ha unido con los representantes de la derecha oligárquica moderna, con los Febres Cordero, los Mauricios y los Arboledas; se ha convertido en el principal aliado del Gobierno de Bush y en el más disciplinado ejecutor de las políticas del Fondo Monetario Internacional. No podemos tener ninguna esperanza en este camino, pues sabemos a dónde ha conducido a los pueblos de nuestra América.

Las causas de la crisis no han sido resueltas, sino que se han ahondado: estamos ante una grave secesión económica, ha crecido el desempleo y el subempleo, y se nos ha conducido a un creciente involucramiento en la guerra en la Frontera Norte. Y lo que es más preocupante, han surgido nuevas formas de autoritarismo, con la persecución contra los dirigentes laborales, indígenas, populares y sociales, ahora convertidos por el Gobierno en delincuentes y terroristas, con la acción de redes de espionaje y la reimplantación de la Doctrina de Seguridad con la norma máxima de la República.

Hoy, llamamos a todas nuestras organizaciones y a nuestro pueblo a decir *iya basta!*. Estamos ante la obligación moral y política de retomar el camino histórico que construimos juntos en nuestra lucha los pueblos indígenas, los movimientos populares y sociales, organizaciones laborales, organizaciones campesinas, militares patriotas, fuerzas políticas, empresarios honestos, cristianos comprometidos, organismos de derechos humanos, organismos de defensa del medio ambiente, y ciudadanos dedocráticos. Estamos ante una disyuntiva programática: o somos capaces de cerrar el paso a las fracasadas recetas neoliberales o veremos el debilitamiento de nuestra Patria. No hay espacio para posiciones intermedias.

Hoy, en este Congreso de los Pueblos del Ecuador, reasumimos nuestro camino de unidad, independencia y oposición. Concluyeron los tiempos de las manipulaciones del diálogo, de los pliegos de aspiraciones y de los pedidos al Gobierno. Iniciamos nuestro camino soberano, en una línea de oposición democrática y de impulso del Plan de Gobierno de los Pueblos.

Vamos a organizar a nivel nacional, regional y en cada provincia, el Congreso de los Pueblos del Ecuador como un espacio de unidad y de decisiones para defender la soberanía, el patrimonio nacional, la vida y la democracia. Presentar ante el país y debatir el Plan de Gobierno aprobado el 20 de junio.

Llamamos a todas las fuerzas sociales, indígenas, productivas y políticas que estén dispuestas a enfrentar la política neoliberal y a construir un Ecuador justo para todos y todas a participar en este proceso de unidad y lucha.

Convocamos a todo el pueblo ecuatoriano defraudado por la traición del Gobierno a movilizarnos el 21 de agosto del 2003



La Mina, un barrio de Barcelona.-

“Hay varias Barcelonas, Barcelona no es solo Las Ramblas, Plaza Cataluña y el Corte Inglés”. También esta el Barrio de La Mina y otros barrios olvidados y escondidos para que Barcelona luzca (aparente) guapa.

Así es como se refiere Rosa, una maestra valenciana, que fue directora 15 años en la escuela del barrio de La Mina y ahora trabaja con el comité barrial. Rosa, tiene toda la pinta de roquera, pelo corto de amarillo patito con reflejos naranjas, maquillaje negro y ropa exótica, que en apariencia no parece ser la mujer socialmente comprometida que es, tal pinta es impensable en una maestra ecuatoriana, (mi señorita de la escuela de monjas se moriría al verla y resucitaría feliz al escucharla y conocerla), pero si con esas mismas ganas de trabajar y esa misma entrega que tienen nuestras maestras ecuatorianas, por luchar para que sus niños salgan adelante, para que la escuela no sea un ente diferente al barrio, sino que se involucre en el.

Para dar por sentado, que encontraría la misma situación que viven los barrios pobres del Ecuador y de Quito, en especial, fui a La Mina, barrio tristemente conocido como peligroso, de drogadicción y gitanos, que al igual que como otros grupos sociales tales como los emigrantes, estamos destinados a ocupar principalmente las páginas negras de la prensa roja.

Nadie quiso acompañarme, así que fui solita. De camino y sentada en el metro, pensaba en frases como: el colmo de un ecuatoriano es que le roben en España (supongo que la gente piensa que debemos saber defensa personal o estamos súper acostumbrados a correr y no precisamente detrás del ladrón o nos dejamos robar todo a la buena, incluso en juicio), otro semi consuelo era recordar que soy del Ecuador-Quito, he vivido en la Colmena y luego en San Juan, así que me decía a mi misma, tranquila guambra esto no es nada, inmediatamente recordé que en mi barrio decían que los pertenecientes al barrio están seguros y protegidos por los delincuentes del lugar, en otras palabras, entre vecinos no pasa nada, ¿nunca antes, me había preguntado, que pasa con los que somos de barrios diferentes? iups!. Decidida a todo, me baje en la estación de metro, y camine apenas 5 minutos, con un sol que quema hasta el alma, no me di cuenta y ya estaba en pleno corazón de La Mina. La primera impresión es la misma de cualquier barrio de Barcelona, a nos ser por la poca gente que vi, sus voces eran altas, sus caras más morenas que los típicos catalanes, muchas de esas bocas no tenían todos los dientes, un par de jóvenes en un parque fumando la mismo que los barceloneses de Les Corts, nada del otro mundo, al rato encontré a Rosa, su aspecto un tanto preocupada por la situación de La Mina, juntas fuimos a La nueva Mina, que esta formada entre otras viviendas, por dos gigantescas moles de cemento, donde viven y malviven hacinadas miles de familias, repletas de pequeños pisos de apenas 70 metros cuadrados donde habitan hasta tres generaciones. Sus ventanas como miles de bocas donde salen música de llanto, zapateo, ventanas llenas de ropas colgadas, como pañuelos que secan los sudores de aquellos pisos saturados. Solo un acceso para acceder a tanta vivienda, al frente de uno de estos bloques esta una rambla, en medio esta el busto del “Camarón”, más

allá de cantante famoso, es para los Mineros un ídolo, como nuestro J.J. en Ecuador, pero con un historial aun más bohemio, en esta Rambla la gente se da cita, a nuestro paso saludan a Rosa, los niños la abrazan y la gente le evoca, saben que trabaja para ellos aun que también saben que ella tiene enemigos, pero son los incívicos que quieren mantener las cosas como están para cometer sus delitos...



Barcelona-Guayaquil.-

En el Ecuador encontramos un equipo de fútbol, que según dicen los entendidos en la materia es el equipo más popular de nuestro país. También es el equipo más laureado, el equipo que ha obtenido más títulos, trece en total y, además, es el equipo que mejor papel ha desempeñado a nivel internacional (2 vicecampeonatos en la copa Libertadores de América). Como todo equipo grande siempre despierta alegrías y tristezas, pasiones y desencantos: cuando todos esperan que gane un partido no lo hace y cuando todo esta dado por perdido sale a flote la “garra torera”. Sin embargo, lo que pretendemos rescatar es que este equipo tiene una historia en común con el lugar donde nosotros, parte de la inmigración ecuatoriana, estamos residiendo, es decir, Catalunya.



Revisando la historia de este equipo resulta que entre los fundadores figuran emigrantes catalanes, que en aquel entonces “invadieron” nuestro país, por la década de los años 20. En efecto este Club se fundó en la casa de Don Eutimio Pérez oriundo de Catalunya. Pero contribuyeron más catalanes: Valentín Sala, Arturo y Juan Domenech, Rivadeneira, Gago Peré, March, Castells y Hermosilla. Fue tal la identificación que estas personas tenían con su lugar de origen que al nuevo equipo que conformaron decidieron llamarlo Barcelona. Al parecer los emigrantes catalanes entendieron que una forma de identificarse en el lugar donde residían era al parecer organizar un equipo de fútbol que identifique plenamente el lugar de donde procedían. Estos hechos de la historia tal vez nos permita recordar que las migraciones han estado presentes en la historia de la humanidad, así ha sido y seguramente seguirá siendo en el futuro, incluso creo que llegará a niveles dramáticos dado la actual situación que vive el mundo.

Finalmente es ya típico que los ecuatorianos en Barcelona luzcan en muchos casos las camisetas tanto del Barça como del Barcelona: la Blaugrana y el orograna. Así son las cosas del futbol que no ve razas, ni origen, ni religión, ni tampoco situación legal.

Willan Cevallos

iii A cocinar !!! ENSALADA DE POLLO Y MANZANA

Ingredientes.-

1/2 Kg de pollo cocinado y cortado en trozos pequeños, 3 manzanas rojas, 1/4 taza de jugo de limón, 5 tallos de apio picados, 1 taza de almendras picadas, 1/3 taza de mayonesa, 1/3 taza de crema de leche, sal, pimienta, 2 cucharaditas. de alcaparras picadas y 1 lechuga.



Preparación.-

Sin pelar las manzanas, se saca el centro y se cortan en trozos pequeños. Remoje estos en el jugo de limón para que no se pongan oscuros. Mezcle el pollo, la manzana, el apio y las almendras. Aparte mezcle la mayonesa con el limón de las manzanas y agregue luego la crema batida, la sal, la pimienta y las alcaparras. Una la mezcla de pollo con la de mayonesa. Junte todo y póngalo en el refrigerador. Sirva la ensalada fría sobre hojas de lechuga.

Bon profit!

