



# Chile en Conserva

Peggy Van Laanen\*

**E**l chile picante es un complemento muy popular en las comidas. Hay muchas variedades con distintos niveles de picante, desde el chile morrón dulce hasta el chile serrano ardiente. Normalmente, entre más pequeños los chiles, más picantes son. Esto es porque la capsaicina (el componente del chile que le da el picante) se encuentra en las venas del chile, y los chiles pequeños tienen una proporción más alta de venas que de pulpa. Los chiles se pueden envasar, encurtir, congelar o secar. Cuando prepare el chile en conserva o en vinagre, siga exactamente las instrucciones. Los chiles que se conservan incorrectamente pueden causar botulismo, una intoxicación alimentaria peligrosa que puede causar la muerte.

*Los aceites en algunas clases de chiles pueden causar quemaduras químicas, por eso se deben manejar con cuidado. Es buena idea usar guantes de plástico y tener cuidado de no tocarse los ojos o la cara sin antes lavarse las manos.*

## Cómo escoger el chile

Escoja chiles firmes con piel lisa y sin plagas, áreas blandas o daños de insectos. Para envasar, se necesita un promedio de 9 libras de chiles por cada ollada de 9 pintas.

## Cómo preparar el chile

Chiles picantes y otros chiles de piel dura. Es mejor pelar estos chiles antes de ponerlos en conserva. Para hacer esto, primero raje a lo largo la piel en varios lugares. Después, tueste los chiles en el horno caliente (400° F) de 6 a 8 minutos hasta que se les desprege la piel. O, puede cubrir un quemador con una tela metálica gruesa y ponerlos en el quemador caliente por unos minutos. Voltee los chiles a menudo para que se les desprege la piel pareja y no se quemen. Después de despegarles la piel, póngalos en una sartén y cúbralos con un trapo húmedo, o sumérjalos en agua helada para que se enfríen. Esto hace que sea más fácil pelarlos.

Chiles pimientos. Hierva los chiles, escaldándolos en agua hirviendo entre 10 y 20 minutos, o tuéstelos como se describe arriba para despegarles la piel.

Quíteles la piel, el tallo, las semillas y las puntas. Aplaste los chiles pimientos.

Chiles morrones. Quíteles los tallos y las semillas; hiérvalos por 3 minutos.

## Cómo envasar el chile

Los chiles tienen un bajo contenido de ácido y deben procesarse en una olla a presión especial para hacer conservas. Lave los chiles y pele los de piel dura. Después, prepárelos como se indica a continuación.

Envasados calientes. Los chiles pequeños pueden envasarse enteros; los chiles grandes deben cortarse en cuatro partes. Eche los chiles pelados en frascos calientes de una o media pinta, dejando un espacio de una pulgada. Añada 1/2 cucharada de sal por cada pinta, si desea. Llene los frascos con agua hirviendo, dejando un espacio de 1/2 pulgada. Quíteles las burbujas de aire. Limpie el borde de los frascos. Póngales la tapa y procéselos en una olla a presión con manómetro de dial o en una con manómetro basado en peso. (Vea L-2217, "Home Canning Vegetables," que puede adquirir por medio del Servicio de Extensión Agrícola de Texas).

Siga los tiempos de procesamiento recomendados en la siguiente tabla.

El tiempo recomendado para el procesamiento del chile en una olla a presión con manómetro de dial.

Modo de envase	Tamaño del frasco	Duración del procesamiento	Olla a presión (PSI, libras por pulgada cuadrada) a una altitud de:			
			0 a 2000 pies	2001 a 4000 pies	4001 a 6000 pies	6001 a 8000 pies
Caliente	media pinta o una pinta	35 min.	11 libras	12 libras	13 libras	14 libras

El tiempo recomendado para el procesamiento del chile en ollas a presión con manómetro basado en peso.

Modo de envase	Tamaño del frasco	Duración del procesamiento	Olla a presión (PSI, libras por pulgada cuadrada) a una altitud de:	
			0 a 1000 pies	Más de 1000 pies
Caliente	media pinta o una pinta	35 min.	10 lbs.	15 lbs.

\*Profesora Adjunta y Especialista en Nutrición, El Sistema Universitario Texas A&M.

## Chiles en vinagre

Para conservar el chile en vinagre tiene que ser debidamente acidificado. Las siguientes recetas para conservar el chile usan el vinagre como fuente de ácido. Use solamente recetas aprobadas y puestas a prueba y no cambie la proporción de los ingredientes o la cantidad de vinagre.

Corte los chiles grandes en pedazos. Los chiles pequeños pueden procesarse enteros, pero deben prepararse de una de las siguientes maneras para que la solución de vinagre los penetre:

Hierva los chiles enteros en agua o cocínelos a vapor de 3 a 5 minutos.

Pinche cada chile con un tenedor o rájelo con un cuchillo.

Despegue la piel y pele cada chile usando uno de los métodos descritos anteriormente.

Procese los productos en vinagre en una olla de agua hirviendo especial para hacer conservas para asegurar que no se echen a perder. Siga el método apropiado de procesamiento (Vea L-2216, "Home Canning Fruits and Tomatoes", que puede adquirir por medio del Servicio de Extensión Agrícola de Texas, para las instrucciones sobre cómo usar una olla de agua hirviendo.) Cada receta puede tener instrucciones específicas para la preparación de chiles. Siga las instrucciones de las recetas.

---

### Salsa de chile

(Chile jalapeño, húngaro y banana)

Lave y escurra los chiles picantes pequeños. Córtelos los tallos a  $\frac{1}{8}$  de pulgada del chile. Hágale dos o tres rajaditas a cada uno. Envase apretadamente en los frascos calientes, dejando un espacio de  $\frac{1}{2}$  pulgada. Llene los frascos con vinagre de sidra hirviendo, dejando un espacio de  $\frac{1}{2}$  pulgada. Limpie el borde de los frascos. Póngales la tapa. Procese las medias pintas en un baño de agua hirviendo por 10 minutos si está a nivel del mar. Procéselas por 15 minutos en altitudes de 1000 a 6000 pies. En altitudes más altas de 6000 pies, procéselas por 20 minutos.

### Chile marinado

(Chile morrón, húngaro, banana y jalapeño)  
(da aprox. nueve frascos de media pinta)

\* 4 libras de chile firme  
1 taza de jugo de limón embotellado  
2 tazas de vinagre blanco  
1 cucharada de orégano  
1 taza de aceite de oliva o para ensalada  
 $\frac{1}{2}$  taza de cebolla picada  
2 cucharadas de rábano picante preparado (opcional)  
2 a 3 dientes de ajo, partidos en cuatro (opcional)

Lave los chiles. Pele los chiles con piel dura, como los chiles picantes. Hierva los demás chiles en agua por 3 minutos. Los chiles pequeños se pueden procesar enteros y los grandes se deben cortar en cuatro. Aplaste los chiles enteros.

Mezcle el jugo de limón, el vinagre, el orégano, el aceite, la cebolla y el rábano picante en una cacerola y cocínelos hasta hervir. Ponga  $\frac{1}{4}$  de diente de ajo en cada frasco. Si lo desea, añada  $\frac{1}{4}$  de cucharadita de sal a cada frasco de media pinta o  $\frac{1}{2}$  cucharadita a cada pinta. Llene los frascos con chile, dejando un espacio de  $\frac{1}{2}$  pulgada. Sáqueles las burbujas de aire. Limpie los bordes de los frascos. Póngales la tapa. Procese los frascos de una pinta y de media pinta en un baño de agua hirviendo por 15 minutos si está a nivel del mar. Procéselos por 20 minutos en altitudes de 1000 a 6000 pies. En altitudes de más de 6000 pies, procéselos por 25 minutos.

\* Para conservas picantes, use 4 libras de jalapeños.

Para conservas medio picantes, use 2 libras de jalapeños y 2 libras de chile dulce y menos picante.

Para conservas menos picantes, use 1 libra de jalapeños y 3 libras de chile dulce y menos picante.

### Chile jalapeño marinado

(un frasco de una pinta)

Jalapeños (aprox. 1 libra)

1 taza de vinagre

$\frac{1}{4}$  taza de agua

1 cucharadita de sal

1 cucharadita de especias mixtas para encurtir

Lave el chile y enváselo apretadamente en un frasco caliente, dejando un espacio de  $\frac{1}{2}$  pulgada. Combine el vinagre, el agua, la sal y las especias para encurtir; cocínelos hasta que hiervan. Vacíe el líquido hirviendo sobre el chile, dejando un espacio de  $\frac{1}{2}$  pulgada. Sáquele las burbujas de aire. Limpie el borde del frasco. Póngale la tapa. Procéselo en un baño de agua hirviendo por 10 minutos. En altitudes entre 1001 y 6000 pies, procéselo por 15 minutos; en altitudes de más de 6000 pies, procéselo por 20 minutos.

---

### Cómo congelar el chile

Cuando el chile se congela y descongela, se vuelve suave y es preferible usarlo en platillos donde la textura no importa.

El chile no tiene que hervirse antes de congelarse, pero hervir el chile morrón o el chile dulce facilita envasarlo y hace que ocupe menos espacio. Hiérvalo por 3 minutos y enfríelo antes de envasarlo. Después de hervido, córtelo el tallo y quítele las semillas. Congélelo entero o cortado por la mitad o en cubitos. Los pedazos de chile pueden congelarse individualmente en una charola en el congelador y después

guardarse. Use contenedores para guardar que sean resistentes a la humedad y al vapor, como, frascos para congelador, cartones plásticos para congelador o bolsas de plástico con cierre para congelador.

Para congelar el chile picante, lávelo y quítele el tallo. Después, empáquelo y congélelo. El chile pimienta puede pelarse primero. Deje un espacio de  $\frac{1}{2}$  pulgada en la parte superior del contenedor cuando lo empaquete.

El chile que se usa para chiles rellenos debe pelarse, quitársele el tallo y las semillas y aplastarse para sacarle el aire. Si empaca los chiles con un pliego de papel encerado entre cada chile, será más fácil manejarlos cuando los descongele.

### Cómo secar el chile

El chile es fácil de secar. No se necesita preparación de antemano.

Chile picante. Para secar chiles enteros, límpielos con un trapo húmedo y póngalos en una sola capa en una charola o enristréelos con una aguja e hilo. Séquelos hasta que se arruguen, se oscurezcan, se enrojecen y se tuesten. Los chiles grandes se secan mejor si se cortan por la mitad y se les quitan las semillas y el tallo. Los chiles pequeños pueden secarse enteros, pero debe hacerles una rajadita para acelerar el proceso. Muela el chile seco y úselo como condimento.

Chile dulce y chile pimienta. Lávelos y quiteles el centro, las semillas y las venas. Córtelos en rueditas de  $\frac{3}{8}$  de pulgada. Séquelos en un deshidratador entre 8 y 10 horas.

Guarde los chiles secos en un contenedor resistente a la humedad y al vapor en un lugar fresco, seco y oscuro. Uselos dentro de un año.

### Más consejos sobre el chile

Cuando le arda la boca por haber comido alimentos picantes, alivie el ardor con leche u otros productos

lácteos. La capsaicina en los chiles produce el ardor. La leche quita la capsaicina.

Guarde el chile picante fresco en bolsas de papel en el refrigerador. Si lo compra en buenas condiciones, debe durar por lo menos una semana.

---

### Jalea de chile con pectina líquida

(da cinco frascos de media pinta)

4 ó 5 chiles picantes, desvenados y cortados en pedazos  
4 chiles verdes dulces, desvenados y cortados en pedazos  
1 taza de vinagre blanco

5 tazas de azúcar

1 bolsita de pectina líquida

Color vegetal verde para alimentos

Esterilice los frascos para envasar, hirviéndolos por 10 minutos si está en una altitud de menos de 1,000 pies. En altitudes más altas, hiérvalos 1 minuto más por cada 1,000 pies de elevación adicional. Ponga la mitad de los chiles y la mitad del vinagre en una licuadora; tápela y préndala en licuar hasta que los chiles se licúen. Repítalo con el resto de los chiles y el vinagre.

Combine la mezcla licuada de chile y vinagre con el azúcar en una cacerola grande y hierva a fuego lento por 10 minutos. Sáquela del fuego. Añada la pectina líquida y hierva a fuego alto por 1 minuto. Quítele la espuma. Añada unas gotas de color vegetal verde. Vacíe la jalea inmediatamente en los frascos para envasar calientes, dejando un espacio de  $\frac{1}{4}$  de pulgada. Limpie el borde de los frascos. Póngales la tapa. Procéselos por 5 minutos en un baño de agua hirviendo si está en una altitud de hasta 1000 pies. En altitudes más altas, procéselos 1 minuto más por cada 1,000 pies de altitud adicional.

---

Producido por AgriLife Communications and Marketing, El Sistema Universitario Texas A&M  
Las publicaciones de Texas AgriLife Extension se pueden encontrar en Internet en: <http://AgriLifebookstore.org>

---

*Los programas educativos de Texas AgriLife Extension Service están disponibles para todas las personas, sin distinción de raza, color, sexo, discapacidad, religión, edad u origen nacional.*

Emitido en promoción del Trabajo Cooperativo de Extensión Agrícola y Economía del Hogar, Decreto del Congreso del 18 de mayo de 1914, según enmienda, y del 30 de junio de 1914, en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. Chester P. Fehlis, Director Comisionado, El Servicio de Extensión Agrícola de Texas, El Sistema Universitario Texas A&M.

XXXM-New