

DAVID BARRAZA

Coordinador General

LA SAZÓN Y EL GUSTO

Un menú en tres ciudades de Chile



GOBIERNO DE CHILE
SERCOTEC



Duoc UC

LA SAZÓN Y EL GUSTO

LA SAZÓN Y EL GUSTO

Un menú en tres ciudades de Chile

COORDINADOR GENERAL

David Barraza

Director Carrera de Gastronomía

DuocUC

ASESORÍA EDITORIAL

Sonia Montecino

COLABORADORAS

Florencia Muñoz

Claudia Escobar



Diseño de portada: Guarulo & Aloms

Ilustraciones de portada e interior, pinturas y fotos:
pintor Gonzalo Espinosa, <http://www.gonzaloespinosa.blogspot.com>

Diagramación: Gloria Barrios.

Adaptación versión digital: Marcelo Gómez

Asesoría metodológica de contenidos: Sonia Montecino

Esta publicación está protegida por una Licencia Creative Commons del tipo Reconocimiento – No comercial – Compartir igual.

El material puede ser distribuido, copiado y exhibido por terceros si se muestra en los créditos. No se puede obtener ningún beneficio comercial y las obras derivadas tienen que estar bajo los mismos términos de licencia que el trabajo original.



Puede obtener mayor información sobre la licencia en:
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.0/cl/>

Edición digital: DuocUC, enero de 2010

ISBN: 978-956-8901-03-5

AGRADECIMIENTOS

Un especial agradecimiento a Sercotec, por el apoyo en la materialización de este libro y a la destacada Doctora en Antropología, Sonia Montecino Aguirre, actual Directora del Archivo Central Andrés Bello de la Universidad de Chile, por su valioso aporte como editora de este libro.

*“Cebolla
luminosa redoma,
pétalo a pétalo
se formó tu hermosura,
escamas de cristal te acrecentaron
y en el secreto de la tierra oscura
se redondeó tu vientre de rocío.
Bajo la tierra
fue el milagro
y cuando apareció
tu torpe tallo verde,
y nacieron
tus hojas como espadas en el huerto,
la tierra acumuló su poderío
mostrando tu desnuda transparencia,
y como en Afrodita el mar remoto
duplicó la magnolia
levantando sus senos,
la tierra
así te hizo,
cebolla,
clara como un planeta,
y destinada
a relucir,
constelación constante,
redonda rosa de agua,
sobre
la mesa
de las pobres gentes”.*

PABLO NERUDA, EXTRACTO DE “ODA A LA CEBOLLA”

Índice

PRÓLOGO 7

I. INTRODUCCIÓN 8

II. ALGUNAS CONSIDERACIONES SOBRE LOS CONCEPTOS DE
COCINA, SABORES Y TÉCNICAS 10

III. UN MENÚ EN TRES CIUDADES DE CHILE 23

IQUIQUE 23

Reseña de Iquique 25

Menú de Iquique 28

Picadas de Iquique 40

SANTIAGO 43

Reseña de Santiago 45

Menú de Santiago 48

Picadas de Santiago 56

OSORNO 59

Reseña de Osorno 61

Menú de Osorno 64

Picadas de Osorno 70

IV. GLOSARIO 73

V. BIBLIOGRAFÍA 75

Prólogo

Cada vez que hablamos de cocina chilena nos vienen a la memoria esos platos emblemáticos que hemos conocido por siempre y que son preparados de acuerdo a las temporadas o en celebraciones de fiestas patrias. Pero es necesario, además, conocer y potenciar todas aquellas expresiones gastronómicas que nos dan identidad y cultura y que las encontramos en otro tipo de lugares, como las ferias y mercados, o bien en otras fechas, tales como las fiestas y celebraciones relacionadas con los Santos Patronos en el norte, centro y sur de nuestro país. Es por eso que, junto a un grupo de alumnos y profesores de la carrera de Gastronomía de DuocUC sede Padre Alonso de Ovalle, realizamos un levantamiento de historias, productos y recetas de tres territorios de nuestro país: Iquique, Santiago y Osorno. De ellos destacamos preparaciones que pertenecen a la gastronomía chilena y que generalmente son desconocidas por los chilenos. Además, destacamos un menú y tres picadas que contribuyen a crear una identidad propia al territorio.

Con este trabajo queremos contribuir al desarrollo de la gastronomía chilena y a la educación de las futuras generaciones de cocineros, para que se motiven y trabajen en rescatar, potenciar y proyectar aquellas expresiones culinarias regionales que debieran ser reconocidas y valoradas por un mayor número de chilenos, aportando así a una nueva visión de la gastronomía nacional.

DAVID BARRAZA
DUOCUC

I. Introducción

“*La sazón y el gusto: un menú en tres ciudades de Chile*” tiene como objetivo general que los alumnos y docentes de las diversas escuelas de gastronomía y de los liceos técnico-profesionales, así como el público en general, conozcan algunos elementos históricos y culturales presentes en una selección de recetas regionales de tres ciudades de nuestro país. Tras esto subyace la noción de que la cocina y la cultura son inseparables y que no debemos hablar de “la cocina chilena”, sino de “las cocinas”, en la medida en que cada comunidad que habita nuestro país posee una tradición, ya sea familiar o local, que la define en términos culinarios. Por cierto, en Chile existen una serie de platos que son considerados como “emblemáticos” y que se preparan y consumen a lo largo de todo el país. Pero ello no significa que esos sean los únicos que podemos considerar “chilenos”, ya que existe una gran variedad que forma parte de nuestro acervo y que constituye precisamente la pluralidad de formas de cocinas que encontramos en Chile.

Hemos elegido tres ciudades que condensan diversos aportes culinarios: Iquique, que muestra los saberes del norte en sus vertientes aymara y mestizo; Santiago, en tanto mosaico que conjuga cocinas de procedencias culturales variadas; y finalmente Osorno, que propone cruces de tradiciones europeas, mestizas e indígenas.

Este libro fue elaborado con las contribuciones de un conjunto de profesores y alumnos de DuocUC: Profesor Raúl Ceura, Profesora Sonia Carrasco, Alumnos Gustavo González, Nicolás Vargas, Katerin Aracena, Lorena Flores, Bárbara Galleguillos y Andrea Ramírez. Fue coordinado por David Barraza, Director de Carrera de Gastronomía y organizado y editado por Sonia Montecino, Florencia Muñoz y David Barraza. Asimismo, en su materialización tuvo un papel central Claudia Escobar, Bibliotecóloga de DuocUC, El aporte del pintor Gonzalo Espinosa sin duda le otorga un valor agregado a este proyecto. Así, estamos frente a un trabajo colectivo que esperamos constituya un beneficio a los estudios gastronómicos y a los futuros profesionales y técnicos de esta área.

Como un anexo a este libro se incluye la guía “Rutas turísticas con bases gastronómicas de la Región Metropolitana”, producto del Programa de Profesionalización de Negocios Gastronómicos Sercotec-DuocUC (2008-2009), de la cual tenemos la convicción que será un aporte adicional a esta obra.

II. ALGUNAS CONSIDERACIONES SOBRE LOS CONCEPTOS DE COCINA, SABERES y TÉCNICAS¹



Bodegón Marino

¹ Este apartado se ha elaborado a partir del texto de Sonia Montecino: “Identidades, mestizajes y diferencias sociales en Osorno, Chile: lecturas desde la antropología de la Alimentación”, Tesis Doctoral, Universidad de Leyden, Holanda, 2006.

*“En la hora azul del almuerzo,
la hora infinita del asado,
el poeta deja su lira,
toma el cuchillo, el tenedor
y pone su vaso en la mesa,
y los pescadores acuden
al breve mar de la sopera.
Las papas ardiendo protestan
entre las lenguas del aceite.
Es de oro el cordero en las brasas
y se desviste la cebolla.
Es triste comer de frac,
es comer en un ataúd,
pero comer en los conventos
es comer ya bajo la tierra.
Comer solos es muy amargo,
pero no comer es profundo,
es hueco, es verde, tiene espinas
como una cadena de anzuelos
que cae desde el corazón
y que te clava por dentro”.*

PABLO NERUDA, EXTRACTO DE “EL GRAN MANTEL”

Algo de historia sobre las cocinas chilenas

Cuando pensamos en las cocinas chilenas de inmediato asoma a nuestra mente el devenir histórico y este nos habla de que Chile posee una larga tradición cultural, previa a la llegada de los españoles, en la cual los pueblos originarios sembraron una matriz alimenticia ligada a productos, preparaciones y símbolos asociados que marcó el gusto que tenemos por consumir determinados platos. Ya en el período prehispánico los contactos entre grupos diversos impactaron en la cocina. Una importante vertiente cultural que influyó fue la del área andina. La penetración incaica significó un aporte de relevancia a las tradiciones alimenticias mapuches² en la medida en que, por un lado, sus técnicas de cultivo e irrigación permitieron un desarrollo agrícola en el valle central, y por otro, sus colonias de mitimaes difundieron, seguramente, formas de preparación de ciertos alimentos, como lo atestiguan las actuales denominaciones de platos y preparaciones que provienen de esa tradición culinaria.

Así, por ejemplo, el universo de los incas aportó las técnicas de cocción mediante piedras calientes —por cierto un procedimiento de larga data conocido por las distintas poblaciones del continente— o “calapurca”, y que admite tanto el uso de la piedra dentro del animal o dentro de un recipiente con líquido, ello unido al asado a las brasas, a las cenizas (al rescoldo), a la parrilla, o como huatia (hoyo en la tierra). Asimismo, el hervido, la fermentación, el tostado y la cocción en hojas, junto a técnicas combinadas de conservación de los alimentos (como el asoleo; el tostado y el molido; la fermentación-asoleo; el congelado-asoleo, entre otras) fueron parte del patrimonio que los incas difundieron a lo largo y ancho del Tawantisuyu. Con esa tradición culinaria, en Perú —y en ciertas preparaciones en Chile— existe una cierta continuidad, como ocurre con la huatia, la pachamanca, el mote, el charqui, el maíz tostado, los chupes, el locro, la lawa, las salsas de ají, las diversas chichas, humitas, etc. (Olivas, 1998).

² Recordemos que el territorio desde Aconcagua hasta Chiloé fue habitado por este grupo, dominante asimismo en los mestizajes y cruces con los españoles en la zona central y sur. Los mapuches practicaban, sobre todo en la zona sur, más ajena a los influjos incas, la horticultura, la caza y recolección, así como una incipiente ganadería al arribo de los españoles.

Pero, no solo en tiempos prehispánicos hubo influjos importantes, sino durante el período colonial, y por cierto republicano, con el intercambio de productos alimenticios (charqui, miel y otros) (Olivas, 1996), y suponemos de recetas³ entre Chile y Perú. Por otro lado, el sistema de símbolos asociados al maíz y a la papa y sus correlatos sociales ponen en evidencia la importancia de estos alimentos en el mundo andino (Ossio, 1996), y como muchas de sus asociaciones, se encuentran también en el área chilena. El notable trabajo de Arnold y Yapita (1996) para Bolivia, deja de manifiesto la gravitación de la papa como alimento⁴ y su papel vital en los sistemas culinarios de los aymaras. La llamada “cultura del maíz” habría opacado a lo que estos autores denominan “cultura de la papa” que tendría su base tanto en el conjunto de valores, mitos y rituales asociados a ella, como su papel en la adivinación (los “ojos” de la papa son signos que auguran buena o mala producción), en los sueños y en su rol simbólico ligado a la vida y a la muerte. Por otro lado, la diversidad de especies cultivadas así como sus múltiples preparaciones y conservación (como chuño) darían cuenta de su relevancia como producto alimenticio. Por otra parte Arnold y Yapita constatan la existencia de una etnosemántica de la papa entre los aymaras, que clasifica y reconoce al menos 230 especies cultivables, construyendo una taxonomía de acuerdo a criterios de cultivo, resistencia a la helada, procesamiento y cualidad comestible.

³ Al menos en algunos recetarios de fines del siglo XIX y comienzos del XX hay secciones especiales para la comida peruana, y antes hemos encontrado recetas de platos clasificados en los libros de recetas como específicos de ese país. ⁴ Hay una gran discusión sobre el origen de la papa, algunos la sitúan en el mundo andino y otros en el sur chileno. Recientemente, los hallazgos arqueológicos de Monte Verde en el sur de Chile estarían arrojando su mayor antigüedad en esta zona del continente. Sin embargo, el tema del origen no nos parece tan relevante como el hecho de la “larga duración” de su consumo en las poblaciones prehispánicas y contemporáneas.

El espacio culinario chileno

Investigadores del folklore como Bernardo Valenzuela (1957) y Oreste Plath (1966) son los primeros que se ocuparon del tema de la alimentación desde la perspectiva de la descripción de ciertas preparaciones o platos ligados al universo rural y al mundo popular, gesto similar al que realizará el escritor Alfonso Alcalde (1972), sacando a luz ciertos emblemas alimenticios de la cultura popular dentro del contexto de divulgación y valorización de “lo chileno” que proponía el gobierno de la Unidad Popular. Pero, sin duda, las investigaciones en Chile estarán marcadas por el trabajo histórico de Eugenio Pereira Salas (1977) cuya hipótesis central es que la cocina chilena se nutre de tres tradiciones: la indígena, la española y las extranjeras, especialmente la francesa. En el primer caso, su aporte sería a través de las materias primas; en el segundo, en los hábitos y usos culinarios y en el tercero, en ciertas técnicas de preparación y en la “sofisticación” del consumo. Este autor aporta una importante descripción cronológica y nos permite también asomarnos a un conjunto de representaciones que forman parte del imaginario alimenticio chileno. Como por ejemplo, la escena “originaria” en la que Inés de Suárez salva de la destrucción indígena liderada por Michimalongo, de la recién fundada Santiago (el 11 de septiembre de 1541), dos cerdos, dos pollos y dos almuerzas de trigo. Estos productos, en el relato que construye nuestra cultura culinaria, tendrán una fuerte gravitación simbólica.

Por cierto, como en toda América, los españoles pusieron sus esfuerzos en el cultivo del trigo y en la tecnología para elaborar pan⁵. Pero, una de las constantes que registra Pereira son las frecuentes quejas de “hambre” de los españoles, sobre todo en los inicios de la conquista. Ello

⁵ Consigna, por ejemplo, en el Santiago de 1614, treinta y nueve molinos de agua, y el hecho que eran las mujeres indígenas quienes lo amasaban y producían para las casas y el comercio.

por su rechazo inicial a las comidas y productos de los mapuches⁶, pero también porque operó lo que hemos denominado “la guerra de las comidas” (Montecino, 2004). A diferencia de lo ocurrido en México, los mapuches nunca confundieron a los españoles con dioses y escondían la comida y el oro, persuadidos de que eran personas como ellos. Las “ovejas de la tierra” (huemules o guanacos) eran consumidos y las cosechas secretamente guardadas. Durante mucho tiempo, los españoles vivieron una escasez de alimentos y los mapuches vieron destruidas sus sementeras por éstos. Ambos sabían que sin comida es difícil asegurar la existencia. De este modo, el diálogo cultural y el mestizaje en torno a la comida se habrían producido, en los inicios de las relaciones interétnicas, por la compulsión de la guerra, donde cada bando asimilaba lo del otro sin poner en cuestión el carácter de sus productos. Más adelante, ambos “gustarán” de los alimentos de una u otra tradición, produciéndose las mezclas, adopciones y rechazos correspondientes.

Pereira nos informa que en los inicios la trilogía vegetal mapuche de maíz, papas y porotos será la base de la dieta de españoles e indígenas y que a fines del siglo XVI muchos guisos como el de chuchoca, el de cochayuyo, el de luche, las humitas, el pilco, el locro, convivían con las carnes y los pescados, constatando que el ají será parte de la alimentación desde muy antiguo. Por otro lado, coexistían tres tipos de panes de trigo: la tortilla al rescoldo, el pan español con grasa y miga, y el pan chileno aplastado y con mucha cáscara⁷. Sin duda, el aporte dulce a través de los postres provenía

⁶ Un bosquejo de estos productos nos entrega Walterio Meyer (1995): “Las plantas de cultivo eran, en primer lugar, el maíz, la quínoa y las papas, enseguida el madi, los porotos, zapallo y el ají: dos gramíneas que han desaparecido por completo: el bromas mango y la truya, suministraron harina... También los indígenas, antes de la conquista, sabían fabricar numerosos brebajes fermentados, valiéndose de los frutos y semillas silvestres de la exuberante flora araucana. Utilizaron las del litre, del maqui, de la luma y de la murtilla, de la quínoa y de la frutilla silvestre. La bebida araucana por excelencia fue la chicha de maíz, el mudai: obteniendo la levadura para la fermentación por medio de la saliva de la masticación de los granos por las mujeres”

⁷ Es muy posible que la preparación denominada catuto o miltrín, que define a una suerte de “pan” de maíz o trigo cocido y molido, también estuviera presente, pero para consumo exclusivo de los indígenas. Esta preparación ha perdurado a lo largo del tiempo, siendo frecuente su ingesta en la actualidad en sectores mapuches, campesinos y urbanos populares del sur de Chile, así como se mantiene entre campesinos de la zona central. También el catuto se ha convertido en uno de los emblemas de la identidad mapuche actual, presentado en las muestras culturales y otras ocasiones colectivas como uno de sus emblemas culinarios.

casi exclusivamente de la tradición española (como los suspiros de monja, las rosquillas de alfajor, las sopaipillas, los hojaldres, etc.) complementados con el consumo de frutas nativas (como la murtilla, el maqui, el molle, el peumo, chirimoya y lúcuma). El vino, desde muy temprano, fue un marcador gustativo común a españoles e indígenas, aunque éstos últimos preferían la chicha, y desde muy temprano también (1558) se promulga la ley seca por la afición que ambos tenían a las bebidas alcohólicas.

El autor sostiene que se producirá en el siglo XVII lo que denomina la “abundancia barroca”, otorgando un peso crucial a la venida en gran número de mujeres españolas que gravarán con su impronta a la cocina y cuisine de la época. El charqui de carne en este período será fundamental, así como la profusión de una repostería producida por las monjas. Se suman a los productos ya adoptados otros nuevos como el pavo y frutas como la sandía y los melones, las manzanas y duraznos. Del mismo modo se consolidan el mate y el chocolate como bebidas ampliamente ingeridas. El primero, signando al mundo popular y a las reuniones o tertulias, y el chocolate a la aristocracia en sus desayunos y fiestas. Pero será el siglo XVIII el que produzca un escenario más “cultivado” en los sistemas alimentarios de las élites: aparecen los tratados de “urbanidad”, diversas fábricas (de chocolates, panaderías, de fideos, etc.) y una preocupación gastronómica (las casas de las clases altas competirán por sus guisos y por las maneras de mesa). En las regiones aparecen platos emblemáticos o con denominación de origen como el “pavo mechado”, “lechoncitos en cuna de arrayán florido”, los quesos de Limarí, la torta de Combarbalá, en el norte chico. En el centro y sur el queso de Chanco, la chupilca, los sopones, el dulce de queule, el pulmay, chapalele, curanto etc. Este panorama alimenticio por cierto es el de las clases en el poder, el universo popular e indígena tenía como base de la dieta los porotos, el ají y la harina, el mote, la carbonada y diversos caldillos.

En las fiestas, fueron comunes las empanadas⁸, las sopaipillas⁹, la cazuela, los chupes, el pescado frito y en fondas y ramadas el asado al palo¹⁰. La chicha y el mate siguen siendo las bebidas populares y la introducción del té y el café, como una moda peruana, se acantona en las clases altas.¹¹

De este modo, Pereira plantea que a fines del siglo XVIII se puede ya hablar de la existencia de una “cocina chilena” fruto de la mezcla entre las tradiciones españolas y los productos nativos. A mediados del siglo XIX se constata la división entre una cocina aristocrática y una popular que comparte algunas preparaciones. Del mismo modo hay una separación clara entre los emergentes restaurantes y confiterías y las cocinerías y picante-rías. A fines de este siglo, el autor marca el influjo de la tradición culinaria francesa (con cocineros traídos para el servicio de las casas de la aristocracia y que luego abren sus propios restaurantes), así como los aportes de las colonias alemanas del sur y las italianas. En los inicios del siglo XX las mesas de las clases altas y las medias y bajas mantienen sus diferencias, más cercanas las dos últimas —gustadoras del mestizaje hispano-mapuche— y alejadas de la primera que se afrancesa e internacionaliza.

⁸ Eugenio Pereira consigna que ya en 1807 la empanada es un guiso reputado como “nacional” y que en 1652 hay rastros de su ingesta. Sin duda esta empanada “chilena” es fruto de un mestizaje como la denominación de “pinu” de su relleno lo indica (es una palabra mapuche que designa trozos de carne cocida). El pino consiste en un picadillo de carne, cebolla, pasas, huevos y ají. Es bien sabida la controversia que existe en América Latina sobre la “propiedad” de las empanadas: “Por todas nuestras repúblicas se entabla la muy conocida disputa sobre las “empanadas criollas”: cada país y aún cada región pretende que las suyas son auténticas; y en Chile mantienen que han de ser aceitosas hasta que el aceite escurra y gotee “por el cobdo ayuso” como la sangre de la espada de Minaya Alvar Fáñez” (Alfonso Reyes, 1998) ⁹ Pereira dice que derivan de la sopaipa árabe-española mestizadas en Chile con un baño de chancaca. ¹⁰ Es interesante destacar que todos estos platos que el autor relaciona con el mundo popular, campesino y de las clases bajas son hoy día preparaciones generalizadas en Chile —tanto en las clases medias como en las bajas como veremos en nuestro análisis de la cocina en Osorno, por lo cual podríamos hipotetizar que lo que se extendió como tradición fue la del mundo mestizo popular. ¹¹ Con el tiempo y sobre todo en las zonas urbanas, el té desplazará al mate en el mundo popular, el cual será signo de consumo de las provincias, del mundo campesino e indígena rural.

La argumentación de Eugenio Pereira no ha sido discutida y su modelo es el que prevalece para dar cuenta de la evolución histórica de “la” cocina en Chile. Nosotras hemos planteado (Montecino, 2004) que, desde una óptica de la antropología de la alimentación, es más preciso hablar de “las cocinas chilenas” pluralizando en la medida en que es visible un mestizaje entre lo mapuche y lo español como centro de las estructuras culinarias generales, pero también asumiendo la existencia de tradiciones propias, tales como las indígenas, las de la zona central, del norte, que confluyen con sus especificidades a un horizonte más complejo de cruces culturales y de distinciones. Lo mismo sucede con las marcas de clase, porque si bien las clases altas se “afrancesan” no es menos cierto que hacen coexistir en sus mesas platos internacionales con otros que podríamos denominar “criollos” en la nomenclatura de Pereira¹². Por otro lado, y siguiendo a Contreras y Gracia (2005) para hablar de una “cocina nacional” es preciso un medio (los recursos disponibles), una cultura (las tecnologías y usos) y una ideología (las creencias en torno a los alimentos). En este caso, Pereira avanza más bien en los productos y su devenir, pero no en los universos simbólicos e ideológicos que especificarían “lo chileno” en nuestras tradiciones culinarias.

Los estudios antropológicos sobre la alimentación en Chile no son abundantes y se han centrado más en el universo mapuche que en otros grupos indígenas. Rodrigo Valenzuela (1981) realiza un importante aporte al dar cuenta de las estructuras alimenticias de los pehuenches, descubriendo y describiendo las tríadas carnívora (sangre, vísceras y carne) y vegetariana (papas, hongos y piñones) que operan en esta tradición —que con diversos énfasis también se reconoce en las otras zonas mapuches— y que resultan claves cuando analizamos la alimentación del sur de Chile,

¹²Tenemos la hipótesis que las generalizaciones de este autor tienen relación con el poco desarrollo reflexivo del campo de alimentación en Chile y a la poca discusión teórica sobre él mismo. Con ello no queremos decir que no se trate de un texto valioso sino que sus interpretaciones se ven limitadas por la falta de modelos específicos sobre la cocina y *cuisine*.

como es nuestro caso. En la tríada carnívora, la sangre es consumida como “apoll”¹³, “ñachi”¹⁴ y “ricoll”¹⁵. Las vísceras, por su lado, se consumen crudas¹⁶, hervidas o ahumadas. Por su lado, la carne admite un consumo crudo, asado¹⁷, hervido y seco¹⁸. Cada una de estas técnicas de preparación están asociadas a consumos cotidianos, festivos y rituales y tienen asimismo un correlato de género. Es interesante señalar que la carne hervida se ingiere como guiso o como caldo, y en esta última modalidad posee una clasificación que va desde los caldos más o menos espesos hasta los más o menos líquidos.

En cuanto a la tríada vegetariana, los piñones que son parte central de la dieta pehuenche (o gente del piñón) son preparados en una serie de modalidades (tostados, hervidos, fermentados y crudos) y consumidos como harinas, panes y bebidas (chavid o chicha), así como conservados por hidratación o deshidratación. Las papas cocidas en cenizas o en el agua, así como fermentadas y conservadas (por secado o en hoyos) conforman un importante alimento, así como los hongos crudos, fritos y cocidos. Por último, no podemos dejar de mencionar la presencia de una “narrativa” sobre la cocina chilena producida fundamentalmente por poetas quienes han creado imaginarios culinarios que se anclan en platos, regiones y productos. Entre ellos, el notable texto de Pablo de Rokha “Epopéya de las Comidas y Bebidas de Chile” (1969) constituye una verdadera exégesis poética de la cocina popular. Por su lado, Pablo Neruda construyó en un poema al caldillo de congrio como un plato-emblema y a La cebolla como un objeto de múltiples sentidos.

¹³ Al animal degollado se le corta la tráquea, entrando la sangre a los pulmones, al mismo tiempo se condimentan con sal y ají. Cuando el animal muere asfixiado se abre y se le extraen los pulmones para hervirlos y consumirlos.

¹⁴ El animal es atado por las patas y colgado. Se le hiere la yugular y la sangre que escurre es recogida en vasijas condimentadas con sal, ají, cebollas y cilantro. Se consume cuando la sangre se cuaja.

¹⁵ En este caso la sangre se bebe directamente sin cuajar y sin condimentos.

¹⁶ Aunque se entienden como “cocidas” por el trapi o ají.

¹⁷ Admite las variantes de asado en piedras calientes, sobre las brasas o en las brasas. El primero, supone rellenar el interior del animal con piedras calientes y se le coloca al lado del fogón.

¹⁸ Hay dos modalidades de carne seca: al humo o al aire (expuesta al sol sin tratamiento) y que se denomina charqui.

Por último, la poeta Delia Domínguez con “Clavo de Olor” (2004) y Huevos Revueltos (2000) inscribe sabores, aromas y especias en sus poemas dedicados a Osorno.

Algunos conceptos para definir las cocinas

La cocina será la que defina en todas las sociedades nuestro carácter humano. El fuego tiene el papel crucial de marcar el tránsito de la naturaleza a la cultura por cuanto hace posible que lo crudo se transforme en cocido. De ese modo, la operación culinaria de lo cocido a través del fuego permite la emergencia de lo humano. Lévi Strauss será el primer antropólogo que establezca una diferencia entre “cocina” y cuisine, inaugurando asimismo la categoría del “gusto” como un elemento fundamental a la hora de distinguir a las culturas. La cocina será entendida como las técnicas de preparación de los alimentos y la cuisine como el consumo de los alimentos y las maneras de mesa. El análisis de esta última —por cierto desde bases lingüísticas— es la que lo conduce a plantear que en todas las sociedades existen gustemas, es decir unidades mínimas del gusto que se definirán bajo la oposición marcado/no marcado; endógeno/exógeno; dulce/agrio, entre otras.

Mary Douglas aportará al estudio de las cocinas con varios conceptos, siendo el central el de “situación alimentaria” (toda circunstancia en la que se ingieren alimentos) que permite conocer la existencia de situaciones ordinarias y excepcionales; asimismo se distingue la “situación estructurada” (que opera según reglas que prescriben el lugar, el tiempo y la sucesión de actos en que se come), el snack (situación alimentaria no estructurada en que se ingieren dos o más alimentos, sin reglas) y la comida (situación alimentaria sometida a reglas de combinación y sucesión).

Por otro lado, la propia Douglas propone un modelo que contempla tres grandes categorías de análisis: en primer lugar, lo que denomina “variables” de los sistemas alimentarios que se relacionan con la cantidad, el color, el olor y las principales oposiciones (dulce/salado; líquido/sólido; insípido/picante; entero/ picado; asado/hervido). En segundo lugar, las “dimensiones” que comprenden: lo socioeconómico, lo estético y lo culinario. La dimensión socioeconómica supone el análisis de los costos en dinero, trabajo y tiempo invertido, así como los lugares y equipamiento doméstico. Lo estético pondrá énfasis en los colores y en las formas. La estética de los alimentos se liga también a oposiciones y reglas de

combinación, lo geométrico, lo líquido, las partes, lo grande y lo pequeño, entre otros, tendrán su correlato y serán indicadores de las relaciones sociales. En tercer lugar, lo culinario propiamente tal, vinculado a los contenidos (que dan cuenta de los alimentos base, del régimen alimenticio de un grupo), a las texturas (lo húmedo, lo duro, lo crujiente, etc.), al gusto (picante, dulce, salado), a la temperatura, los olores y los fondos de cocción.

Por último, Jesús Contreras nos ayuda a precisar aspectos ligados a la alimentación, la cocina y las identidades culturales. La preocupación de este autor es acercarse a las estructuras de los comportamientos que producen tradiciones específicas sobre qué comer, cómo preparar los alimentos y con quiénes consumirlos. Da cuenta de los modelos propuestos por Farb y Armelagos (1985) y Rozin y Rozin (1981) quienes proponen cuatro elementos para dar cuenta de esas tradiciones. Primero, un número limitado de alimentos que se seleccionan del medio, a través de criterios de facilidad de acceso y de las cantidades recogidas en función del desgaste de energía. Segundo, un modo característico de preparar los alimentos (cortados, asados, fritos, etc.). Tercero, los principios de condimentación del alimento base de cada sociedad y cuarto, el conjunto de reglas que definen el número de comidas diarias; el comer solo o en grupo; la diferencia entre alimentos cotidianos y rituales; los tabúes. Estos cuatro elementos, de acuerdo a estos autores, definirán una cocina.

Contreras piensa que de todos ellos el más importante es el principio de condimentación, pues éste caracteriza, identifica y da continuidad a una cocina. Sería el elemento más resistente a desaparecer, pues juega un papel crucial en la identificación de cualquier plato. Da ejemplos como el del binomio soya/ jengibre en la cocina china, cebolla, pimienta y manteca en Hungría, los ajíes en América Latina, entre otros. Sin embargo, sostendrá que la cocina es mucho más que ingredientes básicos, procedimientos y principios de condimentación, sino que se constituye de un “conjunto de reglas, de usos, de prácticas, de representaciones simbólicas y de valores sociales, morales, religiosos y sanitarios”, justamente porque las cocinas poseen una dimensión étnica, nacional o regional.

De esa manera Contreras se pregunta cómo definir una cocina nacional sosteniendo que ésta supone “aquellos alimentos y modos de prepararlos que son considerados normales, propios o específicos de un determinado país, y que en esa misma medida constituyen un aspecto de su identidad como grupo”. Así la cocina nacional es considerada por los

miembros de esa comunidad como algo dado, que no requiere de mayores explicaciones, que no se reflexiona sobre ella salvo cuando hay cosmopolitismo, relaciones interculturales o interacciones con otras poblaciones. En esos casos se toma conciencia de las particularidades.

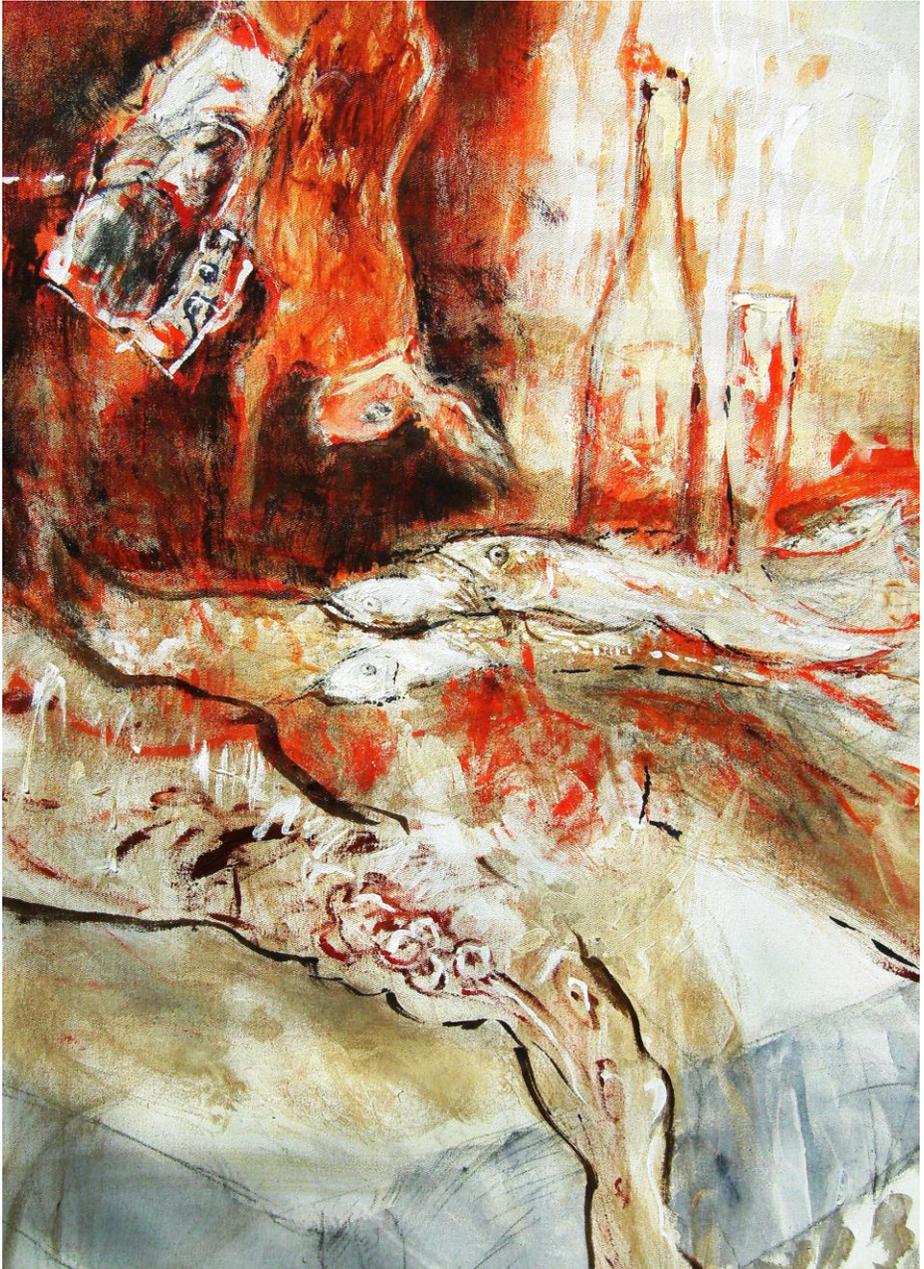
Este autor planteará así tres elementos centrales en la definición de una cocina: un medio determinado (disponibilidad de productos alimenticios), una cultura (tecnologías de producción y preparación de alimentos dentro de un sistema social y económico determinado) y una ideología (conjunto de creencias ligadas a la alimentación y a su lugar dentro de la sociedad). Por último, dirá que una cocina se constituye a partir de tradiciones de distintas regiones y requiere de un conjunto de sujetos que la reproduzcan y que le den importancia al placer de consumir determinados alimentos. Por otro lado, el paisaje hace a una cocina y la diversidad del paisaje supone una cocina diversa. Actualmente, la frase que define a las cocinas sería, según Contreras, “la cocina de un país es la de los productos presentes en sus mercados puestos en la cazuela”.

III. UN MENÚ EN TRES CIUDADES DE CHILE

IQUIQUE

*“Cuelgan los peces de la cola,
brillan los peces derramados,
demuestran su plata los peces,
aún amenazan los cangrejos.
Sobre el mesón condecorado
por las escamas submarinas
sólo falta el cuerpo del mar
que no se muere ni se vende”*

PABLO NERUDA, “PESCADERÍA”



Bodegón del Norte

Reseña de Iquique

*I*quique delata su pasado precolombino en tanto espacio en donde moraron pueblos como los changos o camanchacos, que subsistían en sus costas. Sin embargo, su nombre es aymara y, de acuerdo a investigadores locales su significado sería sueño o “lugar para dormir, cama”. Esa cualidad del actual puerto provendría de la idea de que los habitantes de la precordillera al llegar al mar, como consecuencia del cambio de altura, sentían deseos de descansar y dormir. Otros piensan que el nombre deriva de la gran cantidad de lobos marinos y de aves que se asentaban en sus roqueríos y de allí emerge la comparación con “descansar y dormir”. No obstante la ciudad puerto ha tenido variadas denominaciones a lo largo de la historia: Puerto de Tarapacá, Icaiza, Ique Ique o Nuestra Señora de la Concepción de Ique Ique y será a comienzos del siglo XIX que adquirirá su actual nombre.

La ciudad de Iquique se ubica a 1.845 km de Santiago y a 370 km de Arica. Está emplazada sobre una terraza rocosa de abrasión marina muy estrecha, cuya altitud varía entre 0 y 125 metros.

El clima de la zona es desértico costero, influenciado por la masa marina y la Corriente de Humboldt. Se caracteriza principalmente por los nublados abundantes, baja oscilación y amplitud térmica en otoño, invierno y parte de primavera, situación que cambia en verano, cuando las temperaturas llegan a duplicarse y la oscilación aumenta. Asimismo, es una de las ciudades más secas de Chile por sus casi nulas precipitaciones.

La presencia humana en lo que actualmente es Iquique, se remonta a más de cuatro mil años, periodo en que tribus nómades y semisedentarias se asentaron desde la playa El Colorado, por el norte, hasta El Molle, por el sur. Dentro del radio urbano existen vestigios claros de presencia humana hace más de mil años. Restos encontrados en Playa Brava, Cavancha, el

muelle de pasajeros, La Puntilla y El Morro, entre otros, lo han evidenciado en la zona¹⁹. Se piensa que hacia el siglo XV se habría producido el dominio inca en la zona, convirtiéndose en parte del Coyasuyo.

Una vez iniciada la conquista española, la actividad del caserío indígena no varió mayormente al menos hasta 1556, cuando comienza la explotación del mineral de plata de Huantajaya. El rol de Iquique durante ese período se limitó a ser el puerto de desembarque de trabajadores y aventureros, y de descarga de productos.

Las limitadas perspectivas comerciales del enclave se debieron en gran parte al escaso número de habitantes residentes durante el período colonial. En 1681 un navegante inglés, de paso por el puerto, lo describía como un conjunto de veinte casas habitado por no más de cincuenta personas.

El resurgimiento de Iquique comenzará en 1828. Ese año el gobierno peruano permitió la exportación de desmontes de Huantajaya. Además, en mayo de ese año el Presidente La Mar autorizó a Juan Alba para explotar y exportar salitre, exportando por el puerto más de ochocientas toneladas de nitrato. Cuatro años después los envíos se habían sextuplicado.

La bonanza generada por la venta del salitre incrementó levemente el número de habitantes. Mientras en 1824 el número de habitantes no pasaba de los cien, en 1833 superaba los seiscientos. Buena parte de los nuevos residentes eran extranjeros. En 1826 los británicos George Smith y William Bollaert se vincularon a la industria del salitre y prepararon el primer mapa general de la provincia, radicándose en Iquique por años.

Luego de la Guerra del Pacífico, en 1884 Iquique pasa a ser parte del Estado Chileno, nombrando como alcalde al ingeniero Francés don Eduardo Lapeyrouse.

En 1907 la ciudad fue conmocionada por la masacre de la Escuela Santa María, cuando el ejército, al mando del general Roberto Silva Renard, abrió fuego contra un grupo de cerca de 8.500 obreros de las salitreras

¹⁹ Donoso Rojas, Carlos. El puerto de Iquique en tiempos de administración peruana. *Historia (Santiago)* [online]. 2003, vol.36 [citado 2009-07-16], pp. 123-158. Disponible en: <http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-71942003003600005&lng=es&nrm=iso>. ISSN 0717-7194.

del interior que habían marchado a la ciudad en protesta por condiciones de trabajo dignas. La masacre dejó un saldo discutible de muertos (las cifras según distintos historiadores hablan desde 200 hasta 3.000 muertos), entre hombres y también mujeres y niños.

El fin de la segunda guerra marcó el inicio de la crisis del Salitre, con la invención e industrialización del salitre sintético y la pérdida de mercados para el salitre natural. Iquique, que en ese momento contaba con 40.000 habitantes (la cuarta más poblada de aquellos años), todos dedicados a la industria del salitre, se vio seriamente golpeada por la baja de las ventas de este producto. La recesión hizo que millares de trabajadores fueron absorbidos por la ciudad, generando altos índices de desempleo y pobreza; la ciudad se estancó por casi 30 años hasta que se impulsó la industria pesquera, que gravitó en la economía local por otros 25 años más. En ese punto Iquique pasó de ser primer puerto salitrero a primer puerto exportador de harina de pescado. En 1975, se da inicio a la Zona Franca de Iquique.

Actualmente Iquique cuenta con cerca de 240.000 habitantes, quienes viven principalmente de la minería del cobre, el turismo y el comercio generado por la Zona Franca.

La ciudad cuenta además con una importante población indígena, principalmente aymara, quienes se han vinculado al mundo del transporte y el comercio. Asimismo, existe una importante presencia de peruanos en la ciudad, además de descendientes de africanos y chinos, así como de colonias (como la yugoeslava y la hindú) lo que constituye a Iquique en una ciudad marcadamente pluriétnica.

Uno de los principales centros de abastecimientos de Iquique es el terminal. En él es posible encontrar una amplia gama de productos provenientes de las quebradas de Camiña, Tarapacá y Sibaya, desde donde se cosechan betarragas, zanahorias, choclos y ajos, (estos últimos característicos de esta zona y muy apetecidos por los Iquiqueños). Por su parte, desde el Valle de Azapa llegan vegetales como porotos verdes, tomates y brócolis.

En este centro de abastecimiento, también es posible encontrar productos traídos de los países vecinos Perú y Bolivia, como camotes, yucas, ollucos, papa lisa, papa chuño. Asimismo, condimentos utilizados en la gastronomía del norte, los que en su mayoría son traídos desde Perú: palillo, siyau, sibaritas, etc.

Menú de Iquique



Aperitivo

TUMBO SOUR

INGREDIENTES

300 gr de pulpa de tumbo
375 cc de pisco de 35°
½ taza de azúcar granulada disuelta en un poco de agua hirviendo
½ cubeta de hielo

PREPARACIÓN

Se ponen todos los ingredientes en una licuadora y se licua. Luego, se cuela dos veces para eliminar las pepas del tumbo y se sirve en copas, bien helado

EMPANADA DE CHARQUI DE LLAMA

12 unidades

INGREDIENTES RELLENO

250 gr de charqui (preferencia de llama)
80 gr de manteca
250 gr de cebolla
Sal
Pimienta
Comino
Ají de color

INGREDIENTES MASA

500 gr de harina
10 gr de sal
100 gr de manteca
50 cc de vino blanco
1 pizca de polvos de hornear
150 a 200 cc de agua caliente
Aceite para freír

PREPARACIÓN DE LA MASA

Se cierne la harina y se forma un aro. Se agrega en el centro la sal, los polvos de hornear y la manteca.

Luego, se agrega el agua caliente y se va formado la masa con la ayuda de una cuchara para no quemarse. Se siguen incorporando todos los ingredientes con la mano y se amasa para obtener una textura suave y elástica.

Se reserva la masa en un lugar tibio para que no se endurezca y se van separando pequeños trozos para uslerarlos y formar los discos.

PREPARACIÓN DEL RELLENO

Se corta la cebolla en cuadritos pequeños. Se hierva el charqui, partiendo de agua fría, por 20 minutos y se guarda el agua de la cocción. Se desmenuza el charqui con la mano y se machuca en el mortero.

Luego, calentar la manteca y sofreír la cebolla por 40 minutos a fuego suave.

Se agrega el charqui desmenuzado y se condimenta con sal, pimienta, comino y ají de color.

Si se seca mucho, se le puede agregar agua de la cocción del charqui.

Se aliña y se lo deja reposar en frío. Ideal dejarla de un día para otro o de la mañana para la tarde.

Finalmente, se forman las empanadas y se fríen en aceite.

Entrada

PEJERREYES AL DEDO

6 Porciones

INGREDIENTES

24 pejerreyes pequeños
200 cc jugo de limón de pica
2 dientes de ajo picado muy fino
2 cucharadas de cilantro picado
Optativo 4 cucharadas de cebolla picada muy fina
Sal
Pimienta y comino

PREPARACIÓN

Los pejerreyes se deben limpiar muy bien, retirando las aletas y todas las espinas. Luego se disponen en forma ordenada en una budinera de acero inoxidable o de vidrio.

Se condimentan con ajo, sal, pimienta y comino, rociándoles con el jugo de limón colado.

Se deja reposar en frío por dos horas y antes de servir, se agrega el cilantro picado.

De manera optativa se le puede colocar cebolla picada muy fina y bien lavada.

Tradicionalmente se sirve con hojas de lechuga y tajadas de papas cocidas.

Plato Principal



PICANTE DE CONEJO

6 Porciones

INGREDIENTES

- 1,5 conejos trozados
- 5 cucharadas de aceite
- 1 cebolla cortada en pequeños cubos
- 1 taza de caldo de pollo
- 1 kilo de papas cocidas con cáscaras
- ½ taza de perejil picado
- 4 dientes de ajo picado fino
- 1 cucharada de palillo o 1 cucharada de sibaritas
- Sal
- Pimienta y comino
- 2 huevos duros

PREPARACIÓN

Se calienta el aceite en una olla y se dora el conejo por todos sus lados. Se retira el conejo y en la misma olla se sofríe el ajo, la cebolla y el perejil. Luego, se devuelve el conejo a la olla, junto a la taza de caldo.

Se condimenta con sal, pimienta, comino, palillo o sibaritas y se deja cocinando a fuego suave por una hora aproximadamente, revolviendo constantemente.

Cuando el conejo esté listo, se le añaden las papas cocidas y peladas, apretándolas y reventándolas con la mano.

Finalmente, se sirve el conejo espolvoreado con cilantro y huevo duro picado.

Se puede acompañar con arroz blanco o con chuño puti.

Postre

QUINUA CON LECHE

6 Porciones

INGREDIENTES

200 gr de quinua

600 cc de leche

150 gr de azúcar granulada

Cáscara de naranja (sin la parte blanca)

2 clavos de olor

1 rama de canela

PREPARACIÓN

Se lava la quinua repetidas veces, hasta que el agua salga transparente. Se coloca en una olla con leche, cáscara de naranja y las especias.

Se cocina a fuego suave, hasta que la quinua reviente.

Cuando la quinua esté cocida, se agrega azúcar.

Se deja reposar y se refrigera.

Se sirve en copas, se puede acompañar espolvoreando canela en polvo, con salsa de frutas o con tajadas de dulce de membrillo.

También se le puede agregar a la quinua, antes de servir, una selección de frutos secos picados.

ACEITUNA DE AZAPA

Los iquiqueños consumen de manera frecuente estas aceitunas. Hasta el día de hoy el valle de Azapa es el principal proveedor y su producción se remonta por lo menos a la segunda mitad del siglo XVI; pero, no alcanzó su apogeo como producto principal de vinculación mercantil del valle hasta el siglo XVIII, de la mano de agricultores migrantes y afrodescendientes, consolidándose así como uno de los principales cultivos de la zona hasta nuestros días. (Henríquez, 2001).

Actualmente, esta especie es el eje agrícola del citado valle, cultivándose principalmente la variedad Azapa para aceitunas de mesa. Esta variedad se caracteriza por ser un ecotipo perfectamente adaptado a la zona. La producción estimada del valle de Azapa es de 9.800.000 kg por año, de la cual casi la totalidad está destinada a la aceituna de mesa.

HENRIQUEZ, Francisco. Productos y organización técnica en Azapa durante el siglo XVIII: poniendo chacra de ají, cogiendo aceitunas. *Chungará* (Arica) [online]. 2003, vol. 35, n.1 [citado 2009-06-27], pp. 125-140. <http://germanlafuente.blogspot.com/2007/08/aceitunas-del-valle-de-azapa.html>



CHUMBEQUE

La historia del chumbeque tiene su origen en la migración asiática al norte de Chile, durante la época del Salitre. Kaupolin Koo Kau llegó a nuestro país en 1920, donde fue inscrito como Ernesto Koo Flores. Al igual que la gran mayoría de los emigrantes asiáticos, trabajó un buen tiempo en las Salitreras, donde conoció a su mujer Petronila Bustillo Sandoval, quien tenía por oficio la preparación de dulces y confites. La historia familiar cuenta que el matrimonio tuvo la idea de mezclar una antigua receta de Cantón para hacer alfajores, con los productos que disponían en Tarapacá. Así fue como nació el chumbeque, cuya receta ha sido transmitida familiarmente, manteniéndose la tradición, haciendo de este producto lo más característico de la cultura culinaria iquiqueña relacionada a los dulces.

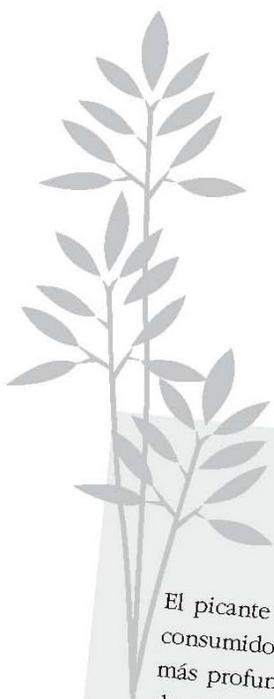


CHARQUI

Los primeros españoles que llegaron a tierras del actual territorio del Perú, cuentan que desde Motupe, en el actual departamento de Lambayeque, hasta Piura los alimentos más comunes eran el pescado y las carnes hechos pedazos y expuestos al sol, que llamaban "charqui" (Juan Ruiz de Arce (1545) 1968, t. I:420; Francisco de Jerez (1535) 1968, t. I:214). Un cronista afirma que las carnes y pescados se enjugaban y luego se secaban a sol en la costa para guardarlos o llevarlos en viajes cortos o largos. ((1653) 1956, t. II:245). (Olivas, 2001: 114)

Sin embargo, algunos investigadores sostienen que la palabra charki no es quechua como se cree, sino que resulta un muy probable arabismo. Esto debido a que no hay mención de la vianda charki en crónicas sobre comidas del Incaio, ni en los primeros tiempos de la conquista española. (Ibid, 1996: 161)





PICANTE

El picante es un tipo de plato extensamente consumido entre los peruanos, arraigado en lo más profundo de su cultura culinaria. Dentro de este contexto, es entendido como porciones de comida que se regala en las “Picantearías” a los consumidores como una forma de incitar a seguir bebiendo.

No es necesariamente un platillo muy condimentado, sino al que se le añade algo de llactán o ochukuta, nombre que toma el rocoto molido en el Cuzco.

Algunos picantes son de antiguo origen, probablemente descendientes de recetas prehispánicas, como el pesq'e de quinua, un guiso simple, casi sin aderezo, el soltero o el naboshawcha. (Olivas 1996:121). Asimismo, es innegable en Perú la influencia de la cocina china en este plato.

Su presencia en la cocina iquiqueña da cuenta de un sistema de préstamos y adquisiciones, propio de la zona andina, que trasciende las fronteras nacionales.



MANGO

Originario de Malasia y conocido en Asia desde hace mucho tiempo, el mango se introdujo en África y luego en América del Sur, hacia el siglo XVI. En Asia y en las Antillas se utilizan mangos todavía verdes, crudos o cocidos, como entremeses y guarniciones de carnes y pescados.

Los mangos maduros acompañan ciertos platos, pero sobretodo participan de las ensaladas compuestas y sirven para preparar sorbetes, confituras, mermeladas y jaleas. (Larousse Gastronomique, 2004:673)

QUINUA

Planta originaria del altiplano andino, que también se conoce como quinoa. Se usan sus semillas cocidas para mezclar con la harina de trigo y sus partes verdes se usan como verdura o ensalada. Quinoa significa “cereal madre” y crece en los Andes a partir de una altura de 3.000 metros. Fue muy apreciado por los Incas quienes la consideraban como hierba sagrada. Contiene más proteínas y el doble de hierro que el trigo, es rico en calcio, potasio, magnesio, zinc, entre otros. Ningún otro cereal contiene tantas proteínas como la quinoa. Este cereal actualmente es el alimento base de muchos pueblos en las montañas de Perú, Bolivia, Chile y Ecuador.

(Diccionario Práctico de Gastronomía y Salud, 2007:926-927)



Picadas de Iquique

Restaurante San Lorenzo

Plaza pueblo de Tarapacá

Este local se encuentra en el pueblo de Tarapacá en la quebrada que lleva el mismo nombre a 102 km al noreste de Iquique. Ubicado en las antiguas dependencias del convento del pueblo, muestra las expresiones gastronómicas más tradicionales de la zona. Este espacio fue durante mucho tiempo el parabién del pueblo, en el que se realizaban las comidas para alimentar a los invitados y al pueblo durante las fiestas del Santo.

Después del terremoto del 2005, gran cantidad de casas se cayeron y también la iglesia, con lo cual se destruyó el restaurante. Actualmente sigue funcionando en un local al lado del original, frente a la plaza. Allí se ofrecen, entre otras cosas, Kalapurka, picante de conejo, picante de pata con guata, estofado de llama, estofado de cordero, cazuelas de llama y cordero.

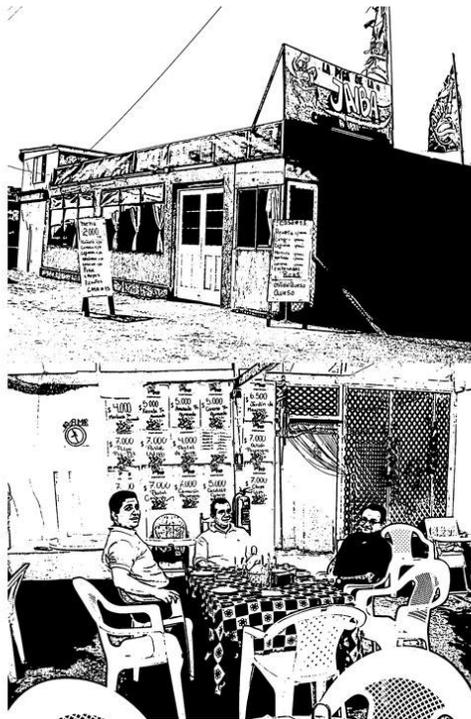


Restaurante La Picá de la Jaiba

Caleta Los verdes casa 5

Este restaurante se encuentra ubicado en la Caleta Los Verdes, 21 km al sur de Iquique. En el año 1985 un grupo de pescadores y mariscadores de diferentes sectores del norte de Chile se instalaron en la playa Los Verdes como punto de encuentro y desembarco de los productos recolectados en forma artesanal a las orillas de la playa. El grupo fue creciendo, formando una población al otro lado de la carretera. En el año 1994, instalan el primer restaurante. Actualmente la población de la caleta cuenta con 10 expendios de comida y una pequeña feria de productos del mar.

En la Picá de la Jaiba, casa 15, podemos encontrar una gran variedad de pescados y mariscos representativos de la zona: Papaniagua, Cabrilla, Mulato, Pejesapo, Pejeperro y Erizos de la zona, entre otros. Además, ofrecen empanadas de mariscos y el tradicional Sándwich de pescado frito característico de la ciudad.



Restaurante Shalom

Mercado Centenario 2º piso

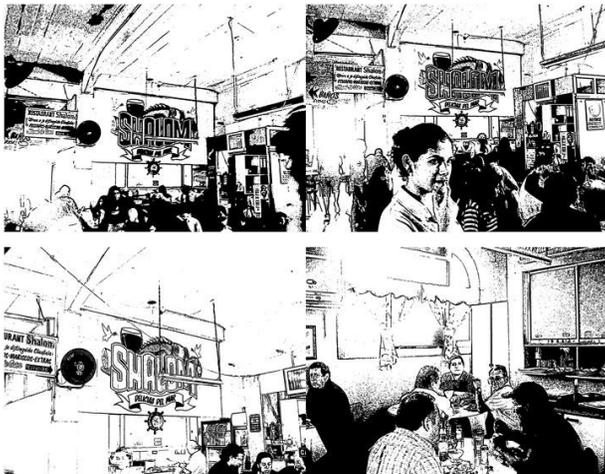
Este restaurante se encuentra en el segundo piso del Mercado Centenario, locales 93, 95 y 96.

El mercado fue construido en el año 1930, y constituye una visita obligada para turistas tanto nacionales como internacionales.

En las cocinerías y restaurantes del mercado, encontramos una rica cultura gastronómica ya que en ellas no sólo trabajan chilenos, sino que también peruanos, bolivianos y ecuatorianos, quienes han enriquecido las preparaciones con sus particulares saberes culinarios.

Aparte de las cocinerías, el mercado cuenta con 100 locales comerciales dedicados a la venta de frutas, carnes, pescados y mariscos, entre otros.

En el Restaurante Shalom encontramos el menú típico Iquiqueño, que consiste en una ensalada, una cazuela y el plato de fondo, que puede ser pescado frito, pollo arvejado, picante de mariscos, chuletas, etc. Además se pueden consumir preparaciones en base a pescados y mariscos, como picante de pulpo o lapa, pastel de jaiba, chupe, paila, peroles, ceviches, etc.



SANTIAGO

*“Pero ríe el tomate a todo labio.
Se abunda, se desmaya la delicia
de su carne gozosa
y la luz vertical entre a puñales
en la desnuda prole tomatera,
mientras la palidez de las manzanas
compite con el río de la aurora
de donde sale el día a su galope,
a su guerra, a su amor, a sus cucharas”.*

PABLO NERUDA, “ATENCIÓN AL MERCADO”



Bodegón del Centro

Reseña de Santiago

El 12 de febrero de 1541, Pedro de Valdivia funda oficialmente la ciudad que llamó *Santiago del Nuevo Extremo*, en honor al Apóstol Santiago, patrono de España. Con el tiempo y la Independencia, la ciudad pasó a llamarse simplemente Santiago.

La ciudad de Santiago se encuentra ubicada en una cuenca geográfica de la zona central de Chile cercada por tres sistemas de relieve: la cordillera de los Andes, la depresión intermedia y la cordillera de la Costa. Esta cuenca es atravesada por varias corrientes fluviales, todas las cuales convergen en el río Maipo, lo que hace de esta zona un ecosistema sumamente fértil. En cuanto a su temperatura, disfruta de un clima templado y apacible, con temperaturas relativamente moderadas. (De Ramón, 8).

Las primeras ocupaciones en este sector han sido datadas del año 10.000 a.c. y corresponden a grupos cazadores recolectores que se movían entre los valles y el litoral.

Hacia el siglo X de nuestra era se habría generado una homogeneización cultural en la zona, correspondiente a lo que ha sido llamado el “Complejo Aconcagua”. Estos grupos ya habían desarrollado agricultura, así como incipientes asentamientos de diez o quince chozas. Por su parte, la invasión y ocupación Inca en la zona se habría producido durante la segunda mitad del siglo XV y siglo XVI. (De Ramón, 15)

La ciudad de Santiago fue fundada por el imperio español el 12 de febrero de 1541, específicamente por Pedro de Valdivia quien escogió asentarse en el valle del río Mapocho, pues consideraba que la numerosa población indígena que allí habitaba era demostración evidente del provecho agrícola de sus tierras. Para garantizar la provisión de agua y su protección, la villa fue levantada entre dos brazos del río, y al amparo del cerro Huelén.

Junto con el emplazamiento físico de la villa, los primeros colonos se organizaron políticamente en un cabildo, institución española de origen medieval en la cual la comunidad confía la administración de la ciudad a los vecinos más importantes.

Al inicio de la conquista este asumió el gobierno de todo el territorio, con el objeto de enfrentar las dificultades políticas y militares que imponía la resistencia mapuche.

Según lo señalan las crónicas, los primeros años del asentamiento fueron duros y esforzados. Sin embargo, transcurridos diez años de su fundación,

Santiago logró consolidar su posición gracias a que la habilitación de un puerto en la bahía de Valparaíso le permitió recibir, con mayor frecuencia, refuerzos y provisiones desde el Perú, mientras que el enfrentamiento con los indígenas se trasladó varias regiones hacia el sur.

Durante los doscientos primeros años desde la fundación de Santiago, la ciudad estuvo dominada por la aristocracia criolla. Sin embargo, hacia mediados del siglo XVII, al igual que en toda Latinoamérica, burócratas y mercaderes comienzan a tener cada vez más poder dentro de la estructura social, desplazando a la antigua sociedad señorial.

Así, hacia 1850 Santiago ya se había consolidado como la principal ciudad del país, logrando retener el control tanto político como económico. Durante esta misma época, la ciudad sufre una serie de procesos de modernización y crecimiento, en gran medida producto de las migraciones de las clases altas provincianas y de grupos extranjeros que permearon muchas de sus costumbres a la sociedad Santiaguina. (De Ramón 2007: 137) Fue durante esta época también que el entonces intendente Benjamín Vicuña Mackenna diseñó el primer trazado urbano de Santiago, creando entre otras cosas, el cerro Santa Lucía y el Camino de cintura.

Entre los años 1872 y 1930, la ciudad sufre un gran crecimiento, viendo aumentar tanto su espacio urbano, como su población, la que pasó de 80.000 en 1835 a 712.533 en 1930 (Ibid: 185). Este explosivo aumento de la población se debe en gran parte a las intensas migraciones de campesinos y mineros, durante ese periodo.

Con ello, Santiago inició un proceso de desarrollo acelerado y vertiginoso que terminó por transformar completamente la fisonomía de la Ciudad.

Paralelamente, fue aumentando el poblamiento de los bordes urbanos. Hacia el oriente, por acción de las clases medias y altas; hacia el norte, por los estratos bajos; y hacia el occidente y el sur por sectores medios y bajos. En tanto, el centro disminuyó su población y se convirtió progresivamente en un polo administrativo y comercial.

Actualmente, Santiago es la capital económica, política y cultural de Chile, concentrando a cerca de 5,5 millones de habitantes, en una extensión de 640 kms². Además cuenta con una población cada vez más pluricultural. Cabe destacar que según los datos del último censo, entre los años 1992 y 2002 llegaron al país un promedio de 19 mil inmigrantes, principalmente peruanos y argentinos, la mayoría de los cuales se ha establecido en Santiago. Al mismo tiempo una gran cantidad de población mapuche, aymara y rapanui se asienta en la urbe.

En cuanto a los sistemas de abastecimiento, la ciudad posee un gran centro de acopio de frutas y verduras (Lo Valledor), además de un importante mercado de abastecimiento (Vega Central) ubicado en el centro de la ciudad y de una compleja y extensa red de ferias libres ubicadas principalmente en las comunas periféricas de Santiago (la asociación chilena de organizaciones de ferias libres, estima cerca de 4000 patentes de ferias extendidas en toda la ciudad). Asimismo, cuenta con centros de acopio de pescados y frutos del mar, siendo los más importantes el mercado central y el puerto. Y por último, una extensa red de supermercados y megamercados.

Menú de Santiago

Aperitivo

TERREMOTO

INGREDIENTES

1 litro de vino pipeño

½ litro de helado de piña

Optativo gotear fernet, granadina o agua ardiente

PREPARACIÓN

Se sirve el vino pipeño en un jarro o en vaso grande (usado para mote con huesillo). Se agrega helado de piña en la superficie. Gotear a gusto fernet, granadina o agua ardiente

PICHANGA

4 porciones

INGREDIENTES

150 gr de pernil de cerdo

2 Huevos duros

150 gr queso chanco

150 gr arrollado de cerdo

150 gr lengua de vacuno

100 gr Aceitunas negras

Sal, aceite

PREPARACIÓN

Se cortan todos los ingredientes en cubos regulares y luego se montan en un plato, condimentados con sal y aceite. Generalmente, se acompaña con marraqueta y pasta de ají cacho de cabra.

Entrada

EMPANADAS DE PINO AL HORNO

8 unidades

MASA

½ kg de harina
125 gr de manteca
½ cucharadita de polvos de hornear
50 cc de vino blanco
1 cucharadita de sal
¼ taza de agua tibia

PREPARACIÓN DE LA MASA

Se forma un aro con la harina, la sal y los polvos de hornear. Se le agrega en el centro la maneca derretida y tibia, luego el vino blanco y el agua caliente de a poco, hasta formar una masa homogénea. Se sigue amasando hasta obtener una masa elástica. Se deja reposar un rato y luego se uslerca para cortar discos de 20 cm.

RELLENO

½ kg de posta picada
1 kg de cebolla picada fina
2 cucharadas de manteca
Sal
Pimienta
1 cucharadita de comino
1 cucharada de ají de color
16 aceitunas negras
2 huevos duros
2 cucharadas de harina
Pasas remojadas

PREPARACIÓN

Se calienta la manteca en una olla, y se cocina la cebolla por 1,5 a 2 horas, de esta manera se obtiene un pino suave que no cause molestias posteriores.

Si se va a cocinar en menos tiempo, se baja la cantidad de cebollas. Se calienta luego un poco de manteca en un sartén, se saltea la carne con la cebolla y se condimenta con sal, pimienta, comino y ají de color.

Si el pino se seca mucho, se puede ir agregando un poco de caldo de vacuno.

Una vez cocido el pino, se le deben agregar dos cucharadas de harina y cocinar unos minutos más, para luego dejarlo reposar hasta que se enfríen totalmente.

Se rellenan los discos de masa con el pino, dos pasas, una aceituna y una tajada de huevo, se cierran y se pinta la superficie con dora (mezcla de leche y yema de huevo)

Se hornean en horno caliente por 25 minutos aproximadamente

Plato Principal

CAZUELA DE AVE

4 porciones

INGREDIENTES

4 presas de pollo

¼ kg de zapallo

1 zanahoria

½ cebolla

3 cucharadas de arroz

½ taza porotos verdes cortados en tiras

4 papas

4 trozos de choclo

Pimienta, orégano, comino y sal a gusto

1 diente de ajo

Cilantro picado fino

PREPARACIÓN

Se lavan las presas de pollo y se ponen a freír con la zanahoria en tiras, la cebolla cortada en cuadros pequeños, Ajo, orégano, pimienta, comino y sal a gusto. Cuando esté todo frito, se le agrega agua hirviendo hasta tapar la preparación. Se deja a fuego lento unos 5 minutos. Luego, se añade el choclo, las papas, los porotos verdes, el zapallo cortado en trozos grandes y el arroz. Se cocina por 15 a 20 minutos. Se deja reposar por 5 minutos y se sirve caliente, espolvoreando cilantro fresco picado.

Postre

MOTE CON HUESILLOS

4 porciones

INGREDIENTES

1 taza de azúcar granulada

8 huesillos

1 taza de mote en grano

Canela

Cáscara de naranja

Clavo de olor

PREPARACIÓN

Se lavan los huesillos y se dejan remojando la noche anterior en agua con azúcar, canela y cáscaras de naranjas y clavo de olor. Al día siguiente se ponen a hervir por 1/2 hora con el azúcar preparado en caramelo líquido. Se cuece el mote durante 30 minutos a fuego moderado y luego se retira y se lava con agua helada. Se sirve muy frío, considerando 2 huesillos por persona.

TERREMOTO

Todo comenzó en marzo de 1985, cuando unos reporteros alemanes vinieron a Santiago a cubrir los daños que había provocado el reciente sismo. Debido al calor reinante, entraron al local “El Hoyo” para pedir algo de beber. Se les sirvió el clásico pipeño al que por solicitud de los extranjeros se les agregó helado de piña, según una idea original de don Guillermo Valenzuela. Cuando lo probaron uno de ellos exclamó: “¡esto sí que es un terremoto!”. Así nace el nombre del ya mítico terremoto.

PICHANGA

La palabra pichanga es un chilenismo cuyos significados, de acuerdo a Morales Pettorino, remiten a “Fiesta hogareña, con canto y baile, comida y bebida que se celebra entre familiares y amigos... (asimismo a) Un plato consistente en trozos de embutido o carne y queso, aceitunas, pickles y ají... (también a) Un partido improvisado de pelota, por lo común fútbol, que se practica por simple diversión o pasatiempo;... (por último) Suerte en el juego del cacho o del póquer que consiste en salir todos los números desiguales y desordenados” (Nuevo Diccionario ejemplificado de Chilenismos y de otros usos diferenciales del español de Chile, 2006:2185-2186)

EMPANADA

La empanada ha sido definida como una especialidad que consiste en una masa de pan que admite toda clase de relleno*. Su origen estaría en la edad media, y se trataría de viandas de carnes o de vegetales que los pastores y viajeros embutían dentro de toscos panes con el objeto de ingerirlas en el camino. De ahí se habrían derivado el calzone italizano y la empanada gallega. Esta última sería el antecedente directo de las empanadas que conocemos en América Latina, las cuales han adquirido características e incluso nombres distintos, en los diferentes países en los que se encuentran presentes, como la salteña en Bolivia o la tucumana en algunas zonas del norte de Argentina.

* Larousse Gastronomique.





HUESILLOS

Los duraznos fueron traídos por los conquistadores españoles. Durante la colonia se transmitió la técnica del secado al sol de esta fruta y fue común en las casas tener un espacio destinado a esta tarea, así se podía conservar por mayor tiempo la fruta y disponer de ella en épocas de invierno. El mote con huesillos es una de las manifestaciones culinarias donde más claramente se expresa el mestizaje indígena y español que caracteriza a Chile y a sus habitantes. Las técnicas del mote y del durazno seco se combinan para dar origen a una bebida que mezcla los gustos de ambas culturas en una sola preparación.



CAZUELA

Hay antecedentes que nos permiten plantear que la cazuela constituye el paradigma del mestizaje mapuche-español, el "abrazo" caliente de las tradiciones locales y las europeas. El universo mapuche conoció desde muy antiguo los llamados caldos o korrù, los que hasta hoy son dominantes en su cocina y testigos de la larga duración del gusto por la comida caliente y más aún por los líquidos calientes espesados con chuchoa o locro que asocian diversas especies vegetales como las indispensables papa, zapallo, habas, porotos verdes y quinoa, entre otras.

Pensamos, junto a otros estudiosos, que la fusión de los korrù con el cocido o el puchero español dieron origen a la cazuela chilena. Sin duda, esta cualidad local de la cazuela ya está cristalizada en el siglo XIX y también su impronta campesina. (Montecino, 2004: 58)

Picadas de Santiago

Bar Nacional

Huérfanos 1151, Santiago Centro

Es uno de los restaurantes más emblemáticos del centro de Santiago, nació en la década de los sesenta y mantiene hasta el día de hoy su tradición en comidas caseras.

Este local se caracteriza por la buena calidad de sus preparaciones, una grata atención y su acogedora decoración, que consiste en una serie de fotografías antiguas de Santiago.

Algunos de los platos más característicos son la palta reina, palta victoria, gambas al pil pil, lengua, empanadas, congrio frito, carne mechada, criadillas, pichangas, guatitas a la española, porotos, lentejas, riñones, cazuelas y patas, entre otros, además de una amplia carta de sándwiches.

Para beber, cuenta con una amplia selección de vinos, cervezas, borgoña en verano y el tradicional cola de mono.

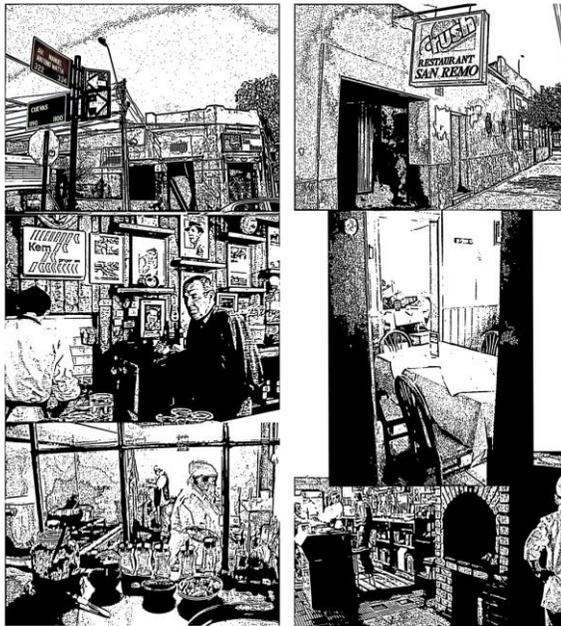


Restaurante San remo

San Remo, Cuevas 1101, Santiago Centro

En la esquina de Cuevas con Avenida Matta, a pasos de Portugal, desde el año 1976 encontramos el Restaurante San Remo, propiedad de las familias Serra y Siré. Desde lejos se siente el aroma de un perfecto y humeante arrollado de 400 gr con una suavidad incomparable, aliño justo, y una equilibrada mezcla de ají, ajo, orégano y vinagre, que realzan el sabor de la malaya. No lleva tocino, sino que es envuelta en una delgada capa de cuero de pecho del chanco. Otros platos típicos que allí se pueden disfrutar son las chuletas, bistec a lo pobre, o un milanesa acompañada por unas gruesas y doradas papas fritas.

Este local, de decoración modesta, es generalmente visitado por un público maduro.



Restaurant la Chimenea

Príncipe de Gales 90, Santiago Centro

Este local fue fundado en Noviembre de 1952 por don Juan Castro, ubicado en ese entonces en la calle Bandera 642. Nace con una clara intención de satisfacer las necesidades del Santiago bohemio y crear un lugar para la cultura y el quehacer gastronómico.

Ha recorrido gran parte de nuestra capital, pasando por Calle Morandé, Pasaje Valentín Letelier y ahora Pasaje Príncipe de Gales, todos los cuales han sido testigos de este mágico lugar. Empleados públicos, periodistas, abogados, artistas y un sin fin de autoridades han departido en sus dependencias.

En él se han realizado diversas actividades culturales como festivales de jazz, teatro y música, entre otros.

Uno de sus platos emblemáticos es la Chorrillana, que consiste en una mezcla de papas fritas, cebolla frita, carne picada y huevos fritos que van enteros y no revueltos, lo que lo diferencia de la tradicional chorillana porteña.



OSORNO

*“Papa
te llamas,
papa
y no patata,
no naciste con barba,
no eres castellana;
eres oscura
como nuestra piel,
somos americanos,
papa,
somos indios.
Profunda y suave eres,
pulpa pura, purísima
rosa blanca
enterrada,
floreces
allá adentro
en la tierra,
en tu lluviosa tierra
originaria,
en las islas mojadas
de Chile tempestuoso,
en Chiloé marino,
en medio de la esmeralda que abre
su luz verde
sobre el austral océano”.*

PABLO NERUDA, EXTRACTO DE “ODA A LA PAPA”.



Bodegón del Sur

Reseña de Osorno

Es una ciudad ubicada en el sur de Chile, habitada hoy por 200.000 moradores, comprende las comunas de San Pablo y Río Bueno. Está levantada en medio de praderas y cruzada por los ríos Damas y Rahue; un emplazamiento que emerge entre los campos ganaderos y agrícolas, en sentido “transversal”, cerca de la cordillera y de la costa, entre Valdivia y Puerto Montt.

Osorno fue fundado en 1558 por García Hurtado de Mendoza y estuvo signada desde sus inicios por la presencia mapuche-huilliche del llamado “levo de Chauracavi” y por los “desastres” propios de la geología chilena: el terremoto de 1575 desplomó sus edificaciones y hubo de reconstruirse en 1585. Al poco tiempo —también un tópico del período colonial— la ciudad será destruida por completo e incendiada por el cacique Pelantaro, el 20 de enero de 1600; pasando casi doscientos años en poder de los mapuches, resistiendo algunos de sus habitantes por cuatro años en una manzana fortificada “...para luego huir hacia Chiloé primero y Santiago como última etapa de una in-voluntaria peregrinación” (Escobar, 18).

La primitiva ciudad de Osorno era reputada por su riqueza y concebida como la segunda del “reino” por el número de sus moradores y por el desarrollo ganadero, agrícola y comercial. Hasta fines del siglo XVIII las ruinas de Osorno permanecieron despobladas de españoles, siendo su territorio recuperado por los mapuches que dominan durante ese período las tierras entre Valdivia y la isla de Chiloé. En 1744 España ordena la repoblación de Osorno, levantándose un fuerte en Río Bueno e instalándose allí también misiones apostólicas de Franciscanos para la conversión de los indígenas. Posteriormente se alza un fuerte a orillas del río Rahue. A fines del siglo XIX Osorno era la capital del departamento de su mismo nombre —dependiente de la Provincia de Llanquihue— a la que además pertenecían San Pablo y Riachuelo. Su población alcanzaba más de 5.000 habitantes a comienzos del siglo XX y conservaba la misma estructura de la primera ciudad²⁰, habiendo recibido eso sí a migrantes alemanes, lo que implicó que su fisonomía comenzó a ser pluriétnica.

²⁰ “...esto es por el norte el río Damas; por el sur una línea recta desde el Cementerio Católico al puente del estero de Ovejería; por el este una línea recta desde el Cementerio Católico a las riberas del Río Damas, y por el oeste, el estero de Ovejería hasta su confluencia con el río Rahue y su prolongación hasta la junta con el Damas” (Escobar, 144)

Resulta interesante notar que un registro estadístico del Departamento de Osorno entre 1888 y 1889 da cuenta de que en orden de mayor a menor, la producción de trigo, aguardiente, papas, chicha, ganado ovino, cebada, ganado vacuno, caballares, arvejas y charqui copaban las actividades económicas. El siglo XX vio la migración de árabes y franceses en el sur de Chile, lo cual complejizó el panorama etnocultural de la ciudad de Osorno, pues un abanico de personas provenientes de sitios disímiles se conjuntaron en ella, sumados a los migrantes mapuche-huilliches y a los mestizo-chilenos.

La marca de ser una ciudad donde han confluído colonos alemanes, franceses y núcleos familiares árabes así como huilliches, no posee un correlato de guetización espacial de las colonias europeas, aún cuando en el pasado los alemanes tendían a concentrarse en la calle Mackenna, hoy día moran en los distintos barrios de la urbe, lo mismo ocurre con los descendientes de árabes y franceses.

Osorno posee dos ferias y un mercado para el acopio de frutas, verduras y productos del mar. A cada uno de estos centros de abastecimiento corresponden consumidores de clases sociales delimitadas: a la feria de Rahue acuden los de las clases bajas (y los descendientes de indígenas), y a la feria Ibáñez, los de las clases medias y altas²¹. La barrera del río Rahue separa a los consumidores de una y otra. En la feria de Rahue, por otro lado, la venta de luche, cochayuyo, así como de productos derivados del cerdo, como manteca, patas, colas (para el causeo) es característica y singular (alimentos que como veremos más adelante poseen un claro sesgo de clase).

²¹ Aunque cada vez con mayor frecuencia estos sectores compran en los nuevos supermercados que se han instalado.

El mercado, junto al terminal de buses, más que centro de acopio, es el sitio de las cocinerías que despliegan platos populares para los viajeros de paso por la ciudad. En las calles cercanas y en sus inmediaciones se instalan puestos de venta de luche, cochayuyo, quesos y otros productos vegetales. Al igual que las ferias, los supermercados están marcados por el barrio donde se emplazan y tanto su infraestructura como los productos que ofrecen varían de acuerdo a las características sociales de sus clientes. Así por ejemplo, en el supermercado de Rahue es posible encontrar café de cebada y muchas marcas y tipos de mate, así como pasteles de crema y chocolate; en las Brisas, por el contrario, hay un anaquel especial de productos alemanes como chucrut, cervezas, purés de manzana, galletas, entre otros²², así como una variedad de pasteles, kuchen y tortas. Los supermercados donde compran las clases medias y altas son Las Brisas, Bigger y Lider, y las populares San Antonio y Ballele²³.

Los restaurantes en Osorno son pocos y no ostentan, en muchos casos una historia muy larga. Quizás por la existencia de una cocina casera en la cual las tradiciones culinarias son importantes, los restaurantes no forman parte de un horizonte de consumo masivo.

²² Se trata por cierto de productos importados directamente desde Alemania.

²³ Estos supermercados son de propiedad de una familia árabe que ha ido poco a poco monopolizando el rubro y las Brisas y Bigger de descendientes de alemanes.

Aperitivo

QUESO DE LENGUA

INGREDIENTES

1 lengua
1 pata de Vaca
¼ kg de carne de choncho
1 pedazo de tocino
Vinagre
Ajos
Sal y Pimienta

PREPARACIÓN

Se hierva la lengua con sal, se deja enfriar y se corta en tajadas. Lo mismo se hace con la pata de vaca y carne de choncho. El tocino se pica y se une todo con los aliños y poco de vinagre y el caldo de la pata. Se coloca en un molde y al refrigerador hasta que cuaje. Cortar en tajadas gruesas y servir con lechuga y adornar con mayonesa.

Entrada

KUCHEN DE CEBOLLAS

6 porciones

INGREDIENTES

½ kg de cebolla
2 cucharadas de mantequilla
½ taza de crema
2 huevos
Sal y pimienta

MASA

1 ½ taza de harina
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de levadura
1 ½ taza de leche

PREPARACIÓN

La levadura se deshace en la leche tibia y se agrega a la harina con la sal, formando una masa suave. Se coloca en un molde enmantequillado y se esparce con la mano.

Las cebollas se cortan a la pluma, finitas, y se fríen en la mantequilla; que no queden cocidas. Se agregan los dos huevos, la crema, sal y pimienta y se revuelve; que no quede muy seco; se deja enfriar un poco; se coloca sobre la masa, tapando con tiras de tocino. Se coloca al horno regular precalentado por 25 a 30 minutos.

Plato Principal

PIERNA DE CORDERO RELLENA

6 porciones

INGREDIENTES

1 pierna de cordero
1 cebolla
Pan rallado
1 cucharada de manteca
½ taza de leche
3 huevos
Orégano, perejil y ají
Pasas
Sal y Pimienta

PREPARACIÓN

A la pierna de cordero se le saca el hueso con mucho cuidado de no romper la carne; se aliña con sal y orégano y se deja hasta el otro día. La

carne que salió junto con el hueso se pica cruda bien fina, agregándole cebolla picada en cuadraditos, pan rallado, 1 cucharada de manteca, ají, pasas, pimienta, perejil picado finito. Se hace un pino cociéndolo a fuego vivo y se deja enfriar. Después se le incorpora 1 huevo, pan rallado, media taza de leche y pasas. Tiene que quedar una pasta de regular espesor. Se hierven los dos huevos restantes hasta que estén duros y se cortan en torrijas.

La pierna se va rellenando con la pasta, alternando con torrijas de huevo. Se cose con hilo y aguja para cerrar y no salga el relleno. Se embetuna con manteca y se coloca a horno caliente. Se puede servir acompañado de papas cocidas.

Postre

MANZANAS NOGADAS

6 porciones

INGREDIENTES

6 manzanas

6 cucharadas de pan rallado

Pasas

2 cucharadas de nueces

3 huevos

1 taza de leche

1 taza de azúcar

PREPARACIÓN

Se cortan las manzanas en rebanadas delgadas y se pone la mitad en una fuente para horno. Se distribuyen encima las nueces y pasas. Se espolvorea la mitad del pan rallado y la mitad del azúcar. Se cubre con otra capa de manzanas.

Se bate las yemas con la leche, se vierte las manzanas y se lleva a horno por 20 minutos. Con las claras y el azúcar restante, hecho almíbar, se hace un merengue. Se cubre el postre y se pone al horno a dorar. Se sirve frío.



CORDERO

En esta zona el cordero juega un papel central en las ocasiones festivas de carácter masivo.

En estos contextos el cordero se compra entero, si no es donado por alguien y se cocina al palo durante horas. Al igual que en el asado, son los hombres quienes se encargan de su preparación, mientras que las mujeres preparan las ensaladas y acompañamientos.

KUCHEN DE CEBOLLA

La presente preparación es reflejo de la influencia que han ejercido en la cocina de esta zona las culturas migrantes. Específicamente, en esta receta es posible ver la conjunción entre la tradición culinaria alemana (kuchen) y la francesa (kiche de cebolla). Asimismo, en muchas otras preparaciones locales se repite esta lógica de préstamos y mixturas.

QUESO DE LENGUA

El queso de lengua, al igual que el queso de cabeza, son preparaciones profundamente arraigadas en la cultura culinaria de la zona de Osorno. Se trata de un mecanismo para obtener un aprovechamiento completo del animal, de raigambre campesina, la que se elabora generalmente en el contexto doméstico.





MANZANA

La manzana es una de las frutas más cultivadas del mundo, así en el año 2005 se produjeron 55 millones de toneladas. En Latinoamérica, los productores más importantes son Argentina, con más de 1 millón de toneladas, y Chile con similar volumen. En este último, las zonas de principal producción son la zona central y sur, donde el temprano cultivo se vincula a la llegada de inmigrantes europeos a principios de siglo, especialmente alemanes, quienes daban gran importancia a este ingrediente en su cocina.

En ese sentido, la manzana se ha constituido en la zona de Osorno en una suerte de símbolo local. Como ingrediente, está presente en las recetas más emblemáticas de la región.

Destaca la cantidad de variedades en que se presenta, tanto en cultivos agroindustriales como domésticos.

Picadas de Osorno

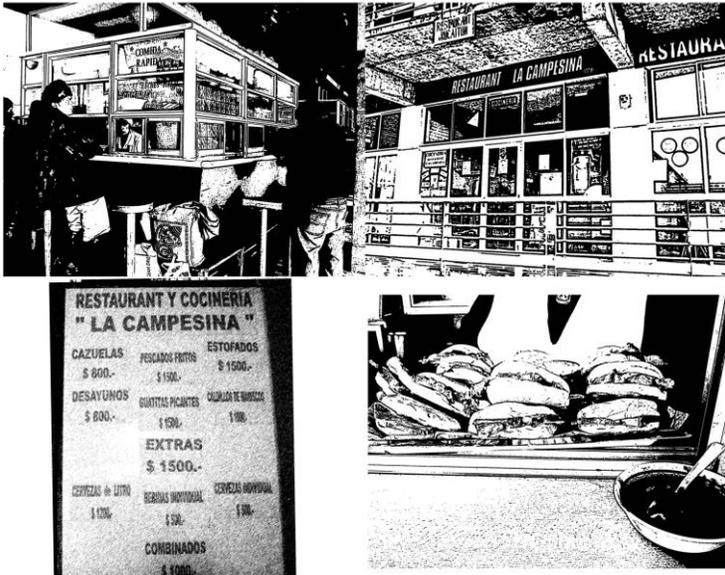
La Campesina

Feria de Rahue Local 2

Este local pertenece a María Elena Ríos y tiene cerca de treinta años. Fue inaugurado por su padre en la antigua feria de Rahue, ubicada en calle Chillán.

En este lugar es posible, los fines de semana, consumir al desayuno caldillos y guatitas picantes. Todos los días se pueden degustar sándwiches (sanbuches) calientes y churrascos. Al almuerzo, es casi un rito comer los deliciosos porotos de la zona, y todos los demás días degustar diversas cazuelas.

El plato típico que ofrece el local es la merluza frita con agregado y las infaltables guatitas picantes.



Wufehr

Eleuterio Ramírez 959

Este local nació el año 1998 con Mauricio Wulf y Oscar Ferhman. Al tiempo tuvieron que venderlo a Roberto Martínez y Luis Rigo Righi Aubel, quienes aún son sus dueños.

Si bien hay un estilo gastronómico, lo que caracteriza al local es la atención personalizada que hace sentir cómodos a los clientes. El concepto es algo así como “ven donde tus amigos del Wufehr”.

La especialidad del local son los crudos, asimismo sándwiches y platos de la casa, como el pernil, el lomo kassler y el lomo a lo pobre que gozan de gran popularidad en la ciudad.

Cuenta además con un menú diario, que ofrece comida tradicional casera del sur de Chile, cruzando las tradiciones chilena y alemana. Guatitas, asado alemán, pollo asado (hecho en el local) y asado de cerdo maltón (cerdo pequeño), son algunas de las exquisiteces que se ofrecen diariamente, las que pueden combinarse con una amplia gama de cervezas y shop Kuntsmann.

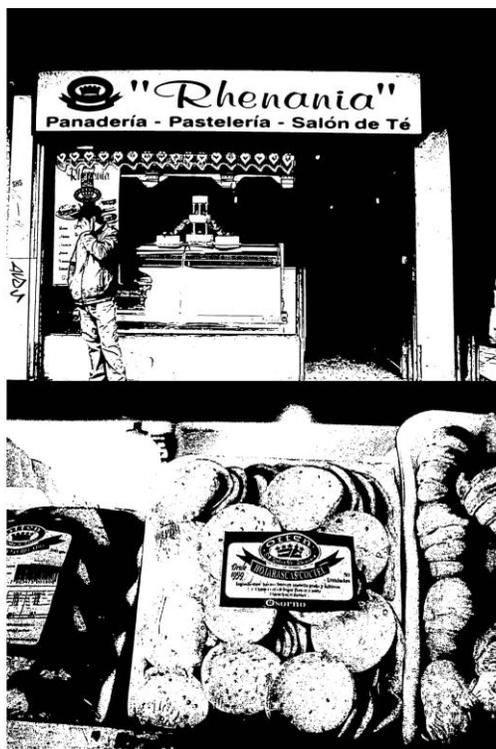


Rhenania

Eleuterio Ramírez 977

Esta panadería fue fundada en Osorno en el año 1959 por el matrimonio formado por Heinz Rödenbeek y doña Hedwig Otten. La empresa tuvo como objetivo la introducción de especialidades alemanas casi desconocidas en el país, como el pan centeno, el Vollkornbrot y el pan de pascua Christstollen. El nombre Rhenania, por su parte, corresponde a la zona de origen de su fundadora.

Actualmente, no sólo es una pastelería y panadería importante que distribuye sus productos a todo el largo del país, sino que también cuenta con un salón de té, donde se ofrecen no sólo sándwiches, sino también una amplia variedad de pasteles y tortas.



IV. GLOSARIO

Ají cacho de cabra: En Chile es una variedad de capsicum con el cual se prepara el condimento en polvo llamado merkén.

Arrollado de cerdo: Cerdo cuya carne ha sido cortada en tiras, aderezada con ají y otros condimentos, acomodada en un trozo de piel en forma de rollo y luego cocida en agua.

Charqui: Carne seca de vaca

Choclos: Mazorca tierna de maíz

Chuchoca: Maíz cocido y seco, se ocupa en sudamérica como condimento.

Chuño Puti: Denominación aymara para definir las papas deshidratadas.

Color Chilena: Grasa derretida o aceite a lo que se agrega pimentón en polvo de tono rojizo o rojizo amarillento que sirve para condimentar guisos.

Marraqueta: También se le conoce como pan francés y pan batido. Es un tipo de pan elaborado a base de harina blanca de trigo, agua, levadura y sal, que requiere más tiempo de fermentación que otros panes. Es un tipo de pan propio de Chile, Bolivia, Perú y Argentina.

Mortero: Recipiente redondeado de tamaño variable, de madera, porcelana gruesa, mármol o piedra, en el que con la ayuda de una mano de mortero se aplastan alimentos que se quieren reducir a puré, pasta o polvo. Su uso en la cocina se remonta a la antigüedad. En el siglo XIX, en el campo, se reducía la sal en polvo en morteros de granito.

Mote: Cereal cocido y deshollejado con ceniza, especialmente maíz y trigo.

Pernil: Anca y muslo del animal, por antonomasia del cerdo.

Posta: Corte redondeado alto, sin nervios ni grasa, rojo oscuro. Es la primera pieza que se desposta del cuarto trasero, la más voluminosa, sin hueso y magra. Su tamaño permite cortar grandes tajadas de carne para ser

utilizadas de formas diversas. Sus principales preparaciones son en sartén, cacerola, horno o molida.

Queso chanco: Tipo de queso que se produce en el sur de Chile, específicamente en la zona de Chanco.

Tapapecho: Corte alargado con grosor variable hasta de 4 centímetros, color rojo oscuro. Sus principales preparaciones son en cacerola, caldos, cazuela, puchero.

Tocino: Grasa situada bajo la piel del cerdo. Según si el tocino está mezclado con carne, se distingue el tocino magro o entreverado y el tocino blanco o de cobertura. Antaño era la base de la alimentación y hoy desempeña el papel de condimento o cuerpo graso.

Tumbo: Es una vid de la familia de las pasifloras, nativa de los Andes. En Perú crece tanto en la costa, en la sierra y en la selva. También crece en Bolivia, Ecuador, Colombia, Brasil y recientemente ha sido introducida en Chile, donde crece en zonas con lluviosidad entre 800 a 1.500 mm anuales bien distribuidos y una altitud entre los 2000 y 3200 msnm.

Zapallo: Calabaza en América.

V. BIBLIOGRAFÍA

- MONTECINO, Sonia, 2004. La olla deleitosa. Museo de arte precolombino, Santiago.
- ARNOLD, Denise & yapita, Juan de Dios, 1996. Madre melliza y sus crías. Ispall mama wawampi. Antología de la papa. Hisbol, Bolivia.
- AGUILERA, Isabel, 2004. La culinaria en Pitrufluén, borrador de tesis de licenciatura en Sociología. (M.S.), Universidad de Chile.
- AUGUSTA, Fray Felix José de, 1991. Diccionario araucano-español y español-araucano. Editorial Kushe, 2ª Edición, Temuco, Chile.
- BRUNET, Marta, 1931. Tratado de arte culinario. Editorial Nascimento, Santiago.
- CLIFTON, Claire; stacey, Jenny & warD, Susie. The gourmet atlas discover the origins and uses of the world's favourite foods. Apple Press, Londres, 1997.
- COMIDAS TÍPICAS DEL PERÚ, s/f. Editora Lima, S.A, Lima, Perú.
- DE ROKHA, PABLO, 1969. Epopeya de las comidas y bebidas de Chile. En Mis grandes poemas, Antología. Editorial Nascimento, Santiago de Chile.
- DELGADO, Carlos, 1997. Diccionario Gastronómico, Editorial Alianza, Madrid, España.
- DOUGLAS, Mary, 1995. Las estructuras de lo culinario. En Contreras, Jesús. Alimentación y cultura: necesidades, gustos y costumbres. Universidad de Barcelona. Barcelona, España.
- EL COCINERO CHILENO, 1867 y 1871. Diversidad de guisos i postres cuya confección está al alcance de todos, Imprenta de la República, Santiago de Chile.
- EYZAGUIRRE, Hernán, 1987. Sabor y saber de la cocina chilena, Editorial Andrés Bello, Santiago de Chile.
- FISCHLER, Claude, 1995. El (H) omnívoro. El gusto, la cocina y el cuerpo. Anagrama, Barcelona, España.
- GOODY, Jack, 1995. El impacto del sistema mundial. En: Cocina, cuisine y clase. Estudio de sociología comparada. Gedisa, Barcelona, España.
- GORRITI, Juana Manuela, 1890. Cocina ecléctica. Aguilar, Buenos Aires.
- HANISCH, Walter, 1976. El arte de cocinar de Juan Ignacio Molina. Ediciones Nihil Mihi, Santiago de Chile.
- JARAMILLO-ARANGO, Jaime, 1952. Relación histórica del viaje que hizo a los reinos del Perú y Chile el botánico D. Hipolito Ruiz en el

- año de 1777 hasta 1788 en cuya época regresó a Madrid. Real Academia de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales, Madrid, España.
- JIMÉNEZ, P., 1947. Interpretación de símbolos en la comida de Los Andes, s/e, Lima, Perú.
- JORDÁ, Miguel J., 2000. Diccionario práctico de gastronomía y salud. Díaz de Santos, Madrid.
- LA TÍA PEPA, 1882. Manual de cocina. Imprenta Cervantes, Santiago de Chile.
- LAROUSSE Gastronomique, 2000. Montréal, Larousse.
- LARRAÍN, Lucía, 1925. Manual de cocina. Colección de recetas variadas y económicas. Sociedad Imprenta Litográfica Universo, Santiago de Chile.
- LAWE, 1911. La Negrita Doddy. Nuevo libro de cocina. Edición única en Chile, Sociedad Imprenta y Litografía Universo, Santiago de Chile.
- LEIVA, Arturo, 1977. “Rechazo y absorción de elementos de la cultura española por los araucanos en el primer siglo de la conquista (1541-1655)”. (MS), Universidad de Chile, Santiago.
- LENZ, Rodolfo, 1910. Diccionario etimológico. Edición Mario Ferreccio. Seminario Filológico Hispano, Universidad de Chile.
- LÉVI-STRAUSS, Claude, 1968. “El triángulo culinario”. En Lévi-Strauss: Estructuralismo y Dialéctica. Editorial Paidós, Buenos Aires, Argentina.
- LOBERA, José Rafael, 1997. “Intercambios y transformaciones alimentarias en Venezuela colonial: diversidad de panes y gentes”. En Conquista y Comida. Consecuencias del Encuentro entre dos Mundos, Janet Long (Coord). Universidad Nacional Autónoma de México, México.
- MANUAL DEL COCINERO PRÁCTICO, 1914. Colección de recetas de guisos de las cocinas francesa, alemana, española, italiana y chilena, arreglada para el uso de las dueñas de casa del país. Sociedad Imprenta y Litografía Universo, Valparaíso.
- MONTECINO, Sonia, 1984. Quinchamalí, reino de mujeres. Ediciones Cem, Santiago de Chile.
- _____. 1999. Sueño con menguante. Biografía de una machi. Editorial Sudamericana, Santiago de Chile.
- _____. 2003. La calapurca y el curanto. En Revista Atenea, N°487, primer semestre, 2003. Universidad de Concepción, Chile.
- _____. 2003. La Copa Martínez. En Revista Rocinante, Santiago de Chile.

- _____. 2004. Mitos de Chile. Diccionario de seres, magias y encantos. Editorial Sudamericana, Santiago de Chile. Morvan, H., 1983. Manual de cocina. Editorial Zig-Zag, Santiago de Chile.
- MUÑOZ, M; BARRERA, E & MEZA, I. 1980. El uso medicinal y alimenticio de plantas nativas y naturalizadas en Chile. M.N.H.N, Publicación ocasional, Santiago de Chile.
- OLIVAS, Rosario, 1996. (ed.) Cocina e identidad en Perú. Ediciones Universidad de San Martín de Porres, Lima, Perú.
- _____. 2001. La alimentación en el antiguo Perú, Ediciones Universidad San Martín de Porres, Lima, Perú.
- _____. 1998. La cocina en el Virreynato del Perú. Ediciones Universidad San Martín de Porres, Lima, Perú.
- OSSIO, M., 1996. Simbolismo de algunas comidas andinas. En Cocina e Identidad en Perú (Rosario Olivas, ed.). Ediciones Universidad de San Martín de Porres, Lima, Perú.
- PEREIRA SALAS, Eugenio, 1977. Apuntes para la historia de la cocina chilena. Editorial Universitaria, Santiago de Chile.
- PINEDA Y BASCUÑÁN, Francisco de, 1863. Cautiverio feliz y razón de las guerras dilatadas de Chile. En Colección de historiadores de Chile y documentos relativos a la historia nacional, Tomo III, Santiago de Chile.
- PINEDO, Javier, 2003. Chile, un país de rincones: La región del Maule. En Revisitando Chile. Identidades, mitos e historias (Sonia Montecino, comp). Cuadernos Bicentenario, Presidencia de la República, Santiago de Chile.
- PLANELLA, María Teresa & FALABELLA, Fernanda, 1979. Arqueología del curso superior del río Maipo. Tesis de licenciatura en arqueología, Universidad de Chile, Santiago de Chile.
- PLATH, Oreste, 1962. Geografía gastronómica de Chile. En Revista En Viaje, N°343, Mayo.
- POULAIN, Jean Pierre, 2002. Sociologies de l'alimentation. Presses Universitaires de France, Paris.
- RECETAS DE COMIDA MAPUCHE, 2002. En Programa salud y pueblos indígenas, Kellogg Foundation, Valdivia, Chile.
- RIVAS, P. & OCAMPO C., 2004. El curanto (MS en prensa). (Proyecto Fondecyt 1020616). En Chile País Oceánico. Ocho Libros Editores, Santiago de Chile.
- SABORES DE CHILE, 1991. Recetas ganadoras del Concurso Nacional de Cocina Chilena, Asociación Chilena de Gastronomía, Santiago.

- TAGLE, Blanca & PLANELLA, M.Teresa, 2002. La quinoa en la zona central de Chile, supervivencia de una tradición prehispánica. Editorial Iku, Santiago de Chile.
- TORRES, J., 2001. El Valdiviano. Ediciones Dirección de Bibliotecas Archivos y Museos, Santiago de Chile.
- VALENZUELA, Rodrigo, 1981. El sistema culinario entre los pehuenches de Alto Bío Bío. Tesis para optar al grado de licenciatura en antropología, Universidad de Chile, Santiago.
- VEGA, J., 1998. Influencias árabes en la cocina peruana. En *Cocina e Identidad en Perú*, Rosario Olivas (Ed.). Ediciones Universidad de San Martín de Porres, Lima, Perú.
- WEISMANTEL, Mary, 1993. Alimentación, género y pobreza en los Andes Ecuatorianos.



Bodegón Marino y Vino



DAVID BARRAZA ROMERO (1957), nace en Iquique, donde se vincula fuertemente con la cultura del norte, participando en diversos conjuntos folklóricos, en la fiesta de La Tirana y en la fiesta de San Lorenzo en el pueblo de Huarasiña, en la Quebrada de Tarapacá.

Por su afición a la Gastronomía, se traslada a la ciudad de Santiago a estudiar Cocina Internacional, titulándose como Técnico en Cocina Internacional. Su buen rendimiento académico le permite optar a diversas especializaciones, en Francia (Lyon); en el Centro Internacional de Glion, en Suiza; en España (Valencia) y otros países de Europa.

Desde el año 2004 se desempeña como Director de la carrera de Gastronomía Técnica en la sede Padre Alonso de Ovalle de DuocUC, transmitiendo a sus profesores y alumnos la pasión por conocer, desarrollar y proyectar las expresiones gastronómicas de nuestro país, destacando los aspectos culturales que las sustentan.

Actualmente es uno de los Directores de la Asociación de Chef de Chile, Les Toques Blanchés y participa activamente en diferentes instancias vinculadas a la valorización y difusión de las cocinas regionales de los países unidos por la Cordillera de Los Andes.

Los tres ejes fundamentales que dan fuerza al trabajo de David Barraza se sustentan en la gastronomía, educación y cultura, elementos que considera esenciales en la formación de las futuras generaciones de cocineros.

CARRERA DE GASTRONOMÍA

Desde el año 2004, la carrera de Gastronomía de la sede Padre Alonso de Ovalle de DuocUC, ha formado alumnos, entregándoles los aspectos técnicos necesarios para el campo laboral, fortaleciéndolos además en aspectos culturales que les permitirán a futuro aportar al desarrollo de una gastronomía chilena con identidad, destacando las cocinas regionales, tradicionales, urbanas, productos y técnicas de los pueblos originarios.

Es así, como en forma paralela a la malla curricular, hemos desarrollado diferentes seminarios relacionados con las expresiones culinarias de nuestros pueblos originarios, contando con la presencia de destacados cocineros, investigadores, sociólogos, escritores, todos hermanos de los Andes, que trabajan incansablemente por potenciar las Cocinas Regionales Andinas; en cada una de estas actividades realizadas por la carrera, se ha considerado fundamental la participación de alumnos y profesores de la educación media técnico-profesional del área de la alimentación colectiva, con el fin de contagiar del amor por lo nuestro a los jóvenes, que con su potencial continuarán trabajando para mostrar la riqueza gastronómica de nuestro país.

DAVID BARRAZA

