



EL  
**MENÚ**  
DE **CHILE**

Reconocimiento a las cocinas  
patrimoniales







# EL MENÚ DE CHILE

Reconocimiento a las cocinas  
patrimoniales



MINISTRA DE LAS CULTURAS, LAS ARTES Y EL PATRIMONIO

Consuelo Valdés Chadwick

SUBSECRETARIO DE LAS CULTURAS Y LAS ARTES

Juan Carlos Silva Aldunate

SUBSECRETARIO DEL PATRIMONIO CULTURAL

Emilio de la Cerda Errázuriz

DIRECTOR DEL SEVICIO NACIONAL DEL PATRIMONIO CULTURAL

Carlos Mailet Aránguiz

SUBDIRECTOR NACIONAL DE PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL

Rodrigo Aravena Alvarado

## **EL MENÚ DE CHILE RECONOCIMIENTO A LAS COCINAS PATRIMONIALES**

PUBLICACIÓN A CARGO DE

Cristina Gálvez Gómez

(Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio)

EDICIÓN

Elisa Silva Guzmán y

Olaya Sanfuentes Echeverría

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN

Paula Martínez Lara

(Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio)

© Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio

ISBN (papel): 978-956-352-350-8

ISBN (pdf): 978-956-352-351-5

[www.cultura.gob.cl](http://www.cultura.gob.cl)

[www.patrimonioinmaterial.cl](http://www.patrimonioinmaterial.cl)

Se autoriza la reproducción parcial citando la fuente correspondiente.

Prohibida su venta.

Se terminó de imprimir en el mes de diciembre del año 2019

en los talleres de Menssage, en la ciudad de Santiago (Chile).

Se imprimieron 2.000 ejemplares.

«(...) En alguna festividad, un miembro de la familia preparaba el mate corajudo para servírselo, en primer lugar, al forastero de turno (futre, pueblero, nor-tino, chilote), quien, por desconcierto de la manera de servirse ese tipo de mate, bebía todo el contenido de la infusión quedando ruborizado por el efecto del alcohol, el café y la yerba nueva, dando lugar a risas y miradas sarcásticas...».

**A CUATRO VIENTOS...**



# Índice

- 7    **Presentación** · Consuelo Valdés Chadwick
- 9    **Lo sabroso entra por los ojos** · Olaya Sanfuentes y Elisa Silva

## **MENÚS PREMIADOS**

- 13    **Sabores sobre rieles** · Ganador
- 35    **La cocina de Sara** · Mención honrosa
- 55    **Pero este puerto amarra como el hambre...** · Mención honrosa
- 85    **Picando el fuego al son de la carboná' y la pescá'** · Mención honrosa
- 109    **Fiesta de domingo con aroma a sarmiento** · Mención honrosa

## **MENÚS DESTACADOS**

- 131    **Entre orillas y huertos**
- 149    **De Puerto Montt con amor**
- 175    **Los cuatro vientos**



## Presentación

Como elemento fundacional de nuestra cultura, la comida tiene la misma importancia que otras de sus expresiones, lo que con el transcurso del tiempo, hemos aprendido a valorar. Y resultado de este proceso es que países, comunidades y sociedades han puesto al centro de su identidad sus modos de vida y estilos de alimentación.

Así es como las políticas culturales, a través de instrumentos como la Convención para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial —que el Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio implementa desde distintas aristas, han incorporado las cocinas y el patrimonio culinario como parte de los acervos de las comunidades. Y en los últimos años la Unesco ha sumado a la lista de Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad, — como Patrimonio Culinario— , a la cocina mexicana de Michoacán, al Washoku japonés, a la gastronomía francesa, la ceremonia del Café Turco, la dieta Mediterránea (entre varios países) o los pizzaioli napolitanos, por mencionar algunos ejemplos.

La publicación que ahora presentamos resulta entonces de este proceso de apropiación y puesta en valor, a la que también nos hemos abocado desde nuestra institucionalidad cultural. En estas páginas encontrarán una interesante síntesis de la convocatoria 2018 de El Menú de Chile. Un reconocimiento que busca relevar las cocinas patrimoniales de nuestro país, dando cuenta de ellas como un sistema poseedor de un potente contenido histórico e identitario, en el que lo colectivo se entiende como una matriz para comprender los conocimientos compartidos.

Los menús que recoge este libro dan cuenta de la diversidad de los territorios que componen el país, así como de la calidad de las propuestas que cada año convergen en esta convocatoria. Y es que en su corta historia —que comienza en 2017— , este concurso ha puesto en evidencia la necesidad de conversar las múltiples iniciativas, cuestionamientos y propuestas de búsqueda en torno a las cocinas, a sus productos más característicos y a los que poco a poco han entrado en procesos de patrimonialización.

En Chile estamos viviendo un maravilloso proceso de valoración de nuestras cocinas. Cultores y sobre todo cultoras, así como la mayoría de las mujeres en todas las casas, han sido portadoras de tradiciones, renovándolas y recreándolas dentro de ciertos estilos y gustos, que podemos reconocer como propios e intergeneracionales.

No puedo dejar de destacar el menú ganador, Sabores sobre rieles, de la Región de los Ríos, que recrea —trayendo al presente— la vida en torno al tren de una localidad cercana a Valdivia, poniendo en valor productos y preparaciones tradicionales. Así como también lo hacen las propuestas que obtuvieron menciones honrosas, que desde diferentes ángulos se aproximan con bases teóricas, íntimas o emotivas a ese saber que comparte la comunidad: Pero este puerto amarra como el hambre, de Valparaíso; Picando el fuego al son de la carboná y la pescá del Biobío; La Cocina de Sara: recetas austeras para recomponer el cuerpo de la Región de Ñuble y Fiesta de domingo con aroma a sarmientos, del Biobío.

Justamente una de las características más relevantes del patrimonio culinario es su historicidad, el hecho de que está conformado por conocimientos aprendidos en el hacer y muchas veces “mirando”. Por eso también es que el acto de comer se sitúa en las decisiones colectivas, cada comunidad elige como nutrirse produciendo un sistema clasificatorio, de valores, condiciones sociales e ideologías, en torno a los alimentos.

En sus dos versiones El Menú de Chile nos ha mostrado las posibilidades que tenemos de reconocer esas esencias culinarias comunes, traspasando las fronteras de las regiones y recuperando la fuerza y potencia de una memoria culinaria que compartimos como pueblo.

Los invito a recorrer estos sabores y a reconocernos en estas preparaciones que tanto hablan de nuestra identidad común, con todas las variantes que impone la rica diversidad de los territorios que conforman nuestro país.

Consuelo Valdés Chadwick

Ministra de las Culturas, las Artes y el Patrimonio

## Lo sabroso entra por los ojos

Hemos experimentado la edición de esta nueva versión de El Menú de Chile, como un verdadero “diálogo polifónico”, en el que se han consensuado diferentes “puntos de vista”, descripción que, aunque un tanto críptica, revela varias de las ideas que queremos compartir tras esta enriquecedora experiencia.

Tanto el concepto de “diálogo polifónico” como el de “puntos de vista” aluden, entre otras cosas, a las experiencias sensoriales. Efectivamente, las comidas que se presentan en este libro despiertan nuestro apetito y nos llevan a sabrosas dimensiones gustativas: podemos imaginar el placer de paladear un caldo calentito en el frío sur de Chile o un refresco con malicia —chicha de chupones— tras una dura jornada de trabajo en los alrededores de Valdivia; o de saborear el salpicón de locos de Chañaral de Aceituno o un caldeo de camarón acompañado de un rico pan con chuchoca del valle del Itata; o de probar las pantrucas —o pancutras— de Ñuble junto con la chanfaina del pobre o la palomita acompañada de una torta tropera para levantar los corazones y el cuerpo en la geografía pampina; o de gozar la carboná de Lota o el charquicán de pescá. Mmmm, ¡qué rico!

Pero no es solo el sentido del gusto el que goza y se manifiesta en la recreación de estos patrimonios gastronómicos de nuestro país, sino también todos los otros sentidos. Para poder llegar a lo que hoy leemos en estas páginas, distintos actores chilenos han levantado sus voces, cargadas de recuerdos familiares, y las han puesto a dialogar con las voces de otros, pues cada receta va acompañada de una búsqueda en la memoria de la familia o de la comunidad. Estos recuerdos, verbalizados, se hacen sonoros en la conversación cotidiana o en la excepcional —como fue el caso de este concurso—, donde aparecen y reaparecen voces locales, vocablos con orígenes indígenas o extranjeros, así como chilenismos de larga data. Esta competencia brindó a muchos la oportunidad de relatar sus historias culinarias —las que, de otra manera, probablemente, podrían

haberse perdido— y de ser escuchados por gente cercana o por otros que mostraron interés. Las palabras fueron luego registradas en una escritura sensible y anecdótica, tal como podrán apreciar más adelante. Este es el diálogo polifónico al que nos referíamos líneas más arriba.

Asimismo, cuando decimos que se tomaron en cuenta los diferentes puntos de vista, no solo estamos haciendo alusión al ejercicio de puesta en valor con un sentido patrimonial y colectivo, incorporando los diversos enfoques que se ponen en la mesa, sino también, literalmente, a la presencia del sentido de la vista en el proceso de valoración de los menús concursantes, de la vista como un sentido que está mucho más presente de lo que creemos en las formas de construir una comida, de registrarla y, luego, de compartirla. Recordemos aquella frase que hemos, probablemente, dicho más de una vez cuando no quisimos probar un plato nuevo: “es que no me entró por la vista”. Si invertimos la frase y la ponemos en términos positivos, los platillos que se incluyen en los menús de este libro entran inmediatamente por la vista. ¿Cómo podemos decir esto si no estamos frente a los platos presentados y quizás la mera descripción no nos dice nada? Pues porque los autores de los menús tienen muy incorporada la importancia de la apariencia de las comidas para que el interlocutor sepa cómo prepararlas y cómo presentarlas en una mesa, para que llamen la atención de los comensales y “entren por la vista”. Por ello es que, junto con entregarnos un texto, nos entregaron un rico material visual.

Incorporamos estas nuevas dimensiones sensoriales en la edición de la versión 2018 de El Menú de Chile, porque nos hemos dado cuenta de que el texto no es la única forma de generar, registrar y compartir significado. Las imágenes son una forma diferente y complementaria de comunicar ideas, siendo, a veces, incluso más eficaces que las propias palabras, por lo que consideramos que debían estar aquí presentes.

Cada grupo ha elegido una forma narrativa para compartir con nosotros su patrimonio culinario: hay quienes lo han hecho a través de relatos diacrónicos y recurriendo a recuerdos; otros, han preferido utilizar el género teatral, mientras que algunos han realizado un paseo en el tiempo, alternando entre pasado y presente. Así como apreciamos estas opciones comunicativas en lo que refiere al texto, también valoramos las elecciones visuales que cada grupo ha realizado, las que nos hablan de diversas formas de comprender el mundo, de otorgarle significado y de comunicarlo.

Entre estas distintas formas encontramos a los que consideran que, para que sus recetas se expliquen y valoren mejor, deben mostrar el paisaje — como territorio geográfico y como fuente de recursos— que las contiene, pues este nos habla de la comida como una forma de acomodarse, pero también de desafiar, a la naturaleza: frente al frío se crean comidas calentitas; frente al calor, bebidas heladitas. Otros, eligieron compartir con nosotros material de archivo, regalándonos fotos familiares que revelan parte de su intimidad y una valoración de las tradiciones a través de la evidencia del paso del tiempo, una nostalgia que se ve reflejada en este material visual que huele a tiempos pasados. Otros, prefirieron representar visualmente los ingredientes de las recetas, para que no haya duda sobre su aspecto; otros nos regalaron visualidades que enfatizan la preparación del plato, incluyendo las manos que cocinaron, símbolo elocuente del poder transformador que posee el ser humano, que actúa sobre los ingredientes y los transforma en cultura. En otros casos, las imágenes de platillos ya listos sirven al que quiera replicar la receta, para que tenga claro cómo debe quedar su comida; también es una muestra de la importancia de la estética en la gastronomía, considerada por muchos como un verdadero arte. Hay, asimismo, grupos que optaron por mostrar la práctica social asociada a la preparación o consumo de sus comidas, imágenes que se convierten en una fuente etnográfica muy valiosa para conocer los universos culinarios de nuestra cultura y la importancia que las mismas comunidades otorgan al comer y celebrar en familia o en grupo.

Esta nueva edición de El Menú de Chile es, en fin, un llamado a disfrutar, a conectarse con el patrimonio de nuestro país a través de los sentidos. Sin más introducciones, los invitamos a “devorar” las páginas que siguen.

Olaya Sanfuentes y Elisa Silva

Editoras

MENÚ GANADOR

## SABORES SOBRE RIELES

Recetas elaboradas por las palomitas de Antilhue

*Antilhue, provincia de Valdivia, región de Los Ríos*

Eduardo Aguilera Álvarez

Nicole Hernández Alvear

Patricia Aguilera Álvarez



A stylized menu card is presented as if it were inside a glass. The glass is white with a blue outline and contains a light pink liquid. A blue spoon is positioned vertically inside the glass, behind the text. The background is a solid red color.

## *Menú*

### APERITIVO

*Chicha de chupones*

### ENTRADA

*Patitas de vacuno con pebre*

### PLATO PRINCIPAL

*Sámbuche de tortilla  
de rescoldo con longaniza*

### POSTRE

*Motemei con huesillos*



## Presentación del menú

Yo voy contigo,  
tren, trepidante  
tren  
de la frontera:  
voy a Renaico,  
espérame,  
tengo que comprar lana en Collipulli,  
espérame, que tengo  
que descender en Quepe,  
en Loncoche, en Osorno,  
buscar piñones, telas  
recién tejidas, con olor  
a oveja y lluvia...

Extracto de Oda a los trenes del sur, Pablo Neruda.

Estamos muy felices de que nuestra propuesta “Sabores sobre rieles” haya sido elegida como ganadora del concurso El Menú de Chile 2018. Por una parte, por todo lo que significa esta importante distinción a nivel profesional y personal. Por otra, porque a través de este premio se está reconociendo un patrimonio gastronómico de nuestro país que está siendo olvidado, el que lleva consigo historias de vida y costumbres de hombres y mujeres de esfuerzo que necesitan y merecen ser escuchadas.

Somos un equipo al que, además de los lazos familiares, une un profundo interés por las tradiciones de nuestro rico y diverso país. Sentimos que cada

vez que en algún punto de Chile se deja de practicar alguna costumbre, bailar un baile, jugar un juego o cocinar un plato, todos nos hacemos un poco más pobres. Esta fue nuestra motivación para participar en el concurso. También la certeza de que la combinación de nuestras profesiones podía transformarse en un aporte a la recuperación de una parte de nuestra identidad: Eduardo Aguilera es antropólogo, enfocado en la historia y el patrimonio; Nicole Hernández es chef, y se ha preocupado por incorporar en sus preparaciones productos y recetas autóctonas. Yo soy Pati Aguilera, ilustradora, amante de la cocina y gran parte de mi obra se ha orientado a recopilar e ilustrar recetas y trabajar en temas patrimoniales.

Con esta certeza, decidimos participar en la primera convocatoria del concurso, a la que postulamos con un menú inspirado en Quemchi, llamado “Menú del chilote lanchero”. Teníamos mucha fe en nuestro trabajo, pero no ganamos, aunque sí fuimos seleccionados para formar parte del libro *El Menú de Chile 2017*. Y, como somos golosos, decidimos volver a participar.

Nos dimos cuenta de que lo más importante era capturar las historias que ocultan las recetas, la vida de las personas que las preparan y las disfrutan, su capacidad para crear deliciosos platos con lo que existe a su alrededor y traspasar esos conocimientos de generación en generación. Por eso, esta vez nos sumergimos en los detalles, en el ambiente y la memoria de perseverancia y esfuerzo que acompañan a cada plato. También, en el contexto de una época y formas de vida que el progreso dejó atrás.

Desde hace algunos años, mi hermano Eduardo vive en Valdivia y se ha dedicado a investigar los efectos de la desaparición de los trenes en la zona. Gracias a él, llegamos a Antilhue, una pequeña comuna ubicada a las orillas del río Calle-Calle que se desarrolló en torno a la presencia del tren, como un lugar de intercambio de productos que fueron esenciales para el surgimiento de una gastronomía propia.

Eduardo y Nicole son pareja y viajaron en varias oportunidades a Antilhue y, a través del teléfono, compartían conmigo sus recorridos, las historias y anécdotas... Mientras yo, en Santiago, solo podía saborear desde la distancia para componer las ilustraciones.

Gracias a estos viajes y a la enorme generosidad de tanta gente, se nos fueron abriendo puertas y destapando las ollas. Don Gabriel Alarcón nos presentó a la señora Rosario Muñoz Riquelme y a la señora Norma

Zambrano Zambrano, dos grandes poseedoras del saber gastronómico relacionado con la vida en el ramal, quienes nos brindaron su tiempo y conocimientos. Además, contamos con el apoyo de la señora Juana Mena Pinchún, la que nos guio, contestando, entre risas y picardía, todas nuestras preguntas sobre la cocina del sur. En esta travesía también nos acompañó Rosa Meneses Aguayo, quien compartió sus vivencias, las que dieron sentido a este pequeño esfuerzo por rescatar aquellas preparaciones nacidas entre los rieles de Antilhue.

A todas ellas, nuestro completo agradecimiento, pues son los responsables de que los sabores de nuestra gastronomía se mantengan vivos, posibilitando que podamos disfrutar de estos platos y de sus historias. Son estas personas, y muchas otras a lo largo de todo nuestro país, quienes se han transformado en los guardianes anónimos de nuestro patrimonio, y merecen ser reconocidos porque son el último testimonio de un Chile que va desapareciendo frente al consumismo y la explotación masiva de los recursos naturales. Un Chile que se desvanece, como desapareció el tren en muchos lugares de nuestro país, y que sigue existiendo solo en los recuerdos y recetas, a la espera de que los volvamos a traer a nuestras vidas y a nuestras mesas.

### **SABORES SOBRE RIELES.<sup>1</sup> RECETAS ELABORADAS POR LAS PALOMITAS DE ANTILHUE**

Es el tiempo del tren, y los gritos de las vendedoras acompañan el silbido del ferrocarril sobre el camino de hierro: un desfile de gente, de canastos y de niños corriendo inundan la estación de la pequeña localidad de Antilhue<sup>2</sup> —perteneciente a la actual comuna de Los Lagos, en la región de Los Ríos—.

Es el tiempo del tren, y a su paso se van estableciendo nuevas actividades económicas y relaciones sociales y culturales, que se traducen en una eclosión de oficios y saberes propios de la vida en el ramal.<sup>3</sup>

1 Nota del editor: para aprender más sobre la historia del ferrocarril en Chile: Alliende, María Piedad (1993). *Historia del ferrocarril en Chile*. Santiago: Pehuén Editores y Goethe Institut.

2 Antilhue, en voz mapuche significa "lugar soleado". Su desarrollo fue impulsado por el auge del ferrocarril a partir de 1902, siendo cabecera del ramal Antilhue-Valdivia, el que permitió la conexión con el norte y sur del país. Antilhue se consolidó como una importante estación de la Red Sur de Ferrocarriles del Estado, y en 1913 Santiago y Puerto Montt quedaron conectados con el poblado, lo que significó un gran número de pasajeros, un intercambio cultural que movilizó identidades locales de hombres, mujeres y niños que compartían noticias, sueños y costumbres que se reflejaban en su cotidiano y en las formas de habitar y relacionarse con la naturaleza.

3 Nota del editor: el ramal es una vía férrea secundaria respecto de la principal.

Antilhue asiste a esta historia fluyendo al ritmo marcado por los golpes del metal y el sonido de la llegada del ferrocarril. Como cabecera de ramal recibe la visita de numerosos trenes con cargas y pasajeros provenientes de múltiples rincones de Chile.<sup>4</sup> Este movimiento va transformando el paisaje cultural de la localidad. Hoteles, hospedajes, cantinas, mataderos, carnicerías, chicherías, barberías, peluquerías y variados servicios en torno a la dinámica de la estación van dejando su huella en la vida social y en los actos cotidianos de sus habitantes.

El mestizaje cultural que trae aparejado la llegada del ferrocarril incide sobre el patrimonio gastronómico de la región, reflejo de lo cual son las recetas que componen este menú, algunas relatadas por mujeres pertenecientes a las famosas palomitas de Antilhue y otras referidas por mujeres estrechamente ligadas a la vida sobre los rieles. En ellas está presente la sabiduría propia del pueblo mapuche en la elaboración de fermentados, la utilización del mote y las técnicas de cocción al rescoldo, como también los elementos heredados de la tradición española, como la elaboración de cazuelas y la preparación de carnes de vacuno. De la misma forma se encuentran presentes elementos culturales de la colonia alemana, como las recetas de embutidos y cervezas que abundaban en la estación de ferrocarriles. Todo esto nos revela un escenario multicultural, enganchado como cargas de saberes y significados en cada uno de los vagones del tren que en alguna época le dio vida a la localidad de Antilhue.

## ANÉCDOTAS SABROSAS EN TORNO AL MENÚ

### Sámbuche de tortillas con longaniza (III)

En las casas aledañas a la estación, el movimiento comienza temprano, sobre todo, en aquellas casas donde habitan las vendedoras de tortillas, conocidas como “las palomitas”.<sup>5</sup> A las 4 de la mañana muchas de ellas ya están de pie, despertando el fuego del fogón para hacer las cenizas con las que cocinarán los apetecidos sámbuches<sup>6</sup> de tortillas con longanizas

<sup>4</sup> El ramal que une Valdivia con Antilhue posee una extensión de 28,3 kilómetros. La estación era paso obligado de trenes locales que unían los diferentes puntos de la región de Los Ríos, trenes ordinarios que recorrían de una región a otra, rápidos y expresos que unían Santiago con Puerto Montt.

<sup>5</sup> Nombre con el que se conoce a las vendedoras por su traje blanco y la forma de mover un paño blanco o plumero que recuerda el aletear de las aves.

<sup>6</sup> Nota del editor: forma coloquial para referirse al sándwich.

y pebre. A las 7 de la mañana están instaladas en sus puestos<sup>7</sup> con sus delantales blanquitos y bien elegantes. Los mesones de cobre brillan de tan limpios y en sus vitrinas se lucen sus tortillas y otras delicias con las que sorprenden a los pasajeros.

—“¡Ya llega el tren!” —grita una de las palomitas, y un desfile de delantales blancos y canastos se desparraman a lo largo de los rieles. Entre este mar de gente se encuentra la señora Rosario Muñoz Riquelme, acompañando a su madre Crispina, que comenzó a trabajar por ahí por 1940 en la venta de las tortillas de rescoldo.

Rosario creció con nueve hermanos, por lo que había que vender un montón de tortillas. El trabajo era arduo; un quintal<sup>8</sup> de harina diaria usaba su mamá. En ese tiempo no se utilizaba el horno de ladrillos, ni las sobadoras eléctricas, sino que todo era hecho a la antigua, cargando leña para hacer cenizas; luego se hacía el amasijo y se llevaba a una máquina de palo, que requería de al menos dos o tres personas para su funcionamiento,<sup>9</sup> una persona a cada lado se hacían cargo de los rodillos y la tercera se preocupaba de ir moviendo la masa.

“Uno podía dejar los pulmones sobando —nos comenta entre risas la señora Rosario—. Era terrible, pero así se trabajaba antes. Hartas mujeres trabajaban en este pueblo; mi mamá se iba con un canasto lleno de tortillas, pero iba a dar ahí nomá y ya volvía sin nada, tenía que irse luego porque la llegaban a retar porque no llevaba más. Yo me crié en eso. El tren iba y venía, todo el día había tren. Era bonito cuando había tren, pa’l sur, pa’l norte, pa’ Valdivia”.<sup>10</sup>

La venta de productos en la estación suponía un importante ingreso, sobre todo si se considera la gran cantidad de integrantes del núcleo familiar, quienes debían movilizarse a los centros educacionales o internados en Valdivia o San José de la Mariquina. Los que no asistían a clases ayudaban en el emprendimiento de la familia o trabajaban en oficios relacionados a los rieles.

La señora Rosario nos relata los recuerdos de su mamá:

“Mi mamá tenía un fogón donde hacía sus tortillas. En ese fogón hacía el

7 Ferrocarriles del Estado asignaba puestos para la elaboración y venta de productos artesanales para la atención de pasajeros, regulado por sus respectivos permisos.

8 Saco de 50 kilos de harina, que era pedido a Valdivia y era transportado por los trenes locales.

9 La elaboración de tortillas de rescoldo involucra la participación de varios integrantes de la familia.

10 Nota del editor: expresiones chilenas populares en que quien habla se salta algunas letras.

fuego y le colocaba una lata para poner las cenizas. Era harto trabajo. Se sacaba el fuego y se ponían las tortillas en los ladrillos y se enterraban todas las tortillitas. Entraban cien tortillas y toda la ceniza de la lata se echaba para tapanlas. Las tortillas eran del porte de un plato de pan. Una vez cocinadas se limpiaban con un paño y después se raspaban con una rasquetita”.<sup>11</sup>

La importancia del tren para las vendedoras no solo radicaba en su calidad como espacio privilegiado de venta, sino también para la obtención de materias primas y la posibilidad de traslado hacia Valdivia.

“En el tiempo del tren venían a entregar un motón de longanizas.<sup>12</sup> Acá en Antilhue también había una fábrica de longanizas y una carnicería que entregaban sus productos a los puestos, queso de campo igual, unos tremendos quesos” —dice la señora Rosario.

Las palomitas consolidaron una fuerte identidad, reflejada en el traspaso de saberes transmitidos de generación en generación, estableciendo una continuidad en el oficio mientras existió el servicio de pasajeros y carga del ferrocarril.

“A las tortillas le ponen ají, con pebre. Yo hago un ají especial que se muele, y le pongo una manzana verde, unos tres dientes de ajo y se muele bien molidito, con unas gotitas de aceite de oliva. La receta la aprendí de mi mamá y ella de su mamá, y mi hija ahora también la hace. La diferencia es que ahora se mete todo a la juguera, antes era en un mortero, bien machacado. Ahora son las máquinas que hacen el trabajo” —dice la señora Rosario.

Los conocimientos culinarios son traspasados de madre a hija y, otras veces, se aprenden gracias a la voluntad que nace en los rieles. Se trata de una experiencia de aprendizaje que se produce en el encuentro de oficios, de historias compartidas y de necesidades resueltas en lo colectivo, como la historia de la señora Norma Zambrano Zambrano que aprendió el oficio gastronómico en ese lugar de interacción —cara a cara— que es la estación de ferrocarriles. Ahí conoció a la señora Helena, una antigua palomita del sector de Antilhue. La señora Norma nos relata cómo aprendió la correcta preparación de las tortillas:

11 Instrumento utilizado para raspar las tortillas de rescoldo y quitarles las partes quemadas. Comúnmente está hecho con una lata de sardinas con agujeros pequeños.

12 Con el ferrocarril, muchos productos —tales como gallinas, longanizas, quesos, verduras y frutas de temporada— se intercambiaban entre pueblos, aprovechando la conexión de la línea férrea.

“Helena, una viejita muy buena, nos dijo así y así se hacen las tortillas, porque cuando nosotros hacíamos las tortillas las echábamos al fuego y nos quedaban como ollas, no ve que se subían, le echábamos la arena muy caliente; y ella dijo háganlo así y así. Ella nos enseñó”.

La señora Norma, junto con otras cinco integrantes, logró ocupar sus puestos en 1973,<sup>13</sup> tras concretar una entrevista con la visitadora ferroviaria, firmando un contrato que establecía que debían atender “de rápido a rápido”, esto es de las siete de la mañana hasta las nueve de la noche. Las palomitas trabajaban largas jornadas, marcadas por el paso de los trenes que llegaban desde distintos puntos del país: trenes locales; el ordinario, proveniente de Villarrica; el rápido —denominado “Aspirina” por su característico color verde, que asemejaba el envase de ese popular medicamento—, tren que hacía su recorrido de ida y vuelta de Santiago a Puerto Montt,<sup>14</sup> y cuya primera aparición era a las diez de la mañana, despidiéndose a la nueve de la noche.

Atendiendo se pasaba el tiempo entre mates y tortillas, y no faltaban los momentos alegres, como nos cuenta la señora Norma:

“Aquí había una viejita que gritaba: —Caballero ¡compre po! —No tengo plata —le decían, y ella respondía: —Se le va a mogar (oxidar) la plata en el bolsillo”. Otras veces pasaban caballeros y nosotras estábamos haciendo sámbuches, cortando la longaniza: —¡Ay! —gritaban los viejos y se tocaban su entrepiernas. Nos reíamos harto, había unos viejos graciosos y otros mañosos, pero lo pasábamos bien”.

El denominado sámbuche de tortilla incorporaba los productos locales, como longanizas, carne de vacuno, quesos y huevos de campo, que se obtenían de la crianza directa de los animales o del intercambio que se realizaba con otros poblados. El ferrocarril, de esta manera, activaba la economía local aprovechando la conectividad que brindaba, consolidando productos típicos como es el caso de las tortillas de rescoldo con longaniza de la localidad de Antilhue.

13 Las políticas de autofinanciamiento de ferrocarriles impulsadas tras el Golpe Militar en Chile, sumado al fomento del transporte por carretera propiciaron el decaimiento de la Empresa de Ferrocarriles del Estado, al no contar con las inversiones necesarias para mantener en funcionamiento y mejorar los servicios de carga y traslado de pasajeros, proceso que generó su cierre definitivo en 1992.

14 Nota del editor: En el texto del menú “De Puerto Montt con amor”, se encuentra un relato de la experiencia en el tren rápido que conectaba Santiago a Puerto Montt, con parada en Antilhue.

## Patitas de vacuno (II)

Junto con las tortillas de rescoldo, en los rieles se vendían la patas de vacuno o chanco con pebre, preparaciones que se hacían en las casas, en grandes ollas que pasaban varias horas sobre el fuego. Estas recetas dan cuenta de una estrecha relación con los saberes del campo sureño, en el que se aprovecha la totalidad de los animales faenados. Un factor importante es el desarrollo de mataderos y carnicerías en el sector, que debe su auge a la llegada del tren y a la conectividad asociada.

En relación a las preparaciones que buscan aprovechar los insumos, la señora Norma nos cuenta:

“Antes, cuando matábamos un animal, se sacaba todo, la panita, el bofe,<sup>15</sup> todo lo de adentro, y se preparaba una chanfaina<sup>16</sup> con cebollita, arvejas, las patitas y vino. Se aprovechaba todo”.

Estos conocimientos del campo llegan a los rieles a través de las recetas de las palomitas. La señora Norma recuerda la forma en que se elaboraban las famosas patitas de vacuno, esas patitas que tentaban hasta a las mismas palomitas, las que, mientras esperaban el arribo de los trenes, se contentaban entre mates y tortillitas de rescoldo calentitas con grasita de patitas de vacuno, las que hasta el día de hoy se siguen consumiendo en sus hogares.

“Las patitas se cuecen en agua con aliños hasta ablandar la carnecita, o hasta que se vea que se suelta la carne del huesito.<sup>17</sup> Estas las vendíamos acompañadas de un buen pebre picante en una bolsita. Ahí la gente decidía si se llevaba su vianda a la casa o lo empezaba a picar al tiro, ayudándose con una servilletita, para disfrutar de estos sabores caseros y típicos de Chile”.

## Chicha de chupones (I)

La estación ferroviaria, como punto de encuentro e intercambio de productos, activaba oficios y saberes asociados a la recolección, al cultivo y a la venta de productos artesanales. Según la época del año, los ramales se llenaban de colores y olores que despedían los canastos atiborrados de frutos.

<sup>15</sup> Pulmones del animal.

<sup>16</sup> Nota del editor: ver “La cocina de Sara” en este libro, donde también este guiso (la chanfaina) ocupa un lugar especial.

<sup>17</sup> Nota del editor: el lenguaje chileno suele recurrir al uso de diminutivos.

En septiembre se ofrecían los digüeños,<sup>18</sup> que se preparaban como ensaladas o con huevos. Desde febrero a julio se vendían manzanas, ramos de copihues, chupones,<sup>19</sup> castañas, avellanas, changles,<sup>20</sup> callampas, aromáticas murtas<sup>21</sup> y maqui,<sup>22</sup> entre otros frutos y hierbas medicinales, todos los cuales crecen de manera silvestre y son protagonistas de múltiples recetas que aprovechaban los recolectores y vendedores de Antilhue.

Este escenario lo recuerda la señora Rosario:

“En la estación se vendían licores, comida y empanadas también, ahora todo eso se fue abajo porque ya no hay tren. Se vendían queques, calzones rotos, berlines,<sup>23</sup> mermeladas, dulce de membrillo, murta, conservas de murta. El chupón lo vendían en ataítos igual que las callampas y los changles. Con la parte blanca de los chupones hacíamos un licor. Ahora se ve poco, las forestales han echado a perder todo. Nosotros antes salíamos a buscar y nos encontrábamos con unas inmensas matas con unas tremendas cajetillas,<sup>24</sup> ahora yo no sé dónde los irá a buscar la gente. Hay que saber ver dónde están las cajetillas de chupones y ahí hay que escarmentarlas para sacarlas, se sacan con un alicate, porque si va con la mano se pincha, con un alicate se toma y se tira. Igual que la mosqueta que pincha, tiene harto proceso —la mosqueta—, hay que cocerla, molerla, pasarla por cedazo y después pasarla por un paño finito porque tiene espinas y de ahí se lleva al fuego para sacarle el punto,<sup>25</sup> una hora de cocido y dándole vuelta y vuelta”.

Dentro de los frutos que se han ido perdiendo, ya sea por el olvido o por la llegada de las forestales, se encuentra el chupón, un fruto muy utilizado en los tiempos del tren para fabricar licores y chicha, además de ser muy

18 Hongo (*Cyttaria-darwinii*) que crece en las ramas de árboles como raulíes, lengas, robles y coigües.

19 Chupón o quiscal, es una planta endémica de las zonas templadas de Chile, que se encuentra desde la región del Biobío hasta la región de Los Lagos, siendo común en la selva valdiviana.

20 Hongo comestible que se encuentra en la región de Los Ríos, con el cual se preparan empanadas, salsas y sofritos representativos del patrimonio culinario el sur.

21 Baya (*ugni molinae*) que posee propiedades antioxidantes y es frecuentemente utilizada en la elaboración de conservas, mermeladas y licores.

22 Árbol que se distribuye en Chile desde Limarí hasta Aysén. Produce un fruto negro violáceo brillante utilizado para su consumo directo, elaboración o remedios naturales.

23 Nota del editor: los calzones rotos son un dulce típico chileno hecho de una masa que se fría y a la que se le espolvorea azúcar flor (azúcar en polvo usada en repostería). Los berlines son dulces de masa frita en forma esférica y rellenos con mermelada o crema.

24 Nota del editor: se le llama cajetilla al envoltorio del fruto.

25 Que logre la consistencia propia de las mermeladas, para lo cual hay revolverlas sobre el fuego, evitando que se quemem.

considerado por los niños para hacer sus travesuras, pues con ellos se llenaban la boca de pepas disparándoselas entre ellos.

### Receta de chicha de chupón de la señora Juana Mena Pichún

“El chupón<sup>26</sup> era lo que más se vendía en ese tiempo en el tren, lo vendían en atado. Para preparar la chicha se sacaba toda la parte blanca, o sea se separaba de la parte café para atrás y todo eso blanco se ponía a hervir. Entonces, una vez hervido se dejaba enfriar y se restregaba bien, después se pasaba por un colador, procurando que no le pase nada hacia abajo, ni pepas, ni nada. Entonces uno le ponía un poquito de levadura al líquido y eso lo hacía fermentar más rápido. Entonces hervía<sup>27</sup> y se tenía que ir rellenando el envase en botellas de vidrio de dos litros o cinco litros, igual que la chicha de manzana, iba botando todo lo que había pasado, lo sólido, eso terminaba de hervir y se tapaba y ya no hervía más. Se dejaba fermentar abierto tres o cuatro días y, luego de eso, estaba listo. Se sellaba y se dejaba guardadito. En los días heladitos de invierno, se lo tomaban así dulcecito, era como una mistela de chupón o chicha de chupón”.

### Receta motemei (IV)

Las palomitas solían tener grandes peroles<sup>28</sup> con motemei y huesillos para satisfacer los antojos de los viajeros.

La inclusión de localidades alejadas de los centros urbanos, propicia la integración de culturas, permitiendo las ciudades vayan incorporando en su cotidiano preparaciones que antes eran exclusivas de sus lugares de origen. Un ejemplo de esto es el motemei, palabra del pueblo mapuche que designa el mote cocido, un tipo de mote como el de trigo, pero hecho de maíz.

Se cuenta que su nombre se debe al grito de los antiguos moteros “¡mote de maíz!”, cuya contracción, motemei, terminó adjudicando el nombre al producto, el que es utilizado para la confección de variadas recetas, ya sea como guiso, acompañando porotos o con agua azucarada y huesillos.

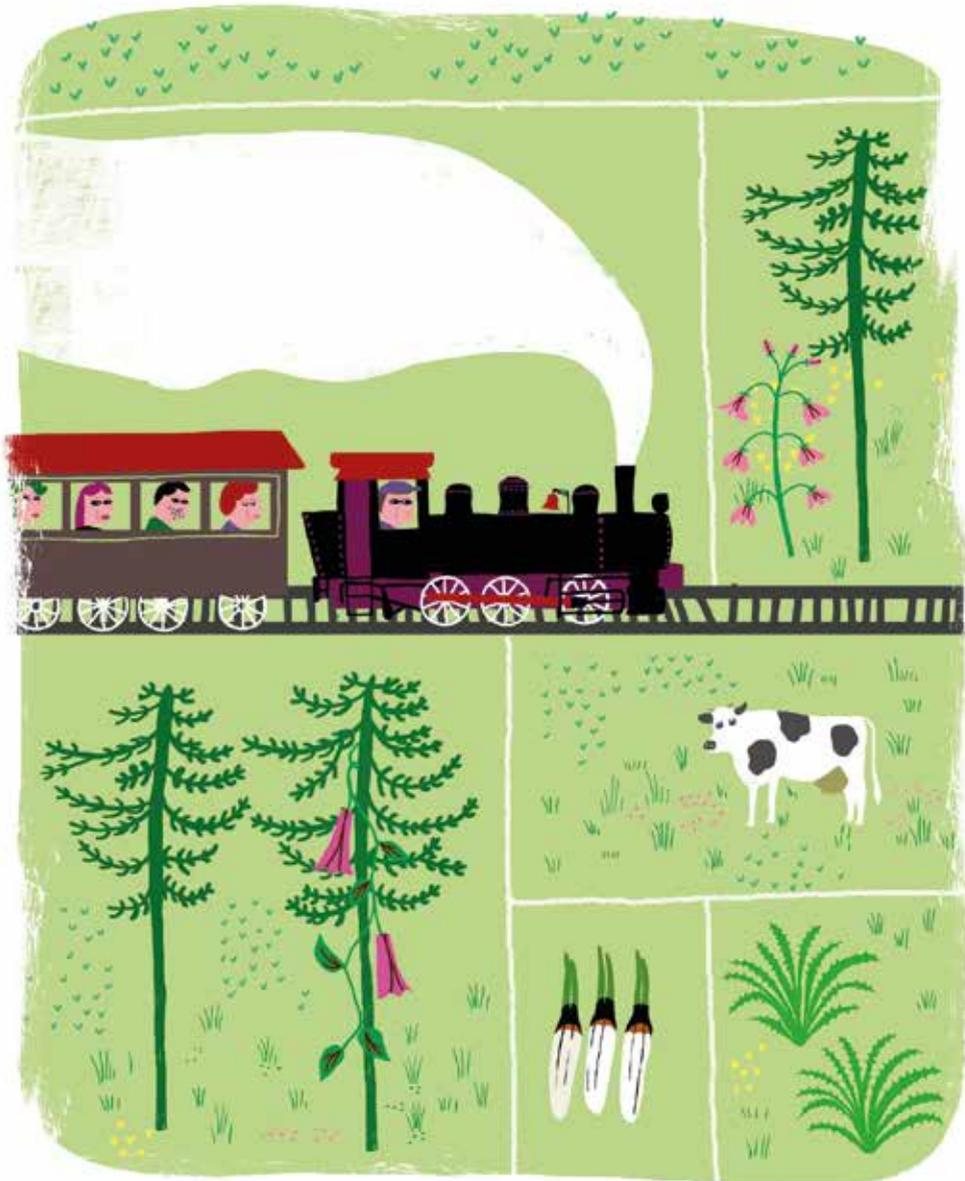
26 La llegada de las empresas forestales ha tenido un fuerte impacto sobre la selva valdiviana silvestre, puesto que han arrasado con grandes trazos de tierra fértil transformándolos en campos de pino y eucalipto. Lo mismo ha acontecido no solo con los chupones, sino también con las murtas, maqui, el copihue y otros frutos silvestres, que han sido desalojados de sus tierras por estas industrias.

27 Proceso de fermentación de la chicha.

28 Nota del editor: ollas.

De la localidad de Pishuinco, la señora Juana Mena Pichún nos cuenta sobre los procesos de elaboración de este producto:

“Este es el choclo utilizado para hacer pastel, que es secado en las vigas del fogón. Antiguamente para este proceso se tejían largas trenzas con unos seis choclos, se le sacaban unas hojas al choclo y se le dejaban unas cuantitas, las más delgadas del centro para ir fabricando el trenzado; siempre había en el fogón y en todos los postes se encontraban colgadas estas trenzas. Eran iguales a las que se hacían con los ajos: ponían unas varas largas atravesadas sobre el fogón y de esta forma quedaban perfectamente secas, no se apolillaban, ni se descomponían, duraban todo el invierno, porque ese mismo choclo era el que usaban de semilla para sembrar, y de ese mismo choclo se desgranaba para hacer motemei y comer en diversas preparaciones como motemei con porotos granados o con chanchito ahumado casero o con huesillos”.



Ilustraciones de Patricia Águilera Álvarez, realizadas para el dossier de presentación del menú para el concurso.

## Recetario

### (I) Chicha de chupones

(4 litros aprox.)

#### Ingredientes

- 3 k de chupones limpios<sup>29</sup>
- 6 litros de agua
- 1 cucharadita de levadura<sup>30</sup> seca
- 1 vasito de aguardiente (opcional)

#### OPCIONAL

Antes de cerrar las botellas, se le puede agregar un vasito de aguardiente, conocido como mistela de chupón. La chicha o licor de chupón era comercializada en los andenes del tren en botellas de vidrio de 2 litros o en damajuanas<sup>31</sup> de 5 litros.

#### Preparación

Cocer los chupones en una olla con los 6 litros de agua.

Dejar enfriar y restregar con las manos para que suelte el néctar.

Pasar por un colador fino, evitando que pasen las pepitas.

Reservar un litro del agua de los chupones y al resto agregarla levadura. Mezclar bien.

Trasvasijar en botellas de vidrio y dejar fermentar durante 3 a 5 días. Al fermentar va subiendo todo el sedimento que puede haber quedado en la mezcla. Con el litro del agua de los chupones que quedó reservado, ir rellenando las botellas a medida que vaya subiendo el líquido en el proceso de fermentación.

Tapar las botellas y guardar en un lugar fresco y seco.

Una vez fermentado se puede beber inmediatamente.

29 Se retira la parte café del chupón, dejando solo lo blanco del fruto.

30 La levadura era utilizada para acelerar el proceso de fermentación y evitar la descomposición de la mezcla.

31 Envase de vidrio de cinco litros.

## ***(II) Patitas de vacuno con pebre***

(4 porciones)

### ***Ingredientes***

#### ***Para las Patitas***

- *4 patitas de vacuno*
- *1 cebolla*
- *4 dientes de ajo*
- *Sal a gusto*
- *Pimienta*

### ***Preparación***

Lavar las patitas de vacuno y echarlas a cocer junto con el ajo sin pelar. Para que suelte el sabor, agregar un trozo de cebolla.

Condimentar y cocinar lentamente hasta que la carne de las patitas esté blanda y se empiece a soltar del hueso (3 horas en olla normal o 1 hora en olla a presión).

### ***Ingredientes***

#### ***Para el pebre***

- *2 tomates*
- *1 cebolla*
- *½ atado de cilantro*
- *2 ajíes verdes*
- *Sal a gusto*
- *Aceite*

### ***Preparación***

Mientras se cocinan las patitas, lavar las verduras para preparar el pebre.

Pelar y cortar el tomate, la cebolla y el ají en pequeños cuadraditos.

Picar bien fino el cilantro y mezclar todo junto.

Condimentar con sal y aceite.

### **MONTAJE**

Servir las patitas de vacuno enteras, partidas a la mitad desde la uña hacia arriba y acompañar con un poco de caldo y un rico pebre con ají.

### ***(III) Sámbuche de tortilla de rescoldo con longaniza***

(Para 4 tortillas)

#### ***Ingredientes***

- 1 k de harina (sin polvos de hornear)
- 100 ml de aceite
- 10 g de levadura fresca
- 350 cc de agua tibia
- 10 g de sal
- 4 patas de longanizas

#### ***Preparación***

Preparar el fuego con leña sobre una lata unas horas antes para obtener la ceniza.

Verter la harina en una batea<sup>32</sup> de madera formando un volcán en el centro con el aceite, la levadura y la sal.

Agregar el agua tibia y comenzar a unir la mezcla con los dedos.

Sobar<sup>33</sup> la masa durante 10 minutos o hasta obtener una masa firme.

Formar los moñitos<sup>34</sup> y aplanar con una botella o uslero para darle la forma a las tortillas.

<sup>32</sup> Fuente grande de madera utilizada para preparar masas.

<sup>33</sup> Amasar, frotar la masa.

<sup>34</sup> Trozos de masa cortada para la medida de una tortilla.

<sup>35</sup> Instrumento utilizado para mover las tortillas en las brasas. Suele tener un mango de madera y metal curvo en la punta

Mientras tanto, cocinar las longanizas en abundante agua por 15 minutos desde que rompe el hervor.

Reservar.

Para cocinar las tortillas, se deben cubrir con las cenizas durante 8 minutos.

Con la ayuda de un suncho<sup>35</sup> o de otra herramienta similar, dar vueltas las tortillas y volver a cubrir con ceniza por dos minutos más para que queden crujientes por ambos lados.

Retirar las tortillas de las cenizas, limpiar con un paño y rasparlas con la rasqueta para eliminar lo que esté quemado.

#### **MONTAJE**

Abrir las tortillas y poner la longaniza partida por la mitad y servir. Se puede agregar pebre.

**(IV) Motemei con huesillos<sup>36</sup>**

(4 porciones)

**Ingredientes**

- 2 tazas de motemei cocido\*
- 400 g de huesillos
- 4 cucharadas de azúcar
- 1½ litro de agua
- 1 rama de canela
- Cáscara de un limón
- 125 g de chancaca<sup>37</sup>

*\* Para hacer el motemei se toman dos choclos y se les arrancan unos granitos a cada uno con las uñas. Luego se frotan entre sí para desgranar las corontas. Una vez desgranados se ponen en una olla sobre el fuego con lejía<sup>38</sup> hasta que la parte superior de los granos se pone amarilla. Luego se debe retirar del fuego y restregar bien para soltar el hollejo y el ombligo (si no bota el ombligo, el maíz no se abre; cuando se abre el maíz queda como una florcita). Luego, enjuagar bien los granos y cocer con agua por un tiempo prolongado, hasta que estén blandos. Una vez listo, se puede utilizar en preparaciones tanto dulces como saladas.*

**Preparación**

Dejar remojando los huesillos en agua durante la noche anterior.

Al día siguiente, agregar canela, azúcar, ralladura de limón y chancaca.<sup>39</sup>

Llevar a hervor durante 45 minutos aproximadamente y dejar enfriar.

**MONTAJE**

En una caña grande de vidrio grueso agregar dos o tres cucharadas de motemei cocido y dos huesillos. Luego, rellenar el vaso con el delicioso jugo de los huesillos.

36 Nota del editor: el mote con huesillos es un típico postre o tentempié chileno. Tanto así, que existe un dicho que dice "más chileno que el mote con huesillos". Es una bebida refrescante que generalmente se vende y se sirve en la calle.

37 Nota del editor: la chancaca o panela es un producto de la caña de azúcar que se vende generalmente en bloques sólidos y densos. Se utiliza para endulzar postres, disolviéndose en agua.

38 Mezcla de agua con cenizas.

39 Miel que se obtiene de la caña de azúcar.

## **EQUIPO DE TRABAJO**

El menú “Sabores sobre rieles” fue presentado al concurso por:

### **Eduardo Aguilera Álvarez**

Antropólogo, encargado de la investigación, quien comenta: “Las ciencias sociales nos permiten aproximarnos al sentido y valor histórico-antropológico del arte culinario, sus sincretismos y respuestas ante un mundo globalizado”.

### **Nicole Hernández Alvear**

Chef, encargada de la recopilación de recetas, la que añade: “La gastronomía nos revela los procesos y técnicas de transformación de los productos, sus formas de consumo y especificaciones dentro de cada receta”.

### **Patricia Aguilera Álvarez**

Diseñadora e Ilustradora, encargada de la edición, diseño e ilustraciones del menú, quien manifiesta: “El diseño nos permite una relectura de los elementos culturales a través de la ilustración, una forma creativa de comunicar y entrelazar una gran cantidad de datos en las imágenes”.

**BIBLIOGRAFÍA**

- Alliende, María Piedad (1993). Historia del Ferrocarril en Chile. Santiago, Chile: Pehuén Editores.
- Alliende, María Piedad (2001). “La Construcción de los Ferrocarriles en Chile 1850-1913”, en Revista Austral de Ciencias Sociales, n° 5, Universidad Austral de Chile, Valdivia, Chile.
- Hernández, José y Lespai, Marcelo (2009). Memoria Gráfica. Una andanza entre los durmientes. Osorno, Chile: Gobierno Regional de Los Lagos.
- Montecino, Sonia (2004). La olla deleitosa. Cocinas mestizas de Chile. Santiago, Chile: Editorial Catalonia.
- Montenegro, Gloria (2000). Chile, nuestra flora útil: guía de plantas de uso apícola, en medicina folklórica, artesanal y ornamental. Santiago, Chile: Ediciones Universidad Católica de Chile.
- Sitios visitados de internet: <http://www.memoriachilena.cl/>



MENCIÓN HONROSA

## LA COCINA DE SARA

Recetas austeras para recomponer el cuerpo

*Bulnes, provincia de Diguillín, región de Ñuble*

Sofía Magdalena Motta Saldes

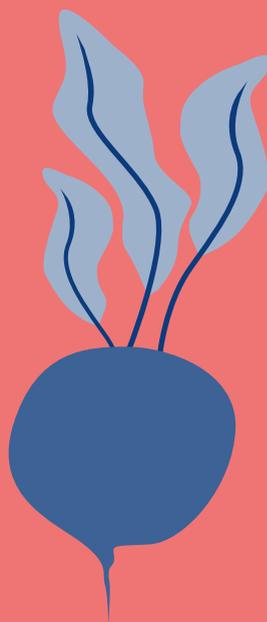
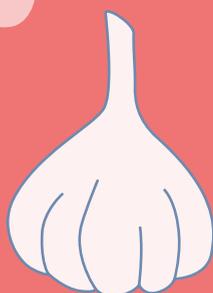
Cristopher Jonathan Orellana Lastra

Hernán Delfín San Martín Bello

Juan Patricio San Martín Bello

Alan Patricio San Martín Parada

Laura Irene Vicens Loyola



# *Menú*

## **ENTRADA**

*Chanfaina del pobre*

## **SEGUNDO PLATO**

*Pantrucas*

## **POSTRE**

*Cocoroco*

## **BAJATIVO**

*Mistela*

*Café de trigo*



## Presentación del menú

El acto performático del cocinar, transmite, cultura regenera y fortalece a la comunidad que la practica, posibilitando un espacio colaborativo en donde confluyen diversas voces que desembocan en un lenguaje común, a lo que llamamos menú. De ahí que la elaboración de un simple plato de comida o el acto básico de alimentarse lleve consigo diversas sintonías emotivas, capaces de transportar a las personas a aromas, temperaturas y sabores del pasado, dando paso a un instante nostálgico, un ritual simbólico que honra y ofrenda a los ancestros y que, a la vez, da la oportunidad de reconfigurar nuevas escrituras y significados para las futuras generaciones. Desde este punto de vista, en el acto culinario — acto único y lleno de riquezas lingüísticas — emerge la subjetividad de los individuos, por lo cual, como equipo “La cocina de Sara”, asumimos como premisa de trabajo que cualquier experiencia culinaria es importante y digna de sistematizar, sin importar de donde venga o lo que represente, cualquier historia puede ser una propuesta de menú patrimonial.

En el otoño de 2018, en la búsqueda de despeinar la “norma” culinaria, en una conversación de amigos en un pequeño departamento del barrio Bellas Artes en Santiago, de esas que ocurren con una buena copa de vino tinto en la mano, empezamos a compartir nuestras propias experiencias en torno a la cocina. De ahí llegamos a la historia familiar de uno de nuestros integrantes, que versa sobre la relación íntima entre una madre llamada Sara y sus hijos Juan y Hernán San Martín. De ahí, en un abrir y cerrar de ojos, viajamos a Bulnes en la región de Ñuble, al encuentro de estos protagonistas, un viaje que no solo impactaría a la familia San Martín, sino que nos daría la posibilidad, como equipo, de creer en la fuerza del trabajo colaborativo y en los talentos profesionales que cada uno, desinteresadamente, puso a disposición.

Agradecemos esa sensibilidad por el rescate patrimonial de Sofía, esa motivación contagiosa que nos lleva a emprender ideas en conjunto.

El punto de vista artístico y profesional plasmado por Christopher a través de sus bellas fotografías.

Las reflexiones metodológicas de Alan y su perspectiva crítica sobre las relaciones sociales.

A Laura por desestructurarnos y hacernos valorar la calidad y variedad de los productos alimenticios que encontramos vinculados al menú.

Y en especial a Juan y Hernán San Martín, que desde su sencillez logran llenarnos de enseñanzas, transformándose para nosotros en verdaderos maestros de vida.

“La Cocina de Sara”, no solo es una propuesta de menú, que puede llegar a renovar la carta de cualquier restaurante especializado en comida criolla e incluso vegana, con su chanfaina a base de callampas, sino que esta propuesta —que se subtitula “recetas austeras para recomponer el cuerpo”— es un testimonio significativo de cómo la familia chilena, a partir de productos básicos y de bajo costo, no solo logra reunir a todos sus integrantes en torno a la mesa, sino que los protege y los reconforta. Cocina y amor en un solo lenguaje.

### **LA COCINA DE SARA: RECETAS AUSTRAS PARA RECOMPONER EL CUERPO**

El menú presentado por los hermanos San Martín Bello da cuenta de una tradición culinaria arraigada en la memoria familiar campesina/mestiza y del encuentro de dos hombres en una cocina. Sus manos toscas, gruesas y firmes, van espolvoreando con delicadeza la harina de rama<sup>40</sup>, contenida en un tarro de cartón antiguo, sobre un gran trozo de madera prensada, el que ha sido depositado sobre la mesa a la que se sentarán a comer, continuando con el rito sagrado al que acuden una vez por semana, rememorando una tradición familiar de más de tres generaciones.<sup>41</sup>

40 La harina en rama o de rama es otro nombre para designar a la harina de grano entero.

41 “La cocina de Sara, recetas austeras para recomponer el cuerpo”, es una sistematización culinaria, que adopta la lógica de análisis de la producción de narrativas, cuya importancia radica en la capacidad de descripción de realidades subjetivas de los hermanos San Martín Bello, de la comuna de Bulnes, en base a la experiencia del ejercicio performático del acto de cocinar, de acuerdo a los aprendizajes heredados lingüísticamente por su madre Sara.

La matriz de la narración presentada, no posee nociones académicas de lo que representa comúnmente una receta o investigación gastronómica, sino más bien un régimen construido donde las medidas o reglas no están establecidas, sino más bien son al ojo como nos lo señalan los hermanos participantes. El ejercicio discursivo fue capturado en tres sesiones narrativas desarrolladas durante los meses de mayo y junio de 2018. Surgen prácticas culturales y simbólicas, que subyacen a la memoria culinaria y que colaboran a conformar su identidad. El acto o rito de cocinar transmite, regenera y fortalece la identidad de la comunidad que la práctica, permitiendo entrelazar sintonías emotivas y diversas, transportando al momento de interlocución una heteroglosia de miradas y posiciones, en donde cobran vida sus antepasados/as.

El arte de dar paso a las producciones narrativas, requiere de una serie de sesiones de conversación, en las que el equipo investigador, junto a los dos participantes, hablan y se refieren a los diversos aspectos de su memoria culinaria. En el caso de esta narración, el número de sesiones y su duración, se estableció con los participantes, de modo que ambas partes en conjunto examinaron los nuevos temas a explorar y señalaron cuándo éstos se dieron por sentados.

La escena transcurre en la casa familiar que heredaron de sus padres, Vicente San Martín Salazar (1895-1971) —barbero y peluquero del poblado— y Sara Bello Bello (1910-2010), madre y dueña de casa.<sup>42</sup> La morada se encuentra en la principal avenida del poblado de Bulnes, ubicado entre los ríos Larqui y Gallipavo, en la provincia de Diguillín, región de Ñuble. El caserío se remonta a 1788, cuando se formó un pequeño poblado y una capilla, que en sus comienzos recibió el nombre de Villa Santa Cruz del Larqui, hasta el 21 de octubre de 1884 en que pasa a llamarse Bulnes, en honor al general Manuel Bulnes Prieto.

Sara Bello nació en 1910 y en su juventud, decidió, junto a su madre, trasladarse a Temuco a trabajar en una hacienda, para, posteriormente, llegar a Santiago. Una vez en la capital, ambas se emplearon en el servicio doméstico de una casa de comerciantes italianos, incorporando a su cocina preparaciones con esa raíz. Entre los relatos narrados por Sara a sus hijos(as) y nietos(as) surge el recuerdo de la inmensa variedad de masas que aprendió a cocinar: “Nuestra madre siempre mencionaba que aprendió a preparar los tallarines en la casa de los italianos; ella mezclaba harina y huevo, estiraba la masa, la cortaba con un cuchillo, hervía y servía el plato acompañado con hongos<sup>43</sup> silvestres salteados en cebolla, le quedaban muy ricos”, relata Juan Patricio San Martín Bello.

Aproximadamente a los 20 años, Sara viajó a Bulnes a visitar por unas semanas a su abuela Matea Bello, época en que conoció a Vicente San Martín Salazar, un viudo 15 años mayor que ella. Vicente era el único peluquero del pueblo, dueño de la Peluquería San Martín, a la que concu-

La producción narrativa apunta a reconstruir la experiencia, no recogiendo las palabras textuales de los participantes, pero sí la forma en que éstos requieren que sea leída su visión del fenómeno, que en este caso es la experiencia familiar del cocinar, especialmente desde las enseñanzas de “rigor de vida” formadas por su madre Sara.

El diálogo se estableció a través de una entrevista semi estructurada poniendo cuidado en la no estandarización de sus resultados, para incluir todos los aspectos significativos y emotivos que los dos participantes quisieron resaltar (Biglia y Bonet-Martí, 2009). Siguiendo a Fontana y Frey (2003), Biglia y Bonet-Martí entienden la entrevista como el medio por el cual se produce la interlocución, concebida “como un proceso de negociación y construcción compartida de significados a partir de la interacción producida a través de un diálogo entre el entrevistador y el interlocutor en un contexto determinado” (párrafo 54).

<sup>42</sup> La madre de los hermanos San Martín Bello, Sara Bello Bello, nace el año 1910, en un sector rural llamado Pemuco, cercano al poblado de Bulnes; ella, a su vez, es hija de Margarita Bello, quien fuera empleada doméstica de un fundo de inmigrantes alemanes (colonos avecindados en Chile por las políticas de inmigración de la época), quedando embarazada del hijo del dueño del predio, acontecimiento que fue obviado por años. Desde pequeña, Sara conoció el rigor de la siembra y el cuidado de animales en la hacienda de los colonos alemanes, pero también vivió en carne propia el ser huacha, el sacrificio constante del trabajo proscrito para las mujeres, lo doméstico como imposición en su cuerpo mestizo, frágil, blanco y pecoso.

<sup>43</sup> Nota del editor: entre los hongos silvestres comestibles de la zona, se encuentran los changles, dihueñes, flammulinas, hongos del pino y morechelas.

rrían a caballo los dueños de fundos del sector. Se casaron y se instalaron a vivir en una casa de adobe ubicada en la calle Palacio de Bulnes.

A pesar de que la peluquería era un buen negocio, el gran número de hijos que tuvieron los llevó a instalarse con un local llamado Frutos del País, donde vendían granos para el poblado y desde donde se enviaban, en saco, por tren, a Santiago. “Mi papá tenía una venta de legumbres, porotos, zapallos, garbanzos, lentejas, trigo y le mandaba para la venta a un amigo de Santiago” (Juan Patricio San Martín Bello).

Mientras Vicente cumplía el tradicional rol de proveedor, comprando sacos de harina, legumbres y papas, Sara desde su rol doméstico y de crianza, se las ingeniaba para alimentar a sus hijos e hija. Las pantrucas eran el plato familiar por excelencia: especie de guiso elaborado con agua, harina, huevo y la sustancia de un hueso (sin carne) de pollo o vacuno, ingredientes que se conjugan para elaborar una de las recetas más austeras y deliciosas de la zona central y sur de Chile.

Sara vivió su vida como una mujer estricta hasta el día que falleció —a la edad de 100 años—, en 2010. Llevaba siempre un peinado relamido, con un tomate y peinetas españolas. Su pelo canoso y sus ojos verdes le daban una apariencia de abuelita de cuento, pero quienes realmente la conocieron sabían que nunca fue una mujer demostrativa de su afecto. Sara se formó en la postergación, en el servir a otros(as), y su cocina es reconocida por sus hijos e hija como una forma de entrega. Ahí, en sus recetas emerge su historia, su particular manera de relacionarse con el mundo y, lo más significativo, su forma de ser mujer.

A pesar de la rigurosidad de las enseñanzas de Sara, sus hijos varones se han formado como hombres afectivos, sencillos y dedicados sin problema a las labores domésticas, destacándose su buena mano en la cocina. En sus reuniones familiares, en una especie de ritual, invocan a sus antepasados y en especial a su madre, desplegando una gran variedad de platos de origen campesino, mestizo, con influencia europea, pero con sabores locales y austeros.

“Mi mamita, ella nos dejaba cocinar a su lado. Cuando nos juntamos con los hermanos, el Fernando, el Lalo, el Juan y mi hermana Sara, todos nos ponemos a cocinar” (Hernán San Martín Bello).

“Él [Hernán] es más bueno para cocinar y yo soy más bueno para amasar, pero él es bueno para cocinar en la olla, le queda parecido a mi mamá” (Juan Patricio San Martín Bello).

Ya han pasado ocho años desde la muerte de Sara. Juan, su hijo menor que vive en Chillán, visita cada semana en la casa de Bulnes a su hermano Hernán, apodado el Pollo, dando continuidad al rito de la cocina austera de Sara: “es una cocina sencilla, del pobre, como en esos tiempos, pero mi mamita siempre se preocupó con amor de mantenernos sanos y bien alimentados, mi mamita fue un pan de Dios” (Juan Patricio San Martín Bello).

De sus obligaciones laborales y del aprendizaje de su madre, nace la relación de los hermanos Bello San Martín con el fogón y la cocina campesina y austera; desde la necesidad de alimentar a los suyos —acudiendo a elementos locales, del huerto y del cerro, como frutos, verduras, hongos, y a los granos como el trigo y legumbres, surge “una dieta libre de carne, porque los animales estaban reservados para los patrones y además no existía manera de conservar su frescura, no existían los refrigeradores”, como relatan los hermanos San Martín Bello. “Cuando chicos comimos mucha legumbre y también mucha carbonada de verduras”, recuerdan.

El poblado de Bulnes, al igual que muchos otros, se niega al olvido. Las líneas de expresión en las caras de sus habitantes mestizos dan cuenta del sacrificio y rigor del trabajo propio de las faenas en la hacienda, de la siembra y cosecha del trigo, así como del trabajo y cuidado de los animales: el pastoreo, el arreo, la doma y la esquila. El recuerdo del pasado surge en cada palabra, mientras en la cocina se realizan las preparaciones, recordando los olores, texturas, sonidos y colores del pasado y del presente, de aquello que perdura en el rito de la cocina, en sus técnicas y símbolos.

## ALGUNOS RECUERDOS CULINARIOS DE LOS HERMANOS SAN MARTÍN BELLO,<sup>44</sup> PORTADORES DE SABORES

### Chanfaina<sup>45</sup> del pobre (I)

Durante la infancia de los hermanos San Martín Bello, era una tradición recolectar hongos en los campos de la zona. Sin embargo, la contaminación de los suelos ha disminuido la posibilidad de encontrar hoy en día las especies silvestres. Uno de los hermanos recuerda que “con nuestros amigos nos juntábamos a recorrer los campos, sobre todo los fundos del camino a Santa Clara. Muchas veces saltábamos las cercas y alambrados sin permiso. Se recolectan en invierno después de la tercera lluvia, es un plato que mi mamita preparaba en invierno” (Hernán San Martín Bello).

Señalan que desde “hace más de 50 años que vamos al campo a buscar hongos, hay hongos buenos y hongos malos y venenosos, hay que saber muy bien cual es cual, eso lo aprendimos de mi mamita y ella de mi abuelita Margarita” (Juan Patricio San Martín Bello).

Ambos hermanos hacen hincapié durante el relato que “esta es la típica chanfaina de los pobres; se reemplaza la carne por los hongos silvestres; esto se come en el campo, es más barato, tú vas al cerro, o al campo y recolectas los hongos, no tienes que pagar por ello. Ahora es distinto, ya todos los terrenos están contaminados, pero nosotros tenemos la suerte de poder ir al terreno de gente conocida, donde tienes seguridad de que la tierra está sana y no te vas a enfermar”.

Una vez que ya estaba preparada la chanfaina “se servía una porción en cada plato y se acompañaba con ají Quinchamalí, además de ajito machacado en mortero de piedra, el mortero es una herencia de mi mamá.

<sup>44</sup> Es en el reconocimiento de la perspectiva de los hermanos San Martín Bello donde la pesquisa etnográfica da la posibilidad de describir las maneras como Juan y Hernán se definen a sí mismos y se sitúan en una posición adscrita o excluida dentro del tramado social. Las prácticas del cocinar no pueden darse fuera de las prácticas discursivas que dotan de inteligibilidad a los participantes. Según Butler (2007, p. 282), “toda significación tiene lugar dentro de la órbita de la obligación de repetir; así pues, la ‘capacidad de acción’ es estar dentro de la posibilidad de cambiar dicha repetición”. Precisamente, es en la acción repetitiva de la identificación, en donde emerge el escenario posible para dar paso a la resignificación de la masculinidad de estos dos hermanos, presentándonos no solo lo que ellos conciben como recetas culinarias, sino, además, develándonos una forma invisibilizada y distinta de relación social, vinculada a una sintonía del género masculino con el espacio doméstico/culinario y consiguen el ejercicio emotivo de “cocinar con amor”.

<sup>45</sup> Nota del editor: la chanfaina es un plato tradicional de la comida chilena de herencia española, que consiste en un guiso con carne de cordero, cebolla, ajo, laurel y guindilla. La chanfaina del pobre es aquella que se hace sin la carne del animal.

Se comía el hongo al comienzo de las primeras lluvias, a veces se ponía sobre una lata en el brasero de carbón, se le echaba sal y listo. Otras veces se cocían en paila y se guardaban en frascos de conserva para hacerlos durar” (Juan Patricio San Martín Bello).

### **Pantrucas<sup>46</sup> (II)**

“Esto lo usaba la gente pobre antiguamente, se usaba mucho el hueso que es sustancia, es muy nutritivo... se limpian los huesos, sacándole la grasa para que no quede muy pesado el caldo, se usa hueso blanco de vacuno o de ave de campo. Antes era más difícil tener carne, la gente se las arreglaba para comer” (Hernán San Martín Bello).

“La harina en trigo lleva cáscara, es más cafecita, esto en los campos lo encontramos como harina en rama así se llamaba, antes, era más popular, había más, ahora hay menos variedad de trigos, son todo el mismo trigo” (Juan Patricio San Martín Bello).

“Nosotros le decimos tirar a la olla, cuando tiramos la masa a la olla con el caldo” (Juan Patricio San Martín Bello).

“La gente de campo usa mucho las pantrucas, nosotros las conocemos como resbalosa; es un plato barato, alimenticio, con productos de la zona, por lo menos a nosotros que éramos hartos, mi mamá nos hacía sagradamente todas las semanas pantrucas, sobre todo para dar calor al cuerpo en invierno” (Hernán San Martín Bello)

### **Cocoroco (III)**

“El cocoroco se preparaba para la celebración de San Juan, San Pedro, las Cármenes (de la Virgen del Carmen), las Marías, para todas las festividades religiosas, la gente era muy religiosa, se iba mucho a misa y se celebraban las vírgenes también en la casa, siempre con comida, se usa un zapallo camote bien maduro, de guarda, bien naranja y cremoso” (Hernán San Martín Bello).

<sup>46</sup> Nota del editor: las pantrucas o pancutras es un plato de la cocina tradicional chilena, que consiste en una masa hecha con harina de trigo, agua y aceite, que, luego de amasarse, se corta en forma irregular y se cocina en caldo de verduras o carne.

“El cocoroco se guardaba en el mismo saquito de harina que sobraba. Mi mamá lo colocaba sobre la mesa y desde allí se iban sacando, se servía al desayuno o después de almuerzo” (Hernán San Martín Bello).

“Recuerdo que se acompañaba con enguindado; para los hombres, llevaba más agua ardiente” (Juan Patricio San Martín Bello).

“Y para las mujeres, se acompaña con mistela” (Juan Patricio San Martín Bello).

### Mistela<sup>47</sup> (IV)

Los hermanos San Martín Bello recuerdan la preparación de la mistela, que “es un trago que se perdió en el tiempo, ya no se hace este trago, ya nadie lo hace en ninguna casa, nosotros lo seguimos haciendo en recuerdo de nuestra abuelita Margarita y de nuestra madre, un recuerdo que tenemos de niños”, y que, durante el acto, el rito de la preparación y el de la degustación, se recrea y rememora la tradición familiar campesina.

“Es un trago que se prepara para la Fiesta de San Juan,<sup>48</sup> es un trago suave, sobre todo para las señoritas” (Juan Patricio San Martín Bello).

“Se servían en unas copitas chiquititas y se acompañaban con cocoroco, siempre con cocoroco”. (Juan Patricio San Martín Bello).

### Café de Trigo (V)

“Antes vendían en los negocios café de higo, que mi mamá y mi abuelita Margarita mezclaban con café de trigo que preparábamos en la casa, mi papá tenía trigo, entonces de ahí sacábamos el trigo” (Hernán San Martín Bello).

“El trigo tiene hartito trabajo, hay que limpiarlo con un paño todo junto para sacarle la basurita, cualquier basurita que tenga, como viene en saco se le echa a la callana,<sup>49</sup> se limpia no más si tuviera alguna piedrecita” (Hernán San Martín Bello).

<sup>47</sup> Nota del editor: la mistela es un licor casero de fácil preparación y que, una vez embotellado, puede durar muchos años. Antiguamente se hacía de aguardiente y cáscaras de fruta. Para más información: <http://cocinartechile.blogspot.com/2011/12/buscando-tradiciones-navidenas-chilenas.html>

<sup>48</sup> La Fiesta de San Juan, también llamada Víspera de San Juan, se celebra el 23 de junio de cada año. De origen pagano, es una festividad muy antigua que celebra la llegada del solsticio de verano en el hemisferio norte. Según el folclor local la presencia demoniaca es más patente que en cualquier otra fecha del año, lo que se reconoce como la oportunidad para la realización de ciertos actos de brujería.

<sup>49</sup> Nota del editor: vasija de barro para tostar granos.

“Cuando hacíamos y ahora que seguimos haciendo café de trigo, hacemos harto, dura mucho tiempo, se guarda en unos tarros y frascos, bien seco dura mucho tiempo, también se hacía harina tostada”<sup>50</sup> (Hernán San Martín Bello).

“Nosotros los guardábamos y lo seguimos guardando en una cafetera de esas antiguas que eran de loza, enlozada antigua de figuritas de colores, muy bonita; se le echaba el café de trigo y luego el café de higo con un poco de azúcar. Todavía en los campos se toma mucho café de trigo, es bien rico, nutritivo y barato. La azúcar venía en cajones grandes y venía en panes como del tamaño de una caja de fósforo” (Juan Patricio San Martín Bello).

“Se consumía en la mañana, bien temprano, de amanecida, al almuerzo o en la once. Era rico y calentaba el cuerpo, sobre todo en invierno, que aquí es bien helado” (Juan Patricio San Martín Bello).

50 Nota del editor: la harina tostada se hace a partir de algún cereal molido y tostado. Es un alimento nutritivo y de alto contenido energético. En Chile y Argentina, la bebida que se confecciona con harina tostada y agua recibe el nombre de ulpo, en el sur de Chile, y de cocho, en el norte.



Retrato de Sara Bello Bello, ilustración de Alan San Martín Parada



Fotografías realizadas para el dossier de presentación del menú para el concurso.

## **Recetario**

### **(I) Chanfaina del pobre**

Tiempo de preparación:

30 minutos

(4 porciones)

#### **Ingredientes**

- 400 g de hongos de campo (*Agaricus campestris*)
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- 3 cucharaditas\* de aceite común
- 2 cucharaditas de ají Quinchamalí
- 4 papas
- 1 moño de cilantro
- Sal a gusto
- Orégano a gusto

#### **Preparación**

Limpiar y pelar las papas, ponerlas a cocer unos 15 minutos.

Limpiar y cortar las callampas en juliana gruesa.

Picar la cebolla en cubitos y machacar el ajo en mortero.

En una sartén, agregar el aceite, sudar la cebolla y el ajo.

Agregar las callampas, la pasta de ají Quinchamalí, orégano y sal.

En una olla precalentada a fuego lento, dar cocción hasta que las callampas empiecen a soltar jugo.

Servir las callampas acompañadas por las papas con cilantro picado fino.

*\* Cucharadita se refiere a cuchara de té, mientras que cucharas será para referirse a la cuchara sopera.*

## ***(II) Pantrucas***

Tiempo de preparación:

40 minutos (4 porciones)

### ***Ingredientes***

#### ***Para el caldo***

- 1 hueso blanco de vacuno (sin carne)
- ½ pimiento morrón
- 1 zanahoria grande
- 2 dientes ajo
- ½ cebolla
- 1 cucharadita de comino molido
- Cilantro a gusto
- Sal a gusto

#### ***Preparación***

Limpia el hueso y dar cocción en 3 litros de agua fría.

Rayar la zanahoria, picar en cuadrillos el pimiento morrón y la cebolla.

Moler en mortero el ajo, agregar comino y sal gruesa.

Hervir por 30 minutos semitapado.

### ***Ingredientes***

#### ***Para las pantrucas***

- 2 tazas de harina en rama de trigo
- 2 a 3 huevos
- 1 cucharadita de aceite
- 2 cucharaditas de sal gruesa de mar

#### ***Preparación***

Sobre una tabla, hacer una corona con la harina. Poner en el centro aceite, sal y 3 yemas (las claras, reservarlas).

Usando las manos, mezclar hasta obtener una masa uniforme.

Con el uslero, estirar muy delgada la masa y cortar en cuadrados de 2x2 cm aproximados.

Retirar el hueso del caldo.

Mientras está el caldo hirviendo, tirar a la olla, agregar las pantrucas de a poco.

Cuando las pantrucas salgan a flote, ya están cocidas.

Apagar el fuego y agregar las claras al caldo, sin dejar de revolver.

Agregar a cada plato cilantro picado.

### ***(III) Cocoroco***

Tiempo de preparación:

50 minutos (10 porciones)

#### ***Ingredientes***

- *3 tazas de harina en rama de trigo*
- *4 huevos*
- *1 trozo de zapallo camote*
- *4 cucharaditas de azúcar*
- *Un poco de levadura a gusto*
- *½ taza de agua tibia*

#### ***Preparación***

Cortar el trozo de zapallo en cuadrados y asar en el horno hasta que esté blando; luego, retirar y moler el zapallo con un tenedor en un pocillo o en un plato.

Para la mezcla de la masa, se necesita un vaso con agua y ¼ cucharaditas de azúcar, revolver.

Agregar la harina en rama de trigo y la levadura al igual que los 4 huevos, mezclar con las manos.

Luego, agregar el zapallo molido caliente a la mezcla.

Separar en bollos (del porte de un puño) la masa, para formar el pan.

Dejar leudar por ½ hora en un lugar tibio.

Por último, introducir la masa en el horno de lata\* por unos 20 minutos.

\*El horno de lata se encuentra en el exterior de la vivienda, en el patio interior; fue construido por los hermanos San Martín con restos de latas de conserva y otras piezas. Para su uso se emplea madera, principalmente de espino, “más económico y fácil de adquirir” (Juan Patricio San Martín Bello).

**(IV) Mistela**

Tiempo de preparación:

40 minutos (4 porciones)

**Ingredientes**

- 1 betarraga
- ½ taza de agua ardiente
- 10 cucharas de azúcar
- Clavos de olor a gusto
- Canela a gusto
- 700 ml de agua cocida

**Preparación**

Pelar la betarraga, rayarla cruda (reservar).

Poner una olla a fuego bajo, agregar el agua, canela, clavos de olor y azúcar.

Retirar del fuego cuando la azúcar esté disuelta.

Agregar la betarraga rayada y dejar enfriar.

Ecurrir en un colador y presionar con una cuchara de madera para sacar el líquido.

Luego agregar al líquido el agua ardiente y dejar macerando unos 20 minutos.

Este licor, mientras más días de macerado, más sabroso queda. También se puede envasar para consumir durante todo el año.

**(V) Café de trigo**

Tiempo de preparación:

20 minutos

Porciones: según disponibilidad de trigo

**Ingredientes**

- Trigo con cáscara
- Agua caliente

**Preparación**

Preparar el fuego con leña en tablitas.

Colgar la callana sobre el fuego (que toque el fuego).

Agregar el trigo para tostar y balancear la callana sobre el fuego al ritmo del segundero, con el fin de que el trigo empiece a tomar color poco a poco.

Una vez que tome color oscuro el trigo (negro tostado), retirar la callana y depositar el trigo en un contenedor, dejar enfriar.

Tomar un puñado de trigo tostado, colocar en una cafetera con una rodaja de naranja, agua caliente, dejar reposar unos minutos y servir.

## **EQUIPO DE TRABAJO**

El menú “La cocina de Sara” fue presentado al concurso por:

### **Juan Patricio San Martín Bello**

Hijo de Sara Bello Bello, 65 años, casado, 3 hijos, 2 nietos. Técnico en reparación de máquinas de escribir y calculadoras. Cocinero autodidacta. Colaboró narrando su experiencia culinaria transgeneracional.

### **Hernán Delfín San Martín Bello**

Hijo de Sara Bello Bello, 67 años, soltero, en pareja, sin hijos. Albañil. Cocinero autodidacta. Colaboró narrando su experiencia culinaria transgeneracional.

### **Sofía Magdalena Motta Saldes**

Administración de Empresas en Turismo y Cultura. Universidad de Valparaíso. Diplomada en Desarrollo, Pobreza y Territorio de la Universidad Alberto Hurtado. Diplomada en Economía Social y Comercio Justo de la Universidad Alberto Hurtado. Mediadora y gestora cultural en Fundación Artesanías de Chile. Colaboró en la coordinación del equipo y se encargó de conducir la investigación.

### **Cristopher Jonathan Orellana Lastra**

Comunicador Audiovisual del Instituto Profesional DUOC UC. Diplomado en Desarrollo, Pobreza y Territorio de la Universidad Alberto Hurtado. Diplomado en Artes Visuales Mención en Documental de la Universidad de O’Higgins. Gestor cultural y fotógrafo. Colaboró en la sistematización audiovisual del menú, realizó el registro fotográfico y colaboró en el proceso de entrevista narrativa.

### **Alan Patricio San Martín Parada**

Asistente Social de la Universidad del Biobío. Diplomado en Género y Políticas Públicas de la Universidad del Biobío. Magíster en Intervención Social de la Universidad del Biobío. Pintor autodidacta. Estudiante en la

Sociedad Nacional de Bellas Artes. Colaboró en el diseño metodológico de producción de narración y facilitó antecedentes históricos de la tradición culinaria familiar, debido a que es hijo de Juan Patricio San Martín Bello.

### **Laura Irene Vicens Loyola**

Técnico en Producción Gastronómica con Mención en Pastelería Internacional de la Universidad INACAP. Estudiante de la carrera de Nutrición y Dietética del Instituto Profesional Diego Portales. Investigadora gastronómica en la provincia de Ñuble. Colaboró en el proceso de entrevista narrativa para sistematizar las técnicas de gastronomía en la elaboración del menú patrimonial.

### **BIBLIOGRAFÍA**

- Blanco, Mercedes (2011). “Investigación narrativa: una forma de generación de conocimientos”, en *Argumentos*, vol. 24, n° 67, Universidad Autónoma Metropolitana, México D. F., México, septiembre-diciembre, pp. 135-156
- Biglia, Bárbara y Bonet-Martí, Jordi (2009). “La construcción de narrativas como método de investigación psicosocial, Prácticas de escritura compartida”. *Forum: Qualitative Social Research* (ISSN 1438-5627), Volumen 10, n° 1, Art. 8, Barcelona, España, enero.
- Bengoa, José (2006). *La comunidad reclamada. Identidades, utopías y memorias en la sociedad chilena*. Santiago, Chile: Editorial Catalonia.
- Bengoa, José. *La comunidad fragmentada. Nación y desigualdad en Chile*. Editorial Catalonia, Santiago, Chile, 2009
- Bengoa, José (2009). *La comunidad perdida. Identidad y cultura: desafíos de la modernización en Chile*. Santiago, Chile: Editorial Catalonia.
- Butler, Judith (2007). *El Género en Disputa. El Feminismo y la Subversión de la Identidad*. Barcelona, España: Ediciones Paidós.
- Plath, Oreste (1983). *Geografía del mito y la leyenda chilenos*. Santiago, Chile: Editorial Nacimiento S.A.



MENCIÓN HONROSA

**PERO ESTE PUERTO AMARRA COMO EL  
HAMBRE...**

Gastronomía y pobreza en Valparaíso a principios del siglo XX

*Valparaíso, provincia de Valparaíso, región de Valparaíso*

Miguel Ángel Salazar Urrutia

Jaime Raúl Marín Moreira

Ariel Ignacio Barrera Cerda

Felipe Fernando Casanga Arancibia

Rebeca Martina Parra Gómez

Ágata Octavia de Jesús Ávila Carvallo



# *Menú a lo pobre*

## **ENTRADA**

*Sopa de pan*

*Pequén*

## **FONDO**

*Vailcán con mote y cebolla en escabeche*

## **ENSALADA**

*Ensalada de porotos burros y cochayuyo*

## **POSTRE**

*Colegial con pasas rubias*

## **BEBIDAS**

*Té en hojas*

*Mate*

*Chichón*



## Presentación del menú

Para nosotros es un verdadero honor formar parte de la publicación del concurso El Menú de Chile 2018 y contribuir al rescate del patrimonio culinario chileno por medio de este breve escrito que aborda una temática que, consideramos, estaba en deuda con nuestra idiosincrasia y con nuestra identidad culinaria.

Este proyecto comenzó en las aulas de Duoc UC, en el curso de “Rescate del Patrimonio Culinario Chileno”, de la carrera de Gastronomía Internacional, en Valparaíso, donde identifiqué a un grupo de talentosos estudiantes, muy comprometidos y conscientes de su rol como “cocineros de Chile”. Les propuse conformar un equipo para participar de este concurso desarrollando una idea que surgió a partir de mis reflexiones como historiador sobre la evolución de la gastronomía en Chile, en este caso, vista desde la pobreza y la escasez.

Nos preguntamos de qué manera los grupos más desposeídos de Chile podrían haber contribuido al patrimonio culinario chileno y bajo qué contexto sociohistórico se construyeron estos sabores y saberes. Estas preguntas nos condujeron a la revisión documental de la gastronomía en Chile y a reflexionar desde un enfoque sociohistórico en torno a los acontecimientos que la han construido. Debido a que muchos de nosotros residimos en Valparaíso, decidimos aplicar nuestras ideas a esta ciudad, la que durante su apogeo comercial —a fines del siglo XIX y principios del XX— vio la conformación de sus barrios populares a partir de la llegada de una población migrante proveniente de otras regiones del país. Las crisis económicas, “la cuestión social” y la falta de alimentos, como principales coyunturas de este periodo, gatillaron la organización de cooperativas de ayuda para los más desposeídos en las famosas “ollas comunes”. En ellas las mujeres dieron espacio a sus talentos culinarios para alimentar a las multitudes hambrientas, construyendo un legado inmaterial único que solo a ellas debemos. Concluimos que, si hubiera que buscar un origen de las gastronomías en Chile, se diría que esta proviene de lo femenino y de los sectores populares, es decir, desde abajo hacia arriba, y no al revés, como muchas veces se cree.

Este trabajo se desarrolló a través de una metodología de recopilación, revisión, reflexión y análisis de fuentes escritas correspondientes al espacio y tiempo del estudio. Asimismo, se realizaron entrevistas a dis-

tintas personas para la corroboración de nuestras ideas y conjeturas. El menú fue concebido por medio de un proceso creativo de lluvia de ideas, las que fueron evaluadas de manera paulatina en la medida en que recaábamos información. La decisión final la tomamos en conjunto.

Esta investigación nos permitió explicar muchas prácticas alimentarias de sociedad chilena, expresadas en recetas que sensibilizan a muchas personas y que nacieron en complicados contextos socioeconómicos, que obligaron a gran parte de la población a buscar formas nutritivas de cocinar que permitieran alimentar a muchos con poco. En efecto, tal y como se dice en el escrito, el hambre es la madre del ingenio.

Profesor Miguel Ángel Salazar Urrutia

### **“PERO ESTE PUERTO AMARRA COMO EL HAMBRE...”. POBREZA Y GASTRONOMÍA EN VALPARAÍSO A PRINCIPIOS DEL SIGLO XX**

Si la abundancia y la diversidad de recursos permiten fácilmente estimular la creatividad en términos de alimentación y nutrición, aunque resulte contradictorio, su escasez y simplicidad la estimulan el doble: se dice que “cuando la casa es chica el corazón es grande” y que “donde comen tres comen cuatro”, haciendo alusión al benevolente acto de compartir el alimento sin importar lo poco que se tenga. A la luz de esta reflexión, nos hemos dado cuenta que la gastronomía popular chilena no nace por medio de una democratización de los goûts gourmets de la nobleza hacia la burguesía y clases populares como sucedió en Europa; al contrario, la gastronomía en Chile tiene la atractiva particularidad de ser una expresión cultural proveniente de los habitantes de la ruralidad de sus campos o, bien, de los barrios populares de las emergentes urbes del país a fines del siglo XIX. Esto permitió la configuración de una parte importante de las cocinas patrimoniales de Chile, conformando un patrimonio cultural inmaterial que representa identitariamente a muchas generaciones, las que, durante los vaivenes de la historia económica del país, supieron adaptarse y sobrellevar la adversidad de la escasez y, al mismo tiempo, dejaron un legado cultural del “saber ser pobre”.

Con esta premisa, nos aventuramos a interrogar a la ciudad de Valparaíso, ícono urbano de modernidad y cosmopolitismo a principios del siglo XX. En esta ciudad, el progreso y la modernidad no alcanzaron para todos, generando un contexto de crisis que sacó lo mejor del ingenio chileno para saber alimentar a sus habitantes y cimentó las bases de su gastronomía popular urbana.

Como un aporte a la salvaguarda del patrimonio cultural inmaterial de nuestro país, les presentamos este breve, pero profundo trabajo, que busca realizar una puesta en valor de este menú patrimonial que evoca nuestra historia y nuestra cultura popular.

### **Cuando a Valparaíso le tocó comer a lo pobre**

Este trabajo se sitúa espacio-temporalmente en el Valparaíso de las tres primeras décadas del siglo XX y, en conformidad a nuestro equipo interdisciplinar de trabajo, hemos querido estudiar este contexto de acuerdo a los embates que sufrieron los pobladores de esta ciudad en términos de hambre y miseria, pero también de solidaridad comunitaria en los comedores comunes del puerto, los que, con voluntad e ingenio, supieron alimentar a sus habitantes.

Históricamente hablando, el proceso de urbanización que vivió Chile a finales del siglo XIX y principios del XX ofrecía prosperidad para las personas que se aventuraban a hacer negocios en los comercios de las urbes del centro del país. Por otro lado, el cierre de muchas oficinas salitreras y minas de cobre de la zona norte, a causa de la Primera Guerra Mundial,<sup>51</sup> sumado a la apertura del canal de Panamá y la gran crisis financiera de 1929, generó un éxodo campo-ciudad que movilizó a muchas personas hacia Valparaíso. Esta ciudad, con un fuerte carácter burgués y cosmopolita, acogía a marinos y mercaderes de diversas partes del mundo, pero también acogió a muchas personas desposeídas que intentaron ganarse la vida en pequeños trabajos y conformaron, en la altura de los cerros, los barrios populares de la ciudad.

Sin embargo, la prosperidad no alcanzó para todos. Miles de personas probaron suerte, estableciéndose en improvisadas casas en las partes más altas de los cerros y en los conventillos que, más céntricos, acogían en condiciones de hacinamiento a cientos de familias que compartían día a día un patio común, con un fuego común y, por lo mismo, con una olla común manejada por manos femeninas.<sup>52</sup>

51 Debido a la creación en 1914 del salitre sintético por parte de la industria alemana, que mermó la producción nacional.

52 Resulta necesario, además, realizar un enfoque de género en relación a esta parte de la historia del país, puesto que la alimentación de la familia siempre recayó en la figura de la mujer, desde su rol como madre y por su solidaridad con los otros. Por lo mismo, podemos decir que las recetas son de autoría femenina, y a ellas se les debe hacer un reconocimiento por haber transmitido su sabiduría en la alimentación de niños, jóvenes y adultos durante tiempos de escasez.

Para materializar esta idea, en el año 1903, el Consejo de Higiene de la ciudad solicitó a la policía una cuantificación y registro de los conventillos existentes en Valparaíso, lo que arrojó como resultado que en el perímetro urbano de la ciudad existían entonces 543 conventillos, con 6.436 piezas o cuartos, habitados por un total de 17.171 personas, lo que daba un promedio de ocho personas por pieza. Del total mencionado, solo 203 se encontraban en situación habitable, mientras que los 340 restantes estaban compuestos por pocilgas sin condiciones mínimas de higiene, carentes de agua y desagües.<sup>53</sup> Por otro lado, en los cerros y quebradas, muchas familias de trabajadores, artesanos del interior, marineros desertores y, en su mayoría, personas atraídas por la oferta laboral, se establecieron improvisadamente en los sectores altos de la ciudad, conformando los barrios marginales y, como se decía en aquel entonces, con “gente de dudosas costumbres y antecedentes”.

La crisis del 1929 hizo de Chile, según un informe de la Liga de las Naciones, el país más afectado por la Gran Depresión, derrumbando la economía interna, vaciando las reservas del Estado, viéndose obligado en 1931, por primera vez en su historia, a suspender el pago de la deuda externa.<sup>54</sup> En lo social, los efectos de la crisis se hicieron sentir por medio de una ola de protestas en contra del gobierno del presidente Ibáñez del Campo, que lo obligaron a dimitir de su cargo.

En efecto, en octubre de 1932, el mismo mes en que asumió la presidencia Arturo Alessandri, se realizó en la ciudad un masivo “desfile del hambre”, que fue convocado por diversas organizaciones sociales y obreras, demandando rebajas en los precios de los insumos básicos de subsistencia.<sup>55</sup>

Este contexto histórico y social nos ha llevado a reflexionar y cuestionarnos sobre la realidad gastronómica que pudo existir en el Chile de aquel entonces. Si entendemos el concepto de gastronomía como la inexorable relación que generan los seres humanos con el alimento disponible en su entorno, el cual puede verse transformado de acuerdo al conocimiento y a las disposiciones técnicas y culturales, con un reparto cualitativo se-

53 Lorenzo, Santiago (2012). “Ambiente cultural de una ciudad mercantil, Valparaíso: 1830-1930”, en Valparaíso. Progresos y conflictos de una ciudad puerto (1830-1950), Baldomero Estrada (compilador). Santiago, Chile: Ril Editores, p. 92.

54 Memoria Chilena (2018). De la prosperidad a la pobreza. El impacto de la Gran Depresión en Chile (1929-1932). Disponible en <<http://www.memoriachilena.gob.cl/602/w3-article-601.html>>

55 Muñoz, Eduardo (2012). “Efectos de la crisis de 1929 en los sectores populares de Valparaíso: Una visión desde el diario La Unión”, en Valparaíso. Progresos y conflictos de una ciudad puerto (1830-1950), Baldomero Estrada (compilador). Santiago, Chile: Ril Editores, p. 125.

gún un conjunto de valores y principios de normas colectivas, nos conduce a preguntarnos: ¿cuáles fueron los alimentos más disponibles en aquel periodo de la historia de Valparaíso?, ¿dónde y cómo se preparaban estos alimentos?, ¿cuáles eran estas recetas y quiénes las preparaban? Son preguntas que nos inquietaron como amantes de la gastronomía, en su íntimo vínculo con la historia, la geografía, la cultura y el patrimonio de Chile.

Con el objetivo de hallar algunas respuestas consultamos a gente de mayor edad, principalmente que vivió aquella época, de cuyas conversaciones pudimos desprender las siguientes premisas:

En primer lugar, que, difícilmente, encontraríamos algún compendio de recetas que diera fiel testimonio de aquellas preparaciones en Valparaíso.

En segundo lugar, que era presumible que los alimentos del mar, como pescados, mariscos y algas, tuvieron mayor disponibilidad, debido a su abundante presencia en la costa de la región. En efecto, estos productos obtenidos por la pesca artesanal y la recolección en los bordes de la bahía, por cierto, muy distinta a la que conocemos actualmente, nunca ha dejado de entregar alimentos. Sin embargo, algunos de ellos han sido estigmatizados socioculturalmente como “alimentos de pobres”.

Hablamos de la célebre y popular pescá, o los pescados de roca como el blanquillo, el pejesapo, el vielagay, la jeriguilla, el rollizo o la famosa vieja, que hoy por hoy han tomado una significancia representativa de las ofertas gastronómicas costeras de la región. No obstante, en aquella época eran pocos los que contaban con el equipo y las herramientas para pescar, limitando relativamente el consumo de pescado. Por el contrario, los mariscos y crustáceos, principalmente choros, almejas, machas y jai-bas, podían ser fácilmente recolectados. Más aún, hay que considerar la importancia alimenticia que tuvieron desde siempre las actualmente tan olvidadas y despreciadas algas marinas, como el cochayuyo, el ulte y el luche, las que sin duda han sido sustento nutricional de los habitantes de los sectores populares de esta ciudad.

En tercer lugar, que la harina —materia prima del pan, de los fideos, de las galletas y de la harina tostada— se convierte en un insumo esencial en diversas preparaciones de este periodo. Queremos recalcar la importancia fundamental que siempre ha tenido el pan<sup>56</sup> —ya sea recién horneado, a

56 El pan es por excelencia el alimento símbolo de la humanidad. Se dice que pudo haber sido uno de los primeros alimentos elaborados por el humano primitivo, de la mano con los primeros procesamientos de cereales. Su aporte nutricional lo posicionó como uno de los elementos básicos de la alimentación de las primeras civilizaciones, siendo históricamente casi el único sustento de los estratos sociales más bajos y fundamental en la dieta diaria.

modo de churrasca,<sup>57</sup> humedecido y recalentado si está duro, remojado y cocinado como ligante de guisos y chupes, rallado para apanados, o como base de postres y dulces como el famoso colegial—, constituyendo un elemento simbólico en la cultura chilena, pudiendo explicarse en gran medida según lo expuesto, su afición por este gran alimento.<sup>58</sup>

En cuarto lugar, que las provisiones como las frutas y verduras frescas escaseaban en estos contextos de pobreza, en parte por su alta perecibilidad y sus costos de producción y de transporte. Sin embargo, las cebollas, ajos y papas se presentaban en muchas de las recetas pobres, ya que, debido a su abundancia y resistencia, tenían precios mucho más económicos que cualquier otra verdura. Un claro ejemplo de esto es la innegable presencia de la cebolla en nuestra gastronomía, que incluso hace difícil concebir una receta chilena sin ella, gracias a su abundancia, a su enjundioso sabor, y a su sencilla conservación (pudiendo incluso escabecharse para extender su vida útil). En la presente propuesta, haremos un rescate culinario del olvidado pequén, vieja y humilde empanada de cebolla que permitió, al menos, engañar muchos paladares cuando no había carne para hacer las tradicionales empanadas de pino.

Asimismo, los ajíes secos o en pasta son complementarios a casi cualquier receta: su picor entrega saciedad y calor a nuestros cuerpos y espíritus. Por último, en esta cocina de pobres vemos repetida la presencia de frutos secos como las pasas, presentes en mistelas, empanadas y colegiales, las cuales se podían considerar como un elemento abundante, capaz de preservarse por largos periodos y de bajo costo, pues su producción era consecuencia de la no venta o no consumo de las cuantiosas cosechas de uvas.

En quinto lugar, y considerando lo anterior, la carne es un alimento muy escaso y esporádico en la alimentación en contextos de pobreza, y en su mayoría comprende cortes de menor valor, como interiores, huesos carnudos o carne molida, los que, sin embargo, dan lugar a reconocidas preparaciones: caldos, consomés, cazuelas, pancutras, carbonadas y guisos de legumbres. Los buenos cortes de vacuno eran accesibles solo para quienes podían pagarlos, y para muchos otros, la carne de caballo —animales provenientes del Sporting Club de Viña del Mar o de los “carros de

57 Nota del editor: especie de pan que se caracteriza por su rápida y fácil elaboración.

58 Después de Alemania, Chile es el segundo país que más consume pan en el mundo, y en tiempos de crisis social y económica, como los que se vivieron después de la Gran Depresión y la posterior caída del salitre, este alimento resultó de vital importancia (EFE (5 de octubre de 2012). Chile es el Segundo Consumidor de Pan en el Mundo, tras Alemania. La Segunda. Disponible en: <<http://www.lasegunda.com/Noticias/Nacional/2012/10/786123/Chile-es-el-segundo-consumidor-de-pan-en-el-mundo-tras-Alemania>>

sangre”<sup>59</sup>— representaba una alternativa a los altos costos del vacuno o el cerdo. Hoy en día solo quedan unas pocas de estas carnicerías de equino repartidas en la ciudad y su consumo aún carga con un estigma social.

Por último, en esta dieta del Valparaíso azotado por la pobreza, las legumbres y cereales, como porotos, lentejas, garbanzos, mote y motemei, fueron alimentos que proporcionaron una de las fuentes más importantes de proteínas y nutrientes de las ollas comunes. Célebres son los porotos con riendas, que supieron integrar magistralmente la innovación de los espaguetis italianos,<sup>60</sup> junto con el poroto burro, el zapallo, las cebollas y ajos, constituyendo una de las preparaciones chilenas más contundentes y mitigadoras del hambre. Al mismo tiempo, la versatilidad de los porotos se presenta bajo la forma de fresca ensalada, bien aliñada con limón, cilantro y cebolla, preparación a la que igualmente daremos un espacio en nuestra propuesta de menú.

Otro antecedente bibliográfico encontrado nos cuenta que, en el Valparaíso de aquel entonces, una canasta básica familiar estaba compuesta básicamente de pan, azúcar, té, arroz, aceite, harina cruda, legumbres, sémola, parafina, carburo y velas. Es decir, la prolongada reducción de ingresos de esta época repercutió en la desaparición de alimentos como la carne, huevos, leche y vegetales frescos.<sup>61</sup> De acuerdo a este dato y al análisis anteriormente expuesto, queremos hacer la presentación de nuestro menú inspirados en la pobreza que vivió el país a principios del siglo XX, en nuestro amado puerto de Valparaíso.

Con todo, después de haber revisado el contexto histórico para ofrecer un rescate culinario patrimonial, nos hemos inspirado en un conjunto de preparaciones gastronómicas a las que hemos querido sacudir de polvo y traer a la luz de nuestros días, rememorando un triste pasado de la historia de Chile. No por nada se dice que el hambre es la madre del ingenio y este trabajo nos permite develar la increíble capacidad de adaptación que han tenido las personas para crear y preparar distintas recetas que, si bien arrastran un fuerte estigma de ser “comida de pobres”, se quiera o no, pertenecen al inconsciente colectivo de muchas generaciones y, por lo tanto, del patrimonio culinario chileno. Estamos seguros que estas preparaciones identificarán a muchas personas y, al mismo tiempo, nos permitirá valorizar desde otras perspectivas la realidad alimenticia y gastronómica del Chile actual.

59 Los carros de sangre correspondían a una red de carros tirados por caballos en el área metropolitana de Santiago a finales del siglo XIX

60 Empresas Carozzi. Fundada en Valparaíso en 1898, bajo el nombre “La Joven Italia, Carozzi y Cía”.

61 Muñoz. Op. cit., pp. 126-127.

## ANÉCDOTAS SABROSAS

### Sopa de pan (I)

Como entrada a este menú les hemos traído la sopa de pan. Según Xavier Franco, en su libro *Las mejores recetas de sopas*,<sup>62</sup> desde la creación de la Biblia, pasando por la Edad Media, y hasta la actualidad, se ha hablado de la sopa como un alimento que une a la familia y a los pueblos. En sus orígenes, al descubrir la existencia del fuego, el hombre aprendió que los alimentos cocinados en agua, con ciertas hierbas y sales, eran más blandos y sus sabores destacaban mucho más.

La sopa de pan es un plato presente en todo el mundo, que llegó a Chile desde el extranjero, adaptándose la receta a nuestra manera, con ingredientes simples y sencillos. Esta sopa recibió su apodo de “la sopa del pobre” durante la gran depresión económica sufrida por Chile debido a la crisis de salitre (1915 en adelante), que significó una violenta devaluación de la moneda nacional —con lo que el precio de los alimentos aumentó y la población tuvo mayor dificultad para acceder a esos productos— y una disminución en la oferta de empleos —generando altos niveles de pobreza, llevando a las familias a los extremos de verse en la necesidad de que algún miembro de la misma saliera a mendigar para obtener alimento para sobrevivir—. En este contexto, la sopa de pan fue un plato que se vio replicado con frecuencia en muchos comedores de iglesias, al ser una preparación muy económica y del gusto popular.

A pesar de la gran crisis económica, existían ingredientes que no faltaban en el hogar, el pan y la cebolla entre ellos, pues eran de fácil acceso ya que su valor no era tan elevado. La elaboración del pan era rápida y sencilla, mientras que la cebolla siempre ha ocupado un lugar destacado en nuestra mesa —así lo inmortalizó el propio Pablo Neruda en su poema *Oda a la cebolla*, donde le otorgó un valor sentimental por sobre el alimenticio, destacando su fácil acceso a las manos del pueblo, en las mesas de las pobres gentes, en los almuerzos de los jornaleros—.

Hoy, tal vez el hecho de que la situación económica no sea la de esa época ha provocado que muchas preparaciones hayan ido quedando en el olvido, hasta el punto de perderse su valor, su procedencia y la historia de cómo nuestros familiares tuvieron que ingeniárselas para vivir el día a día.

62 Franco, Xavier (2002). *Las mejores recetas de sopas*. Barcelona, España: Grupo Editorial RBA.

¿Dónde quedó ese trozo de pan  
que guarde pa' comer?  
no lo sé no lo sé  
quizás al fondo se fue  
para dar inicio  
a la sopa de pan  
ponle las verduras y la sal  
pa' tomarme un plato  
que me haga recordar  
todas esas crisis  
que pasaron ya  
donde por pobre tuve que luchar  
para agarrar ese trozo de pan.<sup>63</sup>

## Pequén (II)

Quiero bailar cueca, quiero tomar chicha,  
Quiero ir al mercado y comprarme un pequén,  
ir a Matucana y pasear por la Quinta  
y al Santa Lucía contigo, mi bien.

Violeta ausente, Violeta Parra

Presentamos a continuación una de las tantas variantes de las empanadas tradicionales: el pequén, un plato de origen criollo, comúnmente conocido como un “plato de pobres”, elaborado con pino de cebollas —robadas (o “negociadas”) a los patrones— muy especiado y con alto contenido graso.

63 Don Antonio Parra, artista, poeta y periodista residente de Valparaíso, en entrevista concedida a la investigación.

Algunos datos históricos indican que el nombre de esta empanada procede del ave rapaz chilena, similar a la lechuza, que otorga —por su pequeño tamaño— el nombre a esta masa rellena. Asimismo, este emblema de los pobres puede ser asociado con festividades como el baile o festejo popular campesino, en que las parejas bailan simulando una actitud tímida o apequenada, al tiempo que realizan movimientos parecidos a los del ave al ritmo de la música. El pequén también representa a los trabajadores mineros y a las familias pobres, convirtiéndose en un recurso popular para mejorar la mesa en medio de la escasez y limitaciones de ingresos.

Este particular bocado nace en la ciudad de Lota, la Lota pobre sujeta a la explotación del carbón, mineral extraído de profundas y peligrosas galerías subterráneas por mineros sumidos en peligros constantes como los derrumbes y el gas grisú, con la sirena de emergencia acechando a los trabajadores y sus familias y la muerte siempre rondando. Tras este escenario, surgió una verdadera universidad de la cocina pobre, que rescató productos como el pequén, el que lograba alimentar y confortar, afirmando el estómago del minero y saciando su necesidad de comer.<sup>64</sup>

Los primeros peques comercializados en Santiago fueron elaborados en un local en el barrio Mapocho, llamado Peques Nilo. Ahí, entre cabarets, boliches de recreación y las famosas picadas,<sup>65</sup> concurrían muchas personas —incluyendo a algunos famosos— para saciar su hambre al paso. Los peques abundaban también alrededor del Mercado Central de Santiago, donde artistas, como Violeta Parra, y escritores, como Augusto Santelices y Julio Barrenechea, por nombrar a algunos de los que visitaban el barrio noctámbulo de Mapocho, acudían a consumirlos.

El consumo del pequén fue popular no solo en Santiago, sino que también tuvo una fuerte presencia en el puerto de Valparaíso a fines del siglo XIX, tanto en las picadas como en el Mercado Cardonal y en las esquinas del barrio del mercado donde los pequeños productores, los mantenían calentitos en sus canastos, tapados con un manto blanco esperando al hambriento cliente.

Sin embargo, debido a las diferentes crisis económicas, hubo un momento en que la producción de peques empezó a disminuir, encontrándose solo en los mercados, donde los consumidores de los alrededores llegaban a comerlos, acompañados de un té caliente o una cañita de vino.

64 Nota del editor: para saber más sobre la gastronomía de Lota, revisar el menú "Picando el fuego al son de la carboná' y la pesca'", en este libro.

65 Nota del editor: En Chile, sitio donde se come bien y barato.

En la actualidad la demanda de los peques ha vuelto a tomar fuerza en las festividades, recuperando su valor. Si hasta hace algún tiempo los habíamos olvidado, dado la importancia que ha cobrado la recuperación de la cocina patrimonial en los últimos años, hoy podemos encontrarlos con diferentes variaciones, siendo una buena elección para las personas vegetarianas.

En nuestros días, el pequén se prepara junto a otros platos pertenecientes a las tradiciones culinarias nacionales, cobrando un valor folclórico con aromas propios, con personalidades del mundo político y social sumándose al creciente interés popular por reponerlo en plenitud en la tradición chilena.

De esta manera, nuestras raíces son recordadas, rescatando los hermosos lugares, colores y momentos porteños con estas preparaciones que siempre, y casi sin que nos demos cuenta, nos unen en una mesa junto a los que más queremos, acompañados de la música y la poesía, que siempre irán de la mano para destacar este emblema gastronómico que, con interior de cebolla y cubierta con este escudo que le otorga su pasado, rescatan una historia de sacrificio y esfuerzo.

### **Vailcán de mote (IV) acompañado de cebolla en escabeche (III).**

A este guisado le llaman vailelcan que cuando sale por la mañana los alegra a todos, y le reciben con grande aplauso.

### **Diego de Rosales**

Cuando hablamos del vailcán o del vailelcan nos referimos a una de las tantas variantes del clásico charquicán del cono sur, una de cuyas primeras menciones es referida por el cronista Diego de Rosales,<sup>66</sup> en un documento escrito al Rey de España, en 1877.

Rosales se refiere al vailcán como “una gran batea de marisco, con una cuchara y un ají encima solo”, cuya principal característica al ser consumido era el compartir la batea entre todos los presentes, “aunque sean mil indios ha de pasar a todos la batea y cada uno toma solo una cucharada de aquel letuario y chupa el pimiento sin morderle”.

<sup>66</sup> De Rosales, Diego (1877). *Historia General del Reyno de Chile*. Valparaíso, Chile: Impresiones El Mercurio, p. 154.

En su composición corresponde a un guiso/mariscal, actualmente extinto en la gastronomía local, y del que se cuenta con escaso conocimiento sobre su preparación.

Como ya se mencionó, en el menú se presenta una adaptación del mismo que suma el mote, materia prima clásica de Latinoamérica, y que destaca no solo por sus características nutritivas, sino además por su alto porcentaje de fibra, que otorga una sensación de saciedad más inmediata en quien lo consume (factor que toma mayor importancia en el contexto de pobreza del Valparaíso en crisis de los años 20). Además del mote, el vailcán se acompaña de un toque picante que aporta en su esencia una sensación más inmediata de confort, calidez y saciedad al comensal.

Se añade a toda esta ecuación un tercer elemento importante, la cebolla en escabeche, producto con alto porcentaje de fibra y que da sabor en cada plato que acompaña. La preparación al escabeche es un método popular y económico de conservación.

El vailcán se concibe como un plato que se comparte, que alimenta y nutre, que se hace con antelación y planificación, que puede prepararse con elementos al alcance de muchos bolsillos y para grandes cantidades de comensales. También es una preparación que permite variaciones para el bolsillo de quien quiera realizarlo y que sacia el estómago del que lo realiza y sus respectivos comensales, aportando a su vida el sabor, la calidez y la emoción de la cocina casera chilena, mostrando la capacidad de adaptación y “aguante” que caracteriza al chileno pobre en todos los ámbitos de la vida.

### **Ensalada de porotos y cochayuyo (V)**

Los porotos son, por antonomasia, americanos. Al igual que otras culturas del continente, la cultura chilena los considera como parte de su idiosincrasia.

Efectivamente, más de alguna vez hemos escuchado la expresión “más chileno que los porotos”, manifestando un exacerbado sentido de pertenencia identitaria en relación a esta legumbre. Sin embargo, los porotos también han sido encasillados como una comida de pobres, siendo por muchos años el plato único de muchas ollas comunes, comedores solidarios y otras manifestaciones sociales, principalmente por su alto valor nutritivo y la capacidad de alimentar a muchos con muy poco. También

han sido discriminados por la tendencia a producir gases y molestias estomacales, lo que los alejó de algunas mesas más elegantes.

En cuanto a su valor, este también fue una ventaja para la mesa popular. Y es que un kilo de porotos burros, preparados con riendas, puede rendir hasta 16 porciones, lo que permite inferir el importante valor que poseía este alimento en la cultura popular chilena de aquel entonces.

Por otro lado, el cohayuyo es un alimento impopular, enemigo número uno de los infantes modernos, aunque otrora fuese mucho más valorado. Ha sido, históricamente, un alimento dominante de las costas chilenas, muy accesible para los más desposeídos, de un altísimo valor nutritivo y bajo coste monetario, ideal para la preparación de ensaladas cítricas o en guisos —como el repudiado cohayuyocán,<sup>67</sup> que ha hecho llorar a más de alguien por su particular gusto—. Sin embargo, generaciones pasadas comprueban que en otra época el cohayuyo era un plato común de cada semana y, por lo tanto, del gusto de gran parte de las clases populares. Conociendo su preparación, el cohayuyo puede presentarse en forma versátil en variedad de platos, siendo actualmente un ingrediente adoptado por las vanguardias gastronómicas internacionales. Valparaíso, como ciudad costera, ha sido promotora de este producto, junto al ulte y al luche, los que normalmente se pueden encontrar en pequeños puestos ambulantes del barrio puerto.

En esta propuesta de menú hemos querido evocar este recuerdo y revalorizar su significancia en nuestra cultura, complementando estos dos productos en la ensalada de porotos burros con cohayuyo, una preparación que sin duda representa un símbolo identitario de muchas personas que crecieron alimentándose semana a semana con estos productos, aunque fueran luego desplazados y estigmatizados por la sociedad.

## Colegial (VI)

Conocido como la versión chilena del budín de pan —un postre muy popular de las cocinas de varios países—, el origen del colegial es humilde, pues surge como una de las alternativas dulces para aprovechar los sobrantes de pan añejo que las familias pobres no se podían dar el lujo de botar.

67 Nota del editor: charquicán de cohayuyo.

En tiempos de crisis social y económica —como los que se vivieron en Chile después de la Gran Depresión y la posterior caída del salitre—, abaratar costos y hacer rendir los alimentos era de vital importancia; de esta manera, surgen estas cocinas del aprovechamiento: nada se desperdicia, se usan las sobras del pan viejo, ideal si son batidos (marraquetas), que se dejan remojando en leche; luego, solo bastan unos pocos huevos y algo de azúcar para hacer un caramelo y eso es suficiente para tener la versión más austera de este tradicional postre.

Si el bolsillo acompañaba se le podían agregar algunas pasas o frutos secos; incluso, hasta un tarro de leche condensada. En cambio, si la economía era de guerra y no se contaba con leche, las señoras recomendaban remojar el pan viejo en agua con chancaca disuelta: se trataba de rehidratar el pan endurecido y formar una pasta ni muy ligera ni muy espesa con este, para luego hornearlo en una budinera, dejarlo enfriar y cortarlo en pedazos. De esta manera, una familia podía tener su postre, algo dulcecito para tomar la once y acompañar un té caliente en invierno; es un plato barato, calórico, alimenticio, que nace del ingenio y surge de las crisis.

Dado que el azúcar constituía uno de los insumos básicos de las canastas familiares, era simple hacer el caramelo sobre el cual se horneaba esta masa, haciendo el postre más apetitoso y succulento, otorgándole brillo y dulzura. Si la cocinera se las ingeniaba y lograba agregarle a la preparación un poco de esencia de vainilla, de ralladura de limón o de canela, y si contaba con algunas pocas pasas o nueces para agregarle, el colegial resultaba un postre delicioso.

La historia nos remonta a un origen anglosajón de los colegiales: se dice que fueron las pastelerías inglesas las que lo instalaron en el puerto principal, acomodando la receta a los ingredientes y costumbres porteñas. Se acostumbraba que los niños llevaran a la escuela este postre como colación, por lo que la usanza terminó dándoles el nombre de colegiales, un bocadillo económico y al alcance del bolsillo de un escolar, lo suficientemente sustancioso para poder compartir con los compañeros, que se encontraba prácticamente en todas las panaderías de la ciudad y que muchas dueñas de casa horneaban para alimentar a las familias numerosas de antaño, pintándolos por encima con un poco de mermelada de damascos.

Los colegiales pasaron a formar parte de aquellos postres inolvidables que enlazan lo que comemos con lo emocional. La experiencia gastronómica de los olores y sabores que nos pueden llevar de vuelta a la niñez, al recuerdo de nuestros ancestros, a sentimientos del corazón y de la gua-

ta.<sup>68</sup> A pesar de que con la modernidad, el pasar de los años y la nueva estabilidad económica muchos estratos sociales renegaron del colegial por su origen humilde y dudoso, queriendo dejar de lado aquel Chile pobre, aquí en la región de Valparaíso hasta el día de hoy encontramos en las vitrinas de algunas panaderías trozos del tradicional postre, muestra de que aún se acostumbra consumir en las clases más populares, especialmente a la hora de la once o como testimonio de un recuerdo que nos remonta a un pasado más pobre, pero feliz.

### El té (VIII)

El té llegó a Chile a través de los ingleses. Cuentan las historias, que el primer compatriota en recibir una muestra de esta hierba fue un porteño, de manos de un marinero, durante el siglo XVIII, presentándola como una bebida popular en su lugar de residencia. Cabe destacar la popularidad de la Perla del Pacífico,<sup>69</sup> parada obligada para aquellas embarcaciones que debían circular por el estrecho de Magallanes; en este contexto de intercambio cultural a través del puerto, el té logró conseguir su espacio en la mesa chilena y perdurar hasta estos días. Ya instalado el producto en nuestro país, fueron los integrantes de la colonia inglesa que comenzó a establecerse los encargados de su importación y distribución, siendo cosa de tiempo para que el té pudiera entrar a las casas chilenas e, incluso, reemplazar a otras infusiones en muchas de ellas.<sup>70</sup>

El breve relato de Óscar Vilches, obrero baldosista y vendedor de pescado, nos permite juntar pedacitos de la historia social de Valparaíso:

“En ese tiempo [hacia 1912], a mi mamá le dio por irse a Valparaíso, donde vivimos como tres años en una pieza en el cerro Larraín, que nos costaba \$5 al mes. Mi hermano y yo hacíamos pololos en la caleta de los pescadores, que quedaba donde ahora está la Gobernación Marítima. El pago consistía en dos pescados, vendíamos uno y el otro lo llevábamos a la casa para poder comer. De ahí, al puerto, donde los estibadores. Teníamos un trato con ellos: les íbamos a comprar té y, en cambio, nos regalaban parafina (con la que fabricábamos velas para vender) y azúcar negra, que venía del Perú”.<sup>71</sup>

68 Nota del editor: en Chile, forma coloquial de referirse al estómago. Proviene del mapudungun huata.

69 Nota del editor: nombre con que se conocía al puerto de Valparaíso.

70 Hoy día logra superar al mate en su consumo.

71 Urrutia, Cecilia (1972). “Niños de Chile”, en *Nosotros los chilenos* n° 19. Santiago, Chile: Editorial Quimantú, p. 6.

De la mano de la nueva cultura del té, en nuestro país comenzó un nuevo ritual, popular hasta nuestros días, conocido por todos como la once, que en muchos hogares no puede ser concebido sin el preciado té calentito y que, en su base, es una adaptación de la tradición inglesa de la hora del té.

### **El mate (IX)**

En su momento fue el indispensable de nuestros compatriotas, favorito sin distinción de género ni de hora en el día. Era toda una cultura de consumo la que rodeaba al mate, ese que se debía compartir y no se podía negar, aun así, fuera usando todos la misma bombilla: el rechazarlo y negarlo se consideraba de mal gusto.

En Valparaíso comenzó su apogeo entre mediados de 1800 y el primer cuarto del 1900, aumentando su uso y consumo por toda la región, a un precio al que podía acceder toda la población, sin distinción de clases, pero siendo un favorito entre la clase trabajadora.

Para preparar el mate se coloca en el recipiente algunas hojas y vástagos machucados de yerba del Paraguay, con un poco de azúcar y, a veces, tajadas de limón; se le agrega agua caliente y la infusión se chupa por medio de una bombilla, un tubo de plata, de estaño o de caña, que tiene en su extremo un bulbo agujereado para impedir que penetre en la boca el polvo de las hojas.

### **El chichón (VII)**

Nace de la necesidad de bajarle lo dulce a la afamada chicha curicana; es por esto que se concibe como una mezcla del popular pipeño<sup>72</sup> (o de un vino tinto) con la chicha, todas clásicas bebidas elaboradas en las regiones del sur del país.

Como se puede imaginar, el nombre nace de la asociación con las contusiones (que reciben el mismo nombre popular en el país), producto de las noches de borrachera (a veces constantes), y consecuentes caídas, que derivaban de su consumo.

<sup>72</sup> Nota del editor: vino tradicional chileno de cepas no nobles. VINO HECHO EN PIPAS, MÁS BIEN. CUALQUIER CEPA PODRÍA SERVIR

Esta bebida alcohólica fue muy consumida por los pobres en la región de Valparaíso, producto de la intensa crisis que aquejaba al país, siendo el trago más accesible y fuerte que podían comprar. Generalmente, se consumía para alguna celebración o festejo, o simplemente para compartir; se compraba la chicha y el vino tinto o pipeño y se mezclaban en una jarra de vidrio, sirviéndose en vaso de caña.



Fotografías Memoria Chilena

## **Recetario**

### **(I) Sopa de pan**

#### **Ingredientes**

- 3 cucharadas de aceite
- 1 papa
- 2 a 3 ajos
- 1 a 2 huevos
- 3 a 4 panecillos

#### **Preparación**

Poner una olla con agua a hervir y echar la papa pelada.

Cuando la papa está cocida empezar a molerla dentro del agua, aliñar con sal y pimienta.

Romper el pan en pedacitos y tirarlos en la olla; después añadir las 3 cucharadas de aceite y los ajos molidos.

Dejar cocer unos 10 minutos, y si así lo quieres (o te alcanza), agregar unos huevos a la olla y dejarlos cocinar un poco.

### **(II) Pequéñ**

#### **Ingredientes**

- Para la masa
- 1 k de harina
- 1 cucharada de sal
- 1 cucharada de manteca
- Agua (la que se necesite para que se forme la masa y quede suave)

#### **Para el relleno**

- 8 cebollas grandes
- Manteca
- Orégano
- Merquén
- Comino
- Sal
- Laurel

#### **Preparación**

Como buena empanada chilena se debe partir por la masa, así que en una mesa poner la harina, agregar el agua en el centro y la sal por el exterior, amasar un poco y agregar la manteca derretida.

Dejar reposar unos 20 minutos.

Mientras se espera, se puede hacer el relleno, pero ojo, ¡no te dejes influenciar por la típica empanada!, en esta te toca cortar la cebolla en pluma y no en cubos.

Tiene que ir bien condimentada, así que déjate llevar y agrégale el ajo, sal, laurel y el merquén y cocínalo todo en la manteca (para que quede bien contundente) y para ponerle más enjundia, ponle por encima dos cucharadas de harina disuelta en sal con agua hirviendo.

Mezcla y cocina un rato más los ingredientes (ojo que si quieres serle fiel a la receta original tienes que dedicarle unas lindas palabras a los Cousiño).

Una vez cocinada y con hartos sabor y calor déjala reposar un rato.

Mientras reposa vuelve a la masa, hay que estirarla y cortarla en círculos del tamaño que desees.

Se rellena con el pino de cebolla y se cierra humedeciendo los bordes para que no salga el relleno.

Se lleva al horno unos 20 minutos o hasta que dore y se sirve bien caliente, ¡si es recién hecha, mejor!

### **(III) Escabeche de cebollas**

*Si las quieres para acompañar el mote, debes prepararlas al menos cinco días antes. Esta forma de concebir una cebolla en escabeche tradicional se extrae y rescata de manuales de cocina de Chile<sup>73</sup> poco antes del inicio del 1900.*

#### **Ingredientes**

- 2 cebollas
- 3 tazas de vinagre
- 4 cucharadas de sal
- 1 envase de vidrio con tapa

#### **Preparación**

Para comenzar debes rasgar las cebollas en cruces, añade un poco de sal y deja amortiguar el producto al sol por todo un día.

Luego, ponla en un envase de vidrio sumergida en vinagre fuerte con un poco de sal y una buena cantidad de pimienta.

Para finalizar tapa el envase y deja reposar.

<sup>73</sup> Novísimo manual del cocinero práctico (1892). Santiago, Chile: Imprenta y Librería Nacional F. T. Lathrop.

#### ***(IV) Vailcán con mote<sup>74</sup>***

*¡No olvides remojar el mote la noche anterior!*

##### ***Ingredientes***

- *1 taza de trigo mote*
- *Agua*
- *1 taza de zapallo picado en cubos*
- *1 cebolla*
- *6 machas*
- *6 choritos*
- *1 diente de ajo*
- *Sal a gusto*
- *¼ de taza de vino blanco*

##### ***Preparación***

Para empezar, debes cocer el zapallo previamente cortado en cubos y el mote (ya remojado) en ollas separadas.

Haz un sofrito con la cebolla y el ajo, aportando sabor con el toque de merquén para el calor y el clásico orégano; terminar con un toque de sal a gusto.

Una vez listo el mote, agregar el sofrito y el zapallo bien cocido; revolver hasta que el zapallo se haga una pasta que envuelva el mote.

Poco antes de servir, cocinar levemente los choritos en una olla; si el bolsillo lo permite, agregar un leve toque de vino que cubra la superficie de esta, y añadir las machas en una cocción de 30 segundos.

Apagar y dejar reposar para terminar la cocción; montar el mote con los mariscos en la superficie, acompañar con la cebolla en escabeche y servir.

#### ***(V) Ensalada de porotos***

##### ***Ingredientes***

- *1 taza porotos burros cocidos*
- *1 taza de cochayuyo cocido y picado*
- *1 cebolla mediana en finas plumas, amortiguada*
- *Un puñado de cilantro finamente picado*
- *2 cucharadas de aceite*
- *Jugo de 2 limones*
- *Sal y pimienta a gusto*

##### ***Preparación***

Recuerda, los porotos siempre se remojan la noche anterior. Ya remojados hay que cocinarlos en

<sup>74</sup> Adaptación de la receta sacada de Fantini, Francisco (2016). Gastronomía Valparaíso. Santiago, Chile: Fundación Gourmet Patagonia.

agua con sal hasta que estén blandos y cocidos (en promedio es una hora, pero tú revisa de vez en cuando). Cuando estén listos cuélalos y déjalos reposar.

Mientras se cuecen asegúrate de tener otra olla con agua, pon ahí a cocer el cochayuyo durante unos 30 minutos (o hasta que pierda elasticidad);<sup>75</sup> una vez listo, lávalo bien y pícalo en cubitos pequeños.

A la par de las cocciones, procede a cortar la cebolla; para que sea más agradable al paladar te recomendamos un corte de pluma bien finito. Corta también el cilantro a tu gusto y exprime el jugo de limón.

Finalmente, en un bol debes mezclar los porotos, el cochayuyo, la cebolla, el cilantro, el aceite, el jugo de limón y la sal. Mezcla bien y deja reposar al menos una hora para que se maceren los ingredientes en el jugo de limón. Sirvelo frío como ensalada.

## **(VI) Colegial**

### **Ingredientes**

- *2 a 3 marraquetas enteras*
- *1 litro de leche*
- *1 huevo*
- *4 cucharadas de azúcar*
- *Pasas a gusto*
- *Mermelada de damasco o durazno*
- *Caramelo*

### **Preparación**

Tienes que remojar el pan con la leche durante la noche (o desde bien temprano en la mañana), desmenúzalo bien y agrega el azúcar, el huevo y las pasas; asegúrate que sea una mezcla homogénea y compacta.

Por otro lado, haz un caramelo y baña la fuente con él; agrega encima de este la mezcla y llévalo al horno en un baño maría (esta fuente dentro de otra fuente más grande con unos pocos centímetros de agua), durante 20 a 30 minutos a temperatura media.

Una vez listo retíralo del horno y úntalo con la mermelada mientras siga caliente; una vez hecho esto déjalo reposar en el refrigerador hasta la hora de servir.

<sup>75</sup> Se recomienda también remojarlo en vinagre durante la noche anterior y lavarlo bien.

## ***(VII) Chichón***

### ***Ingredientes***

- 2 tazas de chicha de uva de Curacaví
- 2 taza de vino tinto en caja o pipeño (a gusto)
- Jarra de vidrio
- Cuchara larga
- Vaso de caña larga

### ***Preparación***

En una jarra de vidrio mezcla la chicha y el vino a tu gusto, dependiendo de qué tan dulce lo vayas a querer, le agregas más chicha.

Luego revuélvelo bien y sirve con cuidado.

## ***(VIII) Té***

### ***Ingredientes***

- 1 bolsita de té o té de hoja
- 1 taza de agua hervida
- 2 a 3 cucharaditas de azúcar

### ***Preparación***

Primero hierve el agua en una tetera.

Coloca el té de hoja en un colador.

Agrega el agua caliente, deja el té reposar y dale más espacio para desplegarse y liberar sabor adicional.

Luego sirve un poco en una taza, añade más agua caliente y azúcar; revuélvelo y disfruta. ¡Con cuidado, no te vayas a quemar!

## **(IX) Mate**

### **Ingredientes**

- *Yerba mate*
- *Agua caliente*
- *1 o 2 cucharaditas de azúcar*
- *Calabaza y bombilla*

### **Preparación**

Calienta el agua y luego colócala en un termo. Ten en cuenta que el agua no debe estar tibia ni debe dejarse hervir: para tomar buenos mates la temperatura del agua aconsejable es de 70° a 80° C.

Vierte yerba dentro de la calabaza hasta alcanzar las tres cuartas partes de la misma. Si lo deseas, para que los primeros mates no sean tan amargos, puedes agregar una o dos cucharaditas de azúcar.

Tapa con una mano la boca de la calabaza de mate, inviértela y agítala unos instantes. Vuelve el objeto a su posición normal y cuida que la yerba quede recostada sobre una de las paredes del mate y además se forme un pequeño agujero.

Para comenzar el mate, coloca agua tibia suavemente en el hueco que quedó en la yerba. Inicia el mate con agua tibia, esto permitirá que no se queme la yerba y pierda

el gusto rápidamente. Deja reposar unos instantes.

Introduce la bombilla en el hueco; una vez que hagas todos estos pasos puedes comenzar a cebar el mate, pero procura no mover mucho la bombilla y cebar siempre en el mismo lugar, esto permitirá que no se moje toda la yerba y así disfrutar más tiempo de unos exquisitos mates.

## **EQUIPO DE TRABAJO**

El menú “Pero este puerto amarra como el hambre...” fue presentado al concurso por:

### **Miguel Ángel Salazar Urrutia**

Profesor de Historia y Geografía. Encargado del levantamiento de fuentes históricas y de la contextualización del periodo de estudio.

### **Jaime Raúl Marín Moreira**

Técnico en Gastronomía y Bartender. Encargado de la investigación de bebidas y de la relación histórica de la propuesta de rescate patrimonial.

### **Ariel Ignacio Barrera Cerda**

Estudiante de Gastronomía Internacional de Duoc UC. Encargado de la investigación de recetas y de las entrevistas.

### **Felipe Fernando Casanga Arancibia**

Técnico en Administración de Empresas. Encargado de las entrevistas y de la investigación de recetas.

### **Rebeca Martina Parra Gómez**

Estudiante de Gastronomía Internacional Duoc UC. Encargada de la investigación sobre el valor patrimonial de los ingredientes y productos presentados.

### **Ágata Octavia De Jesús Ávila Carvallo**

Profesora de Filosofía y Técnico en Gastronomía. Encargada de la investigación de recetas y su contextualización histórica, social y cultural.

### **Paula Sandoval Gómez**

Alumna de 2° año Medio, Colegio Carlos Cousiño; encargada de las ilustraciones.

**BIBLIOGRAFÍA**

- Novísimo manual del cocinero práctico (1892). Santiago, Chile: Imprenta y Librería Nacional F. T. Lathrop.
- Alfaro Toro, Mónica (1997). La Gran Cocina Chilena. Santiago, Chile: Ediciones Occidente.
- Estrada, Baldomero (2012). Valparaíso. Progresos y Conflictos de una Ciudad Puerto. Santiago, Chile: RIL Editores.
- Fantini, Francisco (2016). Gastronomía Valparaíso. Santiago, Chile: Fundación Gourmet Patagonia.
- Larraín, Lucía (1925). Manual de Cocina. Santiago, Chile: Sociedad Imprenta y Literatura.
- Pereira Salas, Eugenio (1977). Apuntes para la historia de la Cocina Chilena. Santiago, Chile: Editorial Universitaria.
- Rosales, Diego de (1877). Historia General del Reyno de Chile. Valparaíso, Chile: Impresiones El Mercurio.
- Urrutia, Cecilia (1972). “Niños de Chile”, en Nosotros Los Chilenos n° 19. Santiago, Chile: Editorial Quimantú.

**SITIOS DE INTERNET**

- EFE (5 de octubre de 2012). Chile es el Segundo Consumidor de Pan en el Mundo, tras Alemania. La Segunda. Disponible en: <<http://www.lasegunda.com/Noticias/Nacional/2012/10/786123/Chile-es-el-segundo-consumidor-de-pan-en-el-mundo-tras-Alemania>>
- Gruber, Alejandro (2011). Cómo hacer un buen mate. Ruta de la Yerba Mate. Disponible en: <<http://www.rutadelayerbamate.org.ar>>
- Memoria Chilena (2018). De la prosperidad a la pobreza. El impacto de la Gran Depresión en Chile (1929-1932). Disponible en: <<http://www.memoriachilena.gob.cl/602/w3-article-601.html>>
- Mundo Cosmopolita (2017). A falta de pan, buenas son tortas. Historia del budín de pan. Il cuoco en la web. Disponible en: <<http://ilcuocoenlweb.blogspot.com/>>

Salazar, Criss (11 de septiembre de 2011). El último bastión de los pequeños. Urbatorium. Disponible en:

<<https://urbatorium.blogspot.com/2011/09/el-ultimo-bastion-de-los-pequenos.html>>

Tea Sommelier (2013). El té chileno. Disponible en:

<[www.caras.cl/tag/sri-lanka/page/2/](http://www.caras.cl/tag/sri-lanka/page/2/)>

Telias, Raquel (4 de marzo de 2014). Quiero Mi Colegial. Abre tu Boca.

Disponible en: <<http://www.abretuboca.com/?p=4791>>

Ysart, Consuelo (10 de agosto de 2011). El “Colegial” chileno, bueno... pero no para todos los días. Infolatam. Los placeres de América Latina: información y análisis de América Latina. Disponible en:

<<https://archive.fo/DkhTW>>

Lorenzo, Santiago (2012). “Ambiente cultural de una ciudad mercantil, Valparaíso: 1830-1930”, en Valparaíso. Progresos y conflictos de una ciudad puerto (1830-1950), Baldomero Estrada (compilador). Santiago Chile: Ril Editores.

Memoria Chilena (2018). De la prosperidad a la pobreza. El impacto de la Gran Depresión en Chile (1929-1932). Disponible en

<<http://www.memoriachilena.gob.cl/602/w3-article-601.html>>

Muñoz, Eduardo (2012). “Efectos de la crisis de 1929 en los sectores populares de Valparaíso: Una visión desde el diario La Unión”, en Valparaíso. Progresos y conflictos de una ciudad puerto (1830-1950), Baldomero Estrada (compilador). Santiago, Chile: Ril Editores.

MENCIÓN HONROSA

## **PICANDO<sup>1</sup> EL FUEGO AL SON DE LA CARBONÁ' Y LA PESCÁ'**

Testimonio del patrimonio vivo de Lota

*(Lota, provincia de Concepción, región del Biobío)*

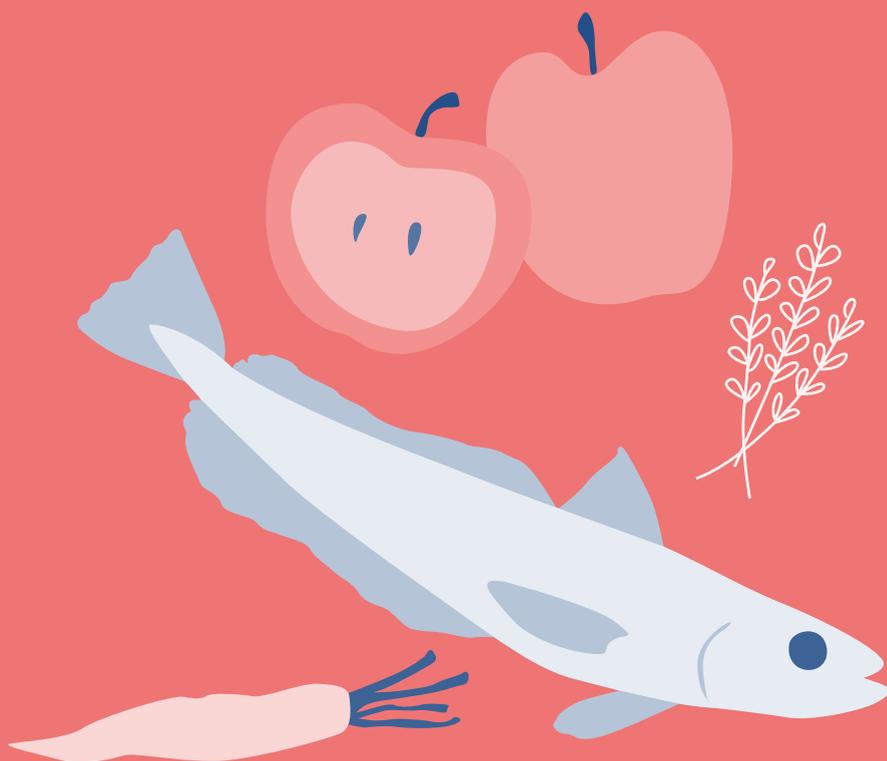
Tabita Solange Aravena Maldonado

Vasili Guillermo Carrillo Nova

Camila María Isadora Duguett Duguett

Patricia Elena Chandía González

Claudia Patricia Arancibia Rojas



1 Nota del editor: este título contiene un juego de palabras que los chilenos utilizan hasta el día de hoy. Ya que el minero utilizaba el pico para su labor, cuando un minero no alcanzaba a terminar su trabajo, se decía que estaba picado. Carboná y pescá son formas populares de referirse a la carbonada y la pescada.

# *Menú*

## **PRIMER PLATO**

*Carbonada*

## **SEGUNDO PLATO**

*Charquicán de pescá seca*

## **ENSALADA**

*Ensalada de ulte*

## **POSTRE**

*Manzanas asadas*

## **ACOMPAÑAMIENTO**

*Pan amasado*

## **BEBESTIBLE**

*Harinado*



## Presentación del menú

Esta investigación nace de la iniciativa de participar de la convocatoria del concurso El Menú de Chile 2018 con el objetivo de reconocer y poner en valor la gastronomía lotina, que en la actualidad permanece como testimonio vivo en las mesas de los hogares de la comunidad. Es en lo cotidiano, en cada recoveco de los pabellones,<sup>76</sup> en la venta de pan amasado en las calles, en los puestos de vendedores de La Feria y en los hornos comunitarios que quedan, que se huele todavía un suave aroma a comida casera; esta acoge y cobija con las manos que la preparan y la calidez de la cocina a leña, mientras el humo sigue el compás del viento y la débil llovizna cae silenciosa sobre estas calles.

Entre la comunidad lotina existe la necesidad del rescate patrimonial. Esta idea aflora constantemente en las personas que, con pasión, experimentan un sentido de pertenencia a la ciudad. Es por eso que hoy nos moviliza el poner en valor —con responsabilidad y compromiso— una herencia que, sin duda, nos ha dotado de una identidad que perdura no solo en nuestros gestos sino también en el espacio de lo cotidiano de la cocina. Detrás de un plato de comida está presente toda una labor social, un modo de ser, unas prácticas colectivas y un imaginario cultural simbólico que se consigue visibilizar a través de esta investigación y que abarca desde la extracción de los alimentos hasta la presentación en la mesa.

Cada uno de nosotros, como integrante del equipo que elaboró esta propuesta, realizó distintas labores que se relacionan de alguna forma con el territorio lotino, rico en contenido histórico y emblemático, digno de conocer y analizar, ya que nos permite comprender en profundidad la construcción de la identidad que observamos hoy.

Tabita, como encargada de cultura de la Municipalidad de Lota, tomó la iniciativa y convocó un equipo interdisciplinario capaz de realizar una investigación en profundidad, motivada por un sentido de responsabilidad con el rescate de la historia cultural y el patrimonio vivo. Ella elaboró, junto a Vasili Carrillo Nova —coordinador de los programas—, un guion teatral que acerca al lector a la emotividad de los relatos.

<sup>76</sup> Nota del editor: los pabellones eran construcciones de tres pisos donde vivían las familias mineras de Lota. Hoy en día, el Pabellón 83 es un centro cultural que difunde la historia de Lota asociada a la explotación del carbón.

Camila, alumna en práctica de la carrera de Turismo y Hotelería, realizó labores de apoyo y se sumó a esta investigación con la mirada de una joven lotina que ha crecido y se ha educado en la zona y que con esta oportunidad reconoce su territorio, relacionándose con una historia que la sensibiliza —frente a una actualidad muy distinta, la memoria del pasado relatada por sus protagonistas trae consigo miserias y conflictos que ella desconocía—.

Patricia, socióloga de profesión, se incorporó a esta iniciativa con el interés de conocer el territorio con mayor profundidad y como complemento a su trabajo. Realizando un levantamiento de información a través de entrevistas, llegó a la profundidad de las experiencias y vivencias de quienes han sido parte del acontecer de Lota.

Claudia, artista visual y gestora cultural, aportó con su experiencia en el proceso de la preparación del menú, con el propósito de validar un patrimonio vivo que permanece en las mesas de los lotinos y lotinas.

### **PICANDO EL FUEGO AL SON DE LA CARBONÁ' Y LA PESCA'**

A continuación, se presentan los resultados de la investigación, con especial énfasis en el relato biográfico de mujeres lotinas ligadas a la labor de la gastronomía, tanto en lo doméstico como en lo laboral, con un guion teatral, es decir, con una obra de ficción basada en hechos reales, con el fin de acercar al lector a la emotividad de las historias que se recopilaron.

#### **Louta:<sup>77</sup> ranchería húmeda**

Se dice que Lota, antes de ser fundada, era un lugar de sombras lúgubres, inhóspito, donde nadie imaginaba habitar. Solo había vegetación húmeda y fauna salvaje, pero ningún asentamiento humano, hasta que fueron descubiertas las vetas de carbón, despertando el interés de algunos visionarios que buscaban un horizonte para subsistir. Así dicen que comenzó el poblado.

Desde sus inicios, la construcción del asentamiento para obreros y mineros, y sus familias, fue el punto de encuentro de una gran diversidad cultural, resultado de la mezcla de las diversas costumbres y tradiciones de quienes llegaban a trabajar a la industria de extracción del carbón, desde el sur y norte de Chile, así como desde el extranjero, dando origen

<sup>77</sup> Louta: vocablo en mapudungun que significa "pequeño caserío", o también "ranchería" o lugar "húmedo".

a nuevas usanzas en la convivencia diaria y en el habitar de un espacio en común. La construcción de los pabellones —que aún están en pie—, típica arquitectura habitacional para los obreros de la mina y sus familias, es evidencia de los lazos de pertenencia de las familias a distintos grupos, diferenciados por el número del pabellón que habitaban, y que los hacía compartir sectores comunes de baños, lavaderos y hornos para cocinar.

La Feria de Lota, reconocida como la más grande del país y que ofrece una inmensa variedad de productos, es importante también en esta historia. En sus inicios comenzó como un grupo de pequeños comerciantes campesinos que llegaban con sus carretas llenas de productos alimenticios, tales como queso, verduras, frutas, animales y leche, provenientes de distintos lugares de la región, entre ellos Cañete y Santa Juana. Junto a los recolectores de productos marinos de la costa de Lota, fueron configurando un mercado de abastecimiento de alimentos.

En cada familia, el hombre de la casa era el que debía salir a trabajar a la mina. Los niños varones desde pequeños comenzaban también su vida de obreros, mientras que las mujeres tenían prohibido este trabajo y ni siquiera se les permitía entrar a la mina. Es por eso que su rol estuvo acotado a las labores domésticas y de mantenimiento de la casa y cuidado de los hijos, siempre numerosos. También se ocupaba de la elaboración del alimento: del *manche*<sup>78</sup> —que el obrero llevaba a su turno—, de las comidas diarias, del pan minero y de los diversos platos elaborados con creatividad en un contexto de escasez de alimentos, buscando la mejor manera de aplacar el hambre con recetas, técnicas, saberes y secretos que hoy rescatamos en esta investigación.

Desde el centro geográfico de Chile continental se asoma un delicado paisaje costero, de angosta planicie, donde los cerros y el océano Pacífico prácticamente convergen. Las pequeñas casitas a orilla del mar dibujan un paisaje único y un tanto caótico, con sus calles improvisadas, sus subidas y bajadas. En este paisaje se fue configurando por siglos la ciudad de Lota, en torno a la explotación del carbón. Esta industria, de relevancia nacional, fue la principal fuente laboral de la zona, transformándose en un condicionante del modo de vida de los lotinos, hasta el cierre definitivo del último pique en 1997. Actualmente, se pueden observar los vestigios de la industria en ruinas, en las que el paso del tiempo fue oxidando cada rincón de la maquinaria de lo que fue reconocido Monumento

78 Nota del editor: apropiación, en la zona minera, de la palabra italiana *mangiare*. El *manche* es el alimento que el minero se lleva a su trabajo. La "hora del *manche*" es cuando los mineros descansan para comer.

Histórico Nacional. Sin embargo, la memoria del pasado dejó su herencia en la generación actual, que recuerda por sus padres, abuelos y abuelas aquella industria tan fructífera, centro de la vida de los habitantes de Lota. A pesar de que hoy en día la pesca, la silvicultura y el comercio en La Feria son los principales espacios laborales, persisten los recuerdos de la cuenca del carbón y sus tradiciones, resistiendo el paso de los años y los planes de reconversión laboral.

### Primera escena: En la cocina

La cocina a carbón está encendida, las ollas gorgoreando el hervor. Allí está ella, la abuela del hogar, tenaz y esforzada, atendiendo los mil quehaceres de la casa. A ratos revuelve el comistrajo mientras espera la llegada incierta de su amado esposo que ya se asoma, desde las entrañas de la tierra, habiendo terminado la jornada.

Abuela: ¡A ver, niña, aléjate de la cocina que la olla está que arranca de hervor y la carne más dura que una suela!

Nieta: ¿Va a hacer chau chau,<sup>79</sup> mamita?

Abuela: No mi chica, me estoy ingeniando alguna cosa para que todos alcancen a saborear. Picaré la carne y picaré las papas en cuadritos a ver qué sale de bueno.

Nieta: Oiga mamita, ¿le echo carbón al fuego? Así se hacen más rápido las papas, que tengo un hambre.

Abuela: No, no, no, mi chica, que el fuego está al rojo vivo, sino en vez del caldo vamos a sacar una carboná de la olla.

### Las huelgas y la carbonada<sup>80</sup>

En las primeras décadas de funcionamiento de las minas en Lota, existía un monopolio comercial establecido por los dueños del yacimiento, la familia Cousiño, el que evidenciaba el trato injusto hacia los obreros, los que tenían una jornada de trabajo en turnos de 12 horas diarias y cuyo salario —correspondiente a la cantidad de carbón que se extraía y cance-

79 Nota del editor: especie de estofado del sur de Chile. Las papas, las longanizas y las zanahorias se cortan en forma de chaucha, antigua forma de llamar a las monedas.

80 Nota del editor: a pesar de que este plato aparece aquí ligado a la historia de las minas de carbón de Lota, lo cierto es que también existe, desde épocas coloniales, en Argentina, Bolivia y Perú. Lleva trozos de zapallo, choclo, carne y papas que se hierven en un caldo aderezado.

lado trimestralmente— era pagado con fichas que solo servían para ser canjeadas por bienes en las pulperías, tiendas comerciales que ofrecían víveres y enseres, que pertenecían a la misma empresa.<sup>81</sup>

Los obreros trabajaban desconociendo sus derechos, pero sospechando la injusticia presente en el día a día, desde el trato desigual entre obreros, empleados y técnicos, hasta el ostentoso nivel de vida de los dueños de la mina. Así, la vida del obrero y su familia se diluía en una dura realidad, con pocas posibilidades de mejorar. La pobreza en aquellos tiempos era, evidentemente, cruda y las familias lotinas, por lo general numerosas en hijos, se las ingeniaban para sobrevivir frente a las paupérrimas condiciones en que desarrollaban su vida. Sin embargo, en el contexto de explotación social al que estaban sometidos tanto los mineros del norte —en las salitreras— y del sur —en la cuenca del carbón—, aparece Luis Emilio Recabarren,<sup>82</sup> líder social que estaba convencido de que la organización y concientización de los sectores obreros era el único factor que podría cambiar la situación, generando un movimiento social para lograr el progreso de la clase obrera. Así, se organizaron y germinaron las huelgas en pos de mejoras laborales y reivindicaciones sindicales.

Hubo huelgas muy importantes en la historia de Chile, como por ejemplo la de 1920, que planteaba dos objetivos: terminar con las fichas como forma de pago y pasar del pago trimestral al pago mensual a los trabajadores. Asimismo, en 1960, se llevó a cabo la llamada Huelga Larga, que duró más de 90 días, con gran impacto nacional e internacional. En esta se planteó la necesidad de reducir el trabajo a 8 horas laborales por turno y de una mejora salarial generalizada. Además, tres hitos muy importantes sucedieron en este contexto: en primer lugar, los niños lotinos, hijos de mineros, fueron acogidos por familias en Santiago, Viña del Mar y Valparaíso como una forma de solidarizar con la situación de pobreza y hambre en la que vivían sus familias y que se veía agravada por la huelga; en segundo lugar, la caminata de protesta de hombres trabajadores y sus mujeres, de casi seis horas, desde Lota hasta la intendencia de la ciudad de Concepción; y en tercer lugar, las más de 200 ollas comunes que se

81 Nota del editor: Matías Cousiño fue el impulsor de la explotación del carbón en la zona de Arauco. Su hijo, Luis Cousiño, junto su esposa Isidora Goyenechea, construyeron el palacio Cousiño. También remodelaron el Campo de Marte, que se transformó en el Parque Cousiño en Santiago de Chile

82 Nota del editor: Luis Emilio Recabarren (1876-1924) fue un personaje clave en la historia del movimiento obrero de Chile. Impresionado por los problemas de desigualdad en Chile y convencido de la posibilidad de transformar la sociedad, Recabarren dedicó su vida a defender a la clase obrera, sus familias y los sectores desfavorecidos. Para eso, fundó mancomunales obreras y fortaleció las organizaciones sindicales, entre otras actividades reivindicativas y de liberación.

realizaron por toda Lota, donde las mujeres jugaron un rol importante al implementar estas cocinas colectivas de manera creativa frente a la escasez y la falta de recursos para el sustento diario. Al respecto, la señora Úrsula comenta: “Frente al conflicto se levantaron comisiones femeninas en defensa de la huelga y así comenzó la organización de ollas comunes, solidarizando con ello el comercio establecido y la ya organizada Feria Libre de Lota. La huelga la organizó el movimiento sindical y sus familias, y así entre mujeres se apoyaban para la recolección y distribución de los alimentos”. Aunque este conflicto tenía el propósito de mantenerse hasta lograr las mejoras por las cuales luchaban, el terremoto del año 60, con epicentro en la ciudad de Valdivia y que destruyó gran parte de la zona centro-sur del país, obligó a dar por terminado el movimiento.

“Recuerdo muchas de las preparaciones, entre ellas la carbonada”, comenta Úrsula, “el caldo mañanero, el infaltable pan minero y los hornos comunitarios prendidos toda la jornada para mitigar el hambre durante el conflicto”.

Úrsula cree que la carbonada nace en alguna olla común organizada en tiempos de manifestación sindical, entre la recolección de papas, zapallo y un trozo de carne que quizás no alcanzaba para el gran número de bocas hambrientas de hombres, mujeres y niños. Desde ahí la preparación adopta el nombre de carbonada.

“Y se vino el conflicto del año 60 y con él una varada de pescada”,<sup>83</sup> dice don Miguel, cuando recuerda la situación que él mismo vio. Continúa su relato diciendo: “Se escuchaba el paso imponente de alguien desesperado que gritaba a los cuatro vientos que a la orilla de playa se había varado la pescada. Era impresionante ver montones de pescada varada. Fue una bendición divina para quienes llevábamos meses en conflicto, pasando hambre. Los niños y mujeres mostraban una delgadez evidente, lánguidos, casi sin expresión en los últimos tiempos. Fuimos todos con carretillas, mallas y canastos”. Continúa su narración diciendo: “Había un tendedero inmenso de pescadas en las afueras de los cientos de pabellones que existían en esa época”. “La pescá seca, una bendición que el mar trajo con la mano de dios. El cura bendijo los pescados en las afueras de la Parroquia de Lota Bajo. Fue un momento de fiesta y alegría difícil de olvidar”, comenta don Miguel con sus 87 años a cuestas.

83 Nota del editor: la pescada es el nombre popular para la merluza. La pescá, como se le conoce popularmente, fue hasta hace un tiempo, el pescado más consumido por los chilenos. Hoy en día, está sobreexplotada y las medidas de protección no son suficientes.

**Segunda escena: La pescá seca.**

Nieta: ¡Abuela, venga a ver a la playa! La vecina Meche dice que está lleno de pescao orillando el mar.

Abuela: Vaya usted mijita con el canasto, pero no traiga tanto que se echará a perder.

Mientras la abuela lava y lava los trajines en la batea, la niña corre a buscar las bendiciones que el mar provee.

A la hora después llega la nieta.

Nieta: Mamita traje como 20, pero la vecina Meche se trajo muchos más, todos los que pudo.

Abuela: Pero cómo tanto, mijita, se le van a podrir y vamos a estar con el mal olor hasta el cuello.

Meche: Vecina, vecina, traje todo el pescao que pude acarrear, quede agotá, se me llegaron a agarrotar los brazos.

Abuela: Y pa' qué traje tanto, oiga, no ve que se le van a podrir en tres días.

Meche: No vecina, si hay que lavar el pescao, aliñarlo con sal y tenderlo al sol para hacer pescá seca, aprovechando el buen tiempo y el verano que se acerca en estos días.

Abuela: ¡Ah sí! Tengo unas primas en el sur que me convidaron charquicán<sup>84</sup> de carne, se hacía con papa de Cañete, zapallo y carne charqueá, podríamos preparar con pescao, ¡bien bueno debe quedar!

Meche: Probaremos cuando esté listo y así no se pierde tanta bendición ¿cierto?

Abuela: Así no más, vecina.

84 Nota del editor: el charquicán, guiso originariamente hecho de charqui —carne seca—, zapallo y papas es, según algunos estudiosos, el único plato auténticamente chileno. No obstante, también se come en Perú y Bolivia.

## Los lavaderos

En Lota hubo hornos y lavaderos comunitarios, la mayoría en las afueras de los pabellones donde habitaban las familias mineras. El hombre trabajaba en el fondo de la mina y su jornada laboral se distribuía en una rotación entre el primer, segundo y tercer turno; una labor sacrificada, cuya paga a principios de siglo era injusta y miserable. Muchos perdieron la vida en la profundidad de la tierra y fueron sus mujeres quienes asumieron y enfrentaron la crianza de los numerosos hijos. La labor era comunitaria y en el mismo espacio se aprovechaba de solicitarle a la vecina algún ingrediente que hacía falta en la casa, bajo promesa de devolverlo para el próximo pago de sueldo.

### Tercera escena: En los lavaderos

Rosario: Tuve que traer la ropa de la casa, más toda la ropa de la señora Isidora que me paga por prenda, si no, no sé cómo lo haré pa' darle de comer a mis chiquillos. Con lo que me pague hoy voy a hacer "mar y tierra".<sup>85</sup> Me trajeron algunas papas del campo y ayer en la tarde yo misma fui a la playa a sacar colloy;<sup>86</sup> ya lo tengo casi listo, cosa de llegar y armar.

Carmelita: ¿Quién es la señora Isidora?

Rosario: Una señora, casada con el mayordomo, jefe del Lucho, que me conoció en el funeral. Ella se apiadó de mí; sabe que tengo 12 cabros chicos y que sola no podré salir adelante.

Meche: Mira Chayo, a rey muerto rey puesto, mira que con la docena de cabros que tenía, lavando ropa ajena va ser imposible que salgá adelante.

Carmelita: Cállate vo, cómo decí eso, cuando el Lucho ni se enfría todavía. Tan mal habló esta cabra agilé.

Meche: Pero si lo digo pa' ayudarla, con tanto cabro va ser imposible pa' ella. Bueno, que sabes tú también, si no fuiste capaz de darle ni un solo hijo al Juan, por eso te engaña cuando quiere.

Carmelita se enrojece y le lanza los trajines en la cara a la Meche, armándose la pelotera en los lavaderos del sector La Fundición de Lota Alto.

<sup>85</sup> Elaboración gastronómica que consiste en papas con colloy.

<sup>86</sup> Nota del editor: alga marina

## La historia de María

María cuenta que desde muy niña tuvo que ayudar a su madre en los quehaceres del hogar. Eran muchos sus hermanos y la paga de la mina no alcanzaba para solventar las necesidades fundamentales para su desarrollo y crecimiento. Ella relata que heredaban las ropas y los zapatos de sus hermanos mayores y cuando el más pequeño alcanzaba esa herencia, solo recibía rastros y trapos viejos. María cree que en aquel entonces los vecinos y vecinas eran más solidarios: “Se daba mucho eso de golpear las puertas de los pabellones para pedir un poco de sal, azúcar o una zanahoria para la preparación de algún plato de comida, era la única forma de apalear tanta miseria”. Se casó muy joven, dice, y recuerda haber preparado habitualmente la cazuela de pescado y la carbonada con chicharrones de cerdo. A pesar de haber tenido pocos hijos, la vida fue igual de difícil en aquellos tiempos, en que la mujer estaba obligada a cumplir solo labores domésticas, ya que el machismo se manifestaba con fuerza entre los dueños de casa. Sin embargo, frente a las movilizaciones sindicales ellas estaban siempre para apoyar y aportar en la causa como buena camará,<sup>87</sup> luchando codo a codo por lo que también creían justo.

### Cuarta escena: Pan minero

Miguel: ¡Ya es suficiente, basta con tanta injusticia! Uno trabaja, trabaja y trabaja, sin ver siquiera la luz del sol, la paga es una miseria y la pobreza es evidente. Algo hay que hacer para cambiar las cosas. Se aproxima el invierno y no creo que soportemos un día más en esta situación de escasez, los poderosos se enriquecen a costa de nuestros pulmones.

Lucho: Así es compañero, hay que movilizarse, por nuestras mujeres, por nuestros niños, por nuestras familias.

Miguel: Nos organizaremos en el sindicato número 6, somos muchos para dar la pelea.

José: ¿Y qué haremos? Sin trabajar, moriremos de hambre.

Miguel: Y tú, ¿crees que trabajando en estas condiciones no estamos muriendo de hambre? Tanto sacrificio... mira nuestras familias, nuestra gente. No faltará para comer, nunca falta, pero no solo de pan vive el hombre. ¡Hay que luchar!

<sup>87</sup> Nota del editor: forma coloquial de decir camarada, aquella persona con la que se comparten ideas políticas.

Comienzan a organizarse y se cita a reunión a todos los trabajadores en el sindicato. Poco a poco se van sumando todos a la manifestación.

Es medio día y ellas están prendiendo el horno para cocer el pan. En el tablero aparecen cuatro horneadas y hay que respetar el orden de inscripción, de lo contrario se arma la mocha.<sup>88</sup>

Juana: Chiquillas, los mineros están organizados en el sindicato. Comenzarán una huelga con varios pliegos de peticiones, que irán en mejora de nosotros mismos.

María: Entonces terminando el pan hay que llevarles para allá.

Ester: No solo hay que llevar pan, también debemos organizar una olla común, como lo hacían antiguamente nuestras viejas en las otras huelgas.

María: ¿Y cómo se hace eso Ester?

Ester: Debemos llevar lo que tenemos en casa, y si no alcanza, vamos a la Feria de Lota a pedir; al fin y al cabo, a ellos también les convienen estas mejoras. Ellos dependen al cien por ciento de los mineros, mira que cuando reciben el sueldo hacemos los pedidos allá.

Y así se organizaban hombres y mujeres. Las ollas comunes fueron emblemáticas durante las huelgas en Lota y el pan se elaboraba todos los días. El espacio de compartir alimento durante las huelgas generaba unión entre la gente. No hay nadie que no recuerde aquella solidaridad inmensa con la cual se identificaba la gente lotina.

## **El rol de la mujer**

Las mujeres siempre tienen que enfrentar difíciles decisiones frente a la vida; en cualquier lugar del mundo y en cualquier época, son ellas las que siempre cumplen con la crianza de los hijos y, cuando existen crisis económicas, son ellas las que deben ir enfrentando la situación de manera creativa con el fin de administrar de la mejor forma los pocos recursos con los que cuentan, para así darles de comer a sus hijos.

En esa sociedad desigual eran ellas las más afectadas: debían romper con un machismo enérgico, pero ahí estaban, enfrentando los escenarios más complejos. Sin ellas no hubiera sido posible avanzar frente a las adversidades de una cultura de injusticia.

<sup>88</sup> Pelea.

Lota estaba rodeada de hornos comunitarios y lavaderos. Las ollas comunes también eran fenómeno constante en los contextos de conflicto social y, hasta el día, son parte de los relatos, vivencias y experiencias de los habitantes del territorio lotino. Sin embargo, las mujeres de Lota relatan con melancolía el asunto que, sin duda, implicó sacrificio y precariedades, una injusticia social evidente.

Hoy en día, fotografías, textos literarios e investigaciones históricas aportan claridad sobre todo aquello, y nosotras lo comprendemos a través de sus rostros, sus ojos y sus voces, siendo imposible no sensibilizarse con este patrimonio vivo. A partir de sus emociones fuimos capaces de crear este proyecto que presentamos con compromiso y respeto.

### Quinta escena: Celebración de las Carmen

Carlos: Oye Miguel, mañana estamos de fiesta en la casa y la Meche está preparando unos “comensales”. Está haciendo un amasijo de pan amasado y yo compré harina tostá para el harinao con pipeño.

Miguel: ¿Y qué van a celebrar? Que yo sepa estamos alejados de las fiestas patrias todavía.

Carlos: Es que mi camará se llama Mercedes del Carmen. Voy a matar un pato que estaba criando. Compré harta harina pal trago y a los cabros chicos les daré agua con harina y azúcar. Así que estai convidao a venir con tu prole.<sup>89</sup>

Miguel: Gracias compadre, le diré a la Marita que prepare manzanas asadas pa' los cabros chicos. Y su buena ensalá de ulte con ají merquén y cilantro.

Carlos: ¡Y se armó el causeo!<sup>90</sup>

Motivo de celebración eran los onomásticos del calendario católico, repartidos a lo largo del año. Común era matar algún ave de corral o incluso un chancho criado en corrales caseros e invitar a los vecinos y amigos más cercanos. El vino pipeño no faltaba en la celebración y más aún en la succulenta mezcla del harinado, que consiste en agregarle harina tostada y azúcar. El famoso trago podía ser, incluso, parte del desayuno de más de algún minero.

89 Nota del editor: forma coloquial para referirse al conjunto de hijos de una persona.

90 Nota del editor: tradición de la cocina chilena, que consiste en mezclar ingredientes a partir de una base de ensalada de tomate y cebolla. El causeo más tradicional es el de pata de cerdo o vacuno.

## Epílogo

Algo queda aún. Es nuestro patrimonio vivo y desde sus voces hemos recopilado lo que hoy presentamos en este menú. Hemos caminado por las calles de Lota; el pan minero se asoma con sus olores y su calidez en nuestras manos. Es difícil de expresar: con él viene toda una herencia que no se acabará jamás, es vida que permanece en pie, que camina junto a nosotros, que se observa desde todos los lugares y recovecos. María lleva consigo la historia y la memoria del pasado y la comparte para que nosotros podamos imaginar y comprender la construcción de un pueblo. Desde entonces me he detenido a mirar el mar, ese mar profundo que se manifiesta y que también hace de lo suyo en tiempos difíciles. Desde aquí observamos y desde aquí nuestro agradecimiento.





Fotografías realizadas para el dossier de presentación del menú para el concurso.

## **Recetario**

### **Carbonada**

Tiempo de preparación:

45 minutos (4 porciones)

#### **Ingredientes**

- *½ k de carne de vacuno*
- *1 diente de ajo, picado*
- *1 cebolla mediana*
- *3 papas, picadas en cubos*
- *1 trozo de zapallo*
- *100 g de porotos verdes*
- *100 g de arvejas*
- *1 zanahoria*
- *3 cucharadas de arroz*
- *Aceite*
- *Sal*
- *Verduras surtidas*
- *Morrón*
- *Merquén*
- *Cilantro*

#### **Preparación**

En una olla, sofreír en aceite la cebolla y el ajo.

Cuando la cebolla está transparente, se añade la carne picada en cubos y se mezcla durante unos minutos para que selle.

Añadir las papas, el zapallo, las arvejas, los porotos verdes y la zanahoria, todo picado. Mezclar hasta que los sabores se impregnen.

Agregar 4 tazas de agua hervida, sal a gusto, el morrón y las verduras, y dejar cocinando tapado a fuego medio, hasta que todo esté cocido (aproximadamente, por unos 30 minutos).

Revolver y servir bien caliente, en un plato hondo o pocillo de greda, agregando merquén y cilantro a gusto. Acompañar con rodajas de pan amasado.

## ***(II) Charquicán de pescá' seca***

Tiempo de preparación:

30 minutos (4 porciones)

### ***Ingredientes***

- 2 unidades de merluza seca
- 2 dientes de ajo, picados
- 1 pimiento trozado
- 6 papas
- 1 cebolla, picada en cubos
- 1 trozo de zapallo
- 1 cucharada de aceite
- Sal
- Merquén
- ½ zanahoria, rayada

### ***Preparación***

Para bajar la salinidad del pescado, remojar en agua hervida y fría durante 3 horas. A cada hora, cambiar el agua.

En una olla, cocinar las papas junto al zapallo, todo picado en trozos medianos.

En otra olla sofreír en aceite los dos dientes de ajo, la cebolla, la zanahoria rayada y el pimiento trozado. Una vez listo el sofrito, agregar la pescada desmenuzada y las papas cocidas junto al zapallo.

Moler la preparación, charqueando con el mortero.

Mezclar, aplastando los ingredientes y agregando sal a gusto. Si es necesario, agregar agua del cocimiento de las papas.

Servir en una paila de greda y agregar merquén a gusto.

## ***(III) Ensalada de ulte***

Tiempo de preparación: 5 minutos

(4 porciones)

### ***Ingredientes***

- 500 gramos de ulte
- 1 cebolla
- Cilantro
- 2 cucharadas de jugo de limón recién exprimido
- Sal
- 1 cucharada de aceite

### ***Preparación***

En una fuente, trozar el ulte en pequeños bocados. Picar el cilantro y la cebolla en corte pluma.

Mezclar el ulte, el cilantro y la cebolla junto con el jugo de limón; agregar sal y aceite a gusto.

Servir en plato pequeño.

#### ***(IV) Manzanas asadas***

Tiempo de preparación:

40 minutos (4 porciones)

##### ***Ingredientes***

- 4 manzanas rojas medianas
- 5 cucharadas de azúcar

##### ***Preparación***

Primero que todo, precalentar el horno a 200° C.

Lavar las manzanas. Con un cuchillo, quitar el corazón de las manzanas, dejando la cáscara. Con un tenedor, pinchar para dejar agujeros a su alrededor.

Adobar con azúcar, dentro de los huecos de las manzanas.

Dejar horneando durante 25 minutos. Unos minutos antes de sacar las manzanas, espolvorear azúcar, la cual, caramelizada, decorará las manzanas.

Enfriar y servir.

#### ***(V) Harinado***

Tiempo de preparación: 5 minutos

(1 porción - vaso)

##### ***Ingredientes***

- ¼ de taza de harina tostada
- 3 cucharadas de azúcar
- 150 cc de agua

##### ***Preparación***

Mezclar la harina, el azúcar y el agua dentro del vaso, revolviendo enérgicamente.

Servir a temperatura ambiente.

#### ***(VI) Pan Amasado***

Tiempo de preparación:

30 minutos (4 porciones)

##### ***Ingredientes***

- 1 k de harina sin polvos de hornear
- 2 tazas de agua tibia
- 1 pan de levadura
- 1 ½ cucharada de grasa (manteca)
- 1 cucharada soperá de sal

### *Preparación*

Colocar la harina en un bol haciendo un volcán. Agregar el pan de levadura, la salmuera y la grasa. Unificar y amasar.

Continuar amasando la mezcla, hasta obtener una masa homogénea.

Hacer un lulo con la masa y pinchar con un tenedor la superficie, de forma delicada.

En un horno de barro, previamente calentado, meter el pan con una paleta de madera.

Hornear durante 15 minutos.

Sacar el pan, y disfrutarlo mientras está caliente.

## **EQUIPO DE TRABAJO**

El menú “Picando el fuego al son de la carboná y la pescá” fue presentado al concurso por:

### **Tabita Solange Aravena Maldonado**

Encargada de Cultura de la Municipalidad de Lota.

### **Vasili Guillermo Carrillo Nova**

Coordinador de los Programas de Cultura, Patrimonio y Turismo de la Municipalidad de Lota.

### **Camila María Isadora Duguett Duguett**

Alumna en práctica de la carrera de Turismo y Hotelería.

### **Patricia Elena Chandía Gonzalez**

Socióloga.

### **Claudia Patricia Arancibia Rojas**

Artista visual y gestora cultural.

## **AGRADECIMIENTOS**

Nuestros sinceros agradecimientos a la señora María Eugenia Fernández, lotina de nacimiento, por compartirnos sus saberes culinarios con tanta dedicación; a la señora María Grandón por recibirnos en la intimidad de la cocina de su hogar; y a Gustavo Ferreira por las hermosas ilustraciones.

Agradecemos profundamente, asimismo, a todos quienes colaboraron en la ejecución de esta investigación, dando su testimonio firme y sincero desde su experiencia de vida.

A don Fernando El Puma Concha.

Al matrimonio Elizalde-Pradenas. María Pradenas, mujer lotina de nacimiento, madre de 4 hijos y experta cocinera para su familia y por encargo, y Miguel Elizalde, exminero y escritor, que, con su relato sobre la varada de la pescá nos emocionó.

A Víctor Gómez, ex minero y escritor, que, con su picardía, aportó a la creación de los guiones teatrales.

Al poeta lotino Alejandro Concha, que aportó con un poema de su autoría desde una mirada joven sobre su patrimonio.

A Violeta Pérez Cifuentes, socióloga de profesión, por su colaboración sobre su enfoque de género sobre la mujer lotina.

A todos quienes integran el equipo de los Programas de Patrimonio, Cultura y Turismo, con cuyos aportes se logró el desarrollo de esta iniciativa.



MENCIÓN HONROSA

## FIESTA DE DOMINGO CON AROMA A SARMIENTO<sup>1</sup>

Memoria culinaria de una antigua hacienda del Itata

*La Magdalena, provincia de Itata, región de Ñuble*

Clara Inés Arteaga Parra  
Marianela Zapata Rodríguez  
Catalina Paz García Arteaga  
Gonzalo Roberto Avendaño Vásquez



1 Nota del editor: rama de la cepa de vid, de donde brotan los zarcillos, las hojas y los racimos.

# *Menú*

## **SOPA**

*Caldeao de camarón*

*Pan de chuchoca*

## **FONDO**

*Pato en confitura de guinda*

*Puré de chícharos*

*Pasta de ají cacho de cabra*

## **PEBRES Y ENSALADAS**

*Encebollado de aceituna*

*Pebre de romaza*

## **BEBESTIBLES**

*Agua de culén*

*Vino de la casa*

## **POSTRE**

*Merengón de vino*

*Torta de ciruela*



## Presentación del menú

El interés por participar en el concurso El Menú de Chile 2018, surgió porque desde nuestras diferentes formaciones académicas y quehaceres cotidianos, coincidimos en valorar la cocina como un rico sistema cultural.

Clara Arteaga Parra, viñatera en el valle del Itata, se crio en La Magdalena, comuna de Coelemu, donde se localiza este menú patrimonial, “Fiesta de domingo con aroma de sarmiento”. Ella conserva la memoria y experiencia culinaria de esa localidad. Catalina García Arteaga, hija de Clara, también está familiarizada con las antiguas prácticas de la cocina de La Magdalena. Como arquitecta aportó con una serie de láminas en acuarela que recrean valiosos aspectos del menú presentado, siendo, además, una importante colaboradora al momento de compilar el trabajo.

Marianela Zapata Rodríguez, gestora cultural, coordinadora de Casa Textil Bazarte, en la comuna de Tomé, se enteró de este concurso mientras trabajaba en un proyecto Fondart y realizaba algunas visitas laborales a las oficinas del Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio, en Concepción. Compartió la información con Clara —con quien tiene una amistad de varios años y con la que comparte, además, el gusto por la cocina— y ambas, con entusiasmo, decidieron participar, trabajando en equipo junto a Catalina.

Se consideró necesario incorporar a un cuarto integrante no solo para cumplir con los requisitos de bases y evaluación, sino también para enriquecer las visiones del menú, por lo que se invitó a trabajar a Gonzalo Avendaño, ingeniero agrónomo, quien se encargó de realizar aportes en materia de suelos, cultivos y especies.

La metodología de trabajo consideró aspectos de investigación en entrevistas, libros y artículos, cuyo resultado se organizó en un texto central que entrega el sustento teórico al menú. Paralelamente, Clara Arteaga se encargó de organizar las recetas, reunir los diversos ingredientes y cocinar los platos, los cuales también fueron ambientados y fotografiados.

El menú elegido fue resultado de una exploración previa, en la que se realizó una revisión de varias alternativas, pues Clara Arteaga recordaba muchos platos elaborados en la antigua hacienda La Magdalena. Asimismo, se tuvieron en cuenta las secciones del menú solicitadas por el concurso, la época del año en que se realizaba la postulación —otoño-invierno—, y la

disponibilidad de alimentos de la temporada. Clara, Marianela y Catalina, definieron en conjunto el menú y, luego, se lo presentaron a Gonzalo Avenado, para recibir algunos aportes desde la perspectiva agronómica.

Este menú significa mucho. Por una parte, es una forma de poner en valor la riqueza cultural y culinaria del valle del Itata. Por otra, representa la visibilización del trabajo doméstico realizado por diversas generaciones de mujeres, en distintos roles: dueñas de casas, cocineras, empleadas, etc. Finalmente, significa una invitación a continuar investigando, recuperando y aportando sobre cocina y patrimonio como expresión de la riqueza cultural de Chile.

### **FIESTA DE DOMINGO CON AROMA A SARMIENTO**

El valle del río Itata es un territorio geográfico y social con una historia centenaria. La cocina patrimonial de esta zona es resultado de un mestizaje sostenido entre las culturas mapuche-picunche y española, de ascendencia vasca y catalana.

Hace cerca de cuatro siglos, la Compañía de Jesús recibió en donación una extensa propiedad agrícola, de 2.375 cuadras.<sup>91</sup> Esta propiedad es La Magdalena, la hacienda más grande del valle del río Itata y centro de la actual propuesta de menú patrimonial.

Durante casi dos siglos los jesuitas construyeron en la hacienda un espacio donde se conjugaban el catolicismo, la educación y la economía agraria, irradiando sus valores a la sociedad local. Con el avance del tiempo, La Magdalena tuvo nuevos propietarios. Tras la expulsión de los religiosos de Chile (1767), Francisco Manzano y Guzmán, alcalde de Concepción, compró la extensa propiedad, pasando luego a manos de su hijo Esteban, quien se casó con Rosario Alemparte Vial, tía de Ernesto Arteaga Alemparte, abuelo de Clara Arteaga, productora agrícola y quien conserva, actualmente, la memoria de las prácticas culinarias históricas de la hacienda La Magdalena. Con el avance de los siglos y las transfor-

91 Juan de Alvarado, canónigo de Concepción en 1613, donó esta propiedad a la Compañía de Jesús, para fundar y mantener un colegio, agregando plantas de vides, 500 cabras, 1.000 ovejas, bueyes y mulas; además de yanaconas o indígenas de servicio. La hacienda era una propiedad de 2.375 cuadras y constituía en esos años una unidad con la propiedad del otro lado del río, denominada Torreón. Posteriormente la propiedad fue censada en el siglo XVIII con 6 mil cuadras.

maciones de la tierra, esta antigua y extensa hacienda jesuita dio origen a varios fundos, conservando la familia Arteaga un sector de este territorio, hasta el día de hoy.

A partir de las prácticas, oficios y enseñanzas de mujeres habitantes de la antigua hacienda —quienes desarrollaron parte importante de sus vidas en la cocina—, se construye este relato de menú patrimonial, incluyéndose los recuerdos de tres generaciones, compuestas por Clara Arteaga Parra, su madre, Rosario Parra, y su abuela paterna, Eloísa Figueroa de Arteaga, así como también de varias otras integrantes de una extensa familia.

## Viñas

Los viñedos<sup>92</sup> definen el trabajo de la tierra en La Magdalena, así como la preparación de los alimentos y la vida en general. A fines de marzo y principios de abril de cada año, durante dos o tres semanas, se realiza la cosecha del vino, siendo la vendimia una época muy alegre.

“En abril se comienza a elaborar el vino, con la molienda y la fermentación, y permanece unos días en el lagar. Terminada la primera fermentación se traspasa a cubas. En mayo la chicha está pasadita haciéndose el vino. En junio se hace el trasiego, es decir, el vino se cambia de vasija”, comenta Clara.

En mayo, paralelamente al inicio del cuidado del vino, comienzan los trabajos de limpieza y poda de las viñas. En esta época se sueltan los patos en los viñedos para que se alimenten de los rastrojos, práctica que facilita, por una parte, que el ave coma y engorde para un futuro asado y, por otra, que la viña se despeja de los restos de las podas.

De junio a septiembre se realizan los trabajos de cultivo del suelo de los viñedos. Los sarmientos son recogidos y se forman atados con sus varas. Luego se queman y devuelven como cenizas al suelo, para fertilizar la tierra. También son usados en la cocina para avivar el fuego. Después se continúa con el arado de las viñas, para limitar el crecimiento del pasto.

92 Las viñas han estado presentes en La Magdalena por cientos de años. A principios del siglo XVII se calculaba que había 13 mil plantas en las viñas del lugar. En el siglo XVIII, su principal actividad era la elaboración de vinos y aguardientes, teniendo 18 mil plantas de viñas (Sánchez, Raúl (2009). *La Empresa Económica Jesuita en el Obispado de Concepción (Chile) 1610-1767*. Tesis para optar al grado de Doctor en Historia, con mención Historia de Chile. Universidad de Chile). Las viñas de la antigua hacienda La Magdalena son de uva país. A comienzos del siglo XX se agregó la cepa cinsault.

En noviembre y diciembre las viñas comienzan a brotar —en esta época, recién las personas descansan un poco—; luego, empiezan los rezos para que la uva siga creciendo y así, en marzo, haya buena vendimia.

El vino elaborado en forma artesanal es almacenado en lagares donde las uvas esperan su tiempo. Después se traspasa a cubas, pipas o barricas pequeñas de unos 200 litros, o a cubas grandes, con capacidad de 5 mil hasta 30 mil litros. Todos estos contenedores para almacenar vino se hacían de maderas nativas como raulí o roble, con el fin de traspasar los aromas de la madera a los mostos.

Las viñas, el vino y sus derivados, estaban siempre presentes en la cocina y en los platos de La Magdalena. Las ensaladas en verano llevaban *agraz*<sup>93</sup> como aderezo y en época de otoño-invierno se usaban limones o vinagre de vino, todos de la misma casa.

En esta propuesta de menú patrimonial, la sopa de camarones (I) lleva entre sus ingredientes vino nuevo y blanco recién fermentado, de la cepa moscatel de Alejandría. El postre, merengón de vino (VIII), también está preparado con vino tinto obtenido de la cepa más antigua del lugar, la país, y posteriormente la *cinsault*.

## Aves

En La Magdalena las aves cantaban libres por el campo, buscando los mejores pastos, semillas y granos. La crianza de aves incluía una variedad de especies: gallinas, pollos, gallos, gansos, pavos y patos.

La cocina del fundo se abastecía con los diferentes tipos de aves, sus huevos y carne. Se tenía la costumbre de asociar las aves con diferentes platos. Clara recuerda: “A los gallos, cuando se les había gastado la espuela, es decir, cuando ya no pisaban a las gallinas, se les echaba a la olla. Las gallinas se hacían estofadas acompañadas de papas de la chacra. Una pollita a la cacerola era un plato muy bien visto para recibir, por ejemplo, a las visitas”.

Las patas también solían cocinarse estofadas o a la cacerola. Los patos (III), en cambio, se preparaban al horno y se reservaban para los fines de semana y días de fiestas.

93 Nota del editor: jugo de uva verde.

## Cocina

La cocina era un espacio fundamental en La Magdalena y funcionó durante todo el siglo XX. Incluía un fogón en la tierra, una cocina a leña, una mesa y mesones de faenado y corte de carnes. Esta cocina era una construcción aparte de la vivienda.

En ella se trabajaba todo el día. “Era bien impresionante; se terminaba de servir una comida y ya había que empezar a preparar la otra”. Era un espacio muy dinámico, donde se desarrollaban las múltiples actividades que requiere la comida fresca hecha a mano, abastecida con los productos agrícolas de la huerta, la quinta, la chacra o el bosque.

En el centro, una cocina de fierro, sólida, funcionaba a leña y se prendía generalmente con sarmientos, es decir, las varitas que resultaban de la poda de las viñas. Con su crepitar suave, pero sostenido, animaban el fuego que duraría toda la jornada.

El día comenzaba con un harinado y un caldo caliente y humeante preparado con cebolla de la huerta, al que se le agregaba harina tostada. Un pan amasado de tamaño generoso y cocinado de amanecida en el horno de barro, acompañaba esta sopa matutina. “Ese pan solía oler a peumo... porque con unas ramitas de ese árbol solía limpiarse el horno de barro y el canasto, entonces el aroma del peumo impregnaba ese pan amasado de La Magdalena”, rememora Clara.

El medio día indicaba tiempo de almorzar. “A las doce se tocaba la campana y todas las personas se preparaban para ir a comer. Durante muchas décadas hubo una campana en La Magdalena”. Las labores del viñedo se detenían por unas horas, los trabajadores regresaban a servirse los alimentos que durante la mañana habían sido preparados en esa cocina activa y fragante, abastecida con una variedad de alimentos de la temporada.

Así, en época de otoño-invierno, siempre era posible encontrar camarones de las vegas,<sup>94</sup> aceitunas de la temporada, nueces, fruta de verano secada al sol y guardada en bolsas de papel, para cocinar en los meses de frío y lluvias.

94 Nota del editor: el camarón de vega (*Parastacus pugnax*) vive principalmente en terrenos pantanosos del valle de Ñuble, y constituye un ingrediente importante de la cocina tradicional de la región.

Por las tardes, se tomaba once en la zona de corredores de la casa patrimonial. La mesa estaba cubierta por un mantel bordado a mano. La hora de once era con pan amasado relleno con cuero de chanco, tomate y ají.

“Las despensas guardaban frutos secos, legumbres, miel, chicharrones, charqui, pescadas secas, manteca de cerdo, pastas deshidratadas, trigo partido, trigo sancochado, mote, chuchoca,<sup>95</sup> harina tostada, ají seco, cebollas de guarda, ajos secos, comino, tomillo deshidratado; hierbas para el mate: los mistos, una mezcla de aromas con menta, culén, poleo, manzanilla, cedrón, toronjil, hojas de cardenal blanco, hojas de naranjo, hojas de durazno, hinojo, etc.”.

“Las longanizas se preparaban en casa y se lavaban las tripas con hierbabuena, antes de secarlas y rellenarlas con carne de cerdo aliñada. Lo mismo con el queso de cabeza, que se preparaba cocinando la cabeza completa del cerdo —incluía “todos sus pensamientos”, como se dice—, con bastante aliño y ají; se reposaba en budineras enlozadas y se cortaba en grandes trozos para el mate o la once...”.

Poco antes de las siete de la tarde terminaba el trabajo en los viñedos y el día se cerraba con un plato de caldo. “Podía ser un caldo de verduras de la huerta o unas pancutras con chicharrones... del chanchito que se faenó en mayo...”.

## ANÉCDOTAS SABROSAS EN TORNO AL MENÚ

Este menú empieza con un caldeo de camarón (I). El concepto caldeo da cuenta, en el sector campesino de La Magdalena, de algo caliente. En este caso, una sopa cuya base son los camarones, cuya búsqueda es una antigua práctica de recolección que se realiza en época de otoño-invierno en las zonas húmedas de las vegas. “Si en la tierra aparecen unos pequeños orificios, especie de cuevitas, quiere decir que allí se encuentran”.

Antes, los camarones se buscaban metiendo las manos a la tierra en aquellos sectores de vegas. Generalmente, este trabajo era realizado por trabajadores agrícolas, quienes después de una jornada de trabajo en las viñas, por las tardes, de regreso a casa, se detenían a sacar camarones.

“Llegaban los trabajadores con los nudillos rotos, en el regreso de la viña pasaban a las vegas, donde se crían animales y sale poleo. Metían sus

95 Nota del editor: maíz tierno cocido y seco, que se usa como condimento.

manos y brazos en los agujeros que había en la tierra y así sacaban los camarones, antes, a mano”.

“Los camarones se preparaban en época de invierno. Primero hay que remojarlos en agua y dejarlos cocer con muy poca agua. Cuando están tomando un color entre naranjos y rojos, se sacan de la olla; sino se les rompe la hiel y quedan amargos”.

“El caldo se reservaba para hacer sopa con harina tostada, pantrucas o chuchos. Al caldo de camarones se le agregaba sofrito con cebollitas, chilotas, diente de ajo chiquitito, y cuando chirrea se le echa cebolla, porque si el ajo se quema, queda amargo”.

A los camarones se les sacan las colitas, que es la parte con más carne. La preparación de este plato también sirve para entretener a las niñas y los niños en un juego llamado Pares y Nones, el que consiste en adivinar la cantidad de patitas de camarones, que otra persona guarda en sus puños cerrados.

“Esta sopa de camarones puede servirse con un huevo escalfado, si se cuenta con más tiempo para cocinar, ya que esta preparación consiste en poner un huevito quebrado en agua, con un poco de vinagre antes de hervir. Se moldea con una cuchara quedando la yema medianamente cocida, cubierta de la clara”.

El caldeo de camarones se acompaña con pan de chuchoca (II), masa compuesta por harina blanca y chuchoca de los choclos cocidos y secados al sol del verano.<sup>96</sup>

Este menú incluye dos pebres a modo de ensalada, para refrescar el almuerzo. El primer pebre es un encebollado de aceitunas (VI), fruto de antiguos olivos que han crecido junto a las viñas. La cosecha de estas aceitunas se realiza en época de otoño.

Primero se sajan con tres cortes y, mientras se cuentan historias y leyendas en torno al fogón, se van poniendo en una tina de madera con agua. Después se trasladan a otra tina, donde se curan en lejía, preparada con ceniza cocida. En este lugar pasarán al menos 15 días. Luego de este tiempo, se mantienen en agua con sal para su consumo.

96 Este pan preparado a base de maíz da cuenta de la presencia de alimentos de pueblos originarios (mapuche-pi-cunche) en la cocina de La Magdalena.

Las cebollas que componen este pebre son las hortalizas más usadas en la cocina del sector y son casi infaltables en la mesa, registrándose una relación directa entre caldo y pebre.

El segundo pebre está preparado con hortalizas silvestres (VII), endémicas del lugar, como son la romaza<sup>97</sup> y las achicorias<sup>98</sup> silvestres. Ambas especies son posibles de encontrar, durante todo el año, al borde de los caminos y senderos. La combinación de cebollas con romaza y achicoria, más un chorrito de vinagre artesanal, entrega un sabor fresco al paladar.

Las leguminosas eran infaltables en la mesa de todos los días. Porotos, lentejas, garbanzos y chícharos cultivados en el lugar, componían los platos de patrones e inquilinos. En este caso el menú presenta los chícharos<sup>99</sup> como puré (IV), para acompañar al elegante pato.

El plato principal de este menú es un pato asado (III). Para su preparación era necesario comenzar a prepararlo el día anterior. Primero, el ave se faenaba y se dejaba reposar. “Los patos tienen una pluma muy dura, así que desplumarlos tomaba varias horas. Los cañones se sacaban con pinzas y después el ave se pasaba brevemente por el fuego para chamuscar cualquier resto de pluma”.

El postre merengón de vino (VIII), sencillo y habitual, era típico de los días domingos. Su preparación era relativamente fácil y deleitaba, especialmente, a los niños. Este postre se caracteriza por llevar un almíbar de vino pipeño que le otorga un color malva que recuerda, a su vez, a las amapolas silvestres del viñedo. Este postre incluye nueces de otoño, machacadas en el mortero.

Las tortas, preparaciones más elaboradas, reservadas para los domingos, están representadas en este menú por la antigua torta de frutos otoñales, con nueces y ciruelas (IX), secadas durante el verano. Esta torta endulzaba la sobremesa de las tardes familiares de domingo en la antigua hacienda La Magdalena.

97 Nota del editor: el nombre científico de la romaza es *Rumex patientia*. Popularmente, recibe nombres como “espinaca sin aroma”, “lengua de buey” y “hierba de la paciencia”.

98 Nota del editor: el nombre científico de la achicoria es *Cichoriun intybus*.

99 En algunas zonas de Chile, las arvejas (*Lathyrus sativus*) son llamadas chícharos. El cultivo de esta leguminosa de grano se ubica entre las regiones de Valparaíso y La Araucanía, principalmente en los secanos costero e interior.





Fotografías realizadas para el dossier de presentación del menú para el concurso.

## **Recetario**

### **(I) Caldeao de camarón**

Tiempo de preparación:

30 minutos

#### **Ingredientes**

- 2 docenas de camarones de vega
- 1 morrón rojo pequeño
- 2 tomates rojos medianos
- 1 cebolla mediana
- 2 tazas de caldo de pollo
- 1 atadito de chalota silvestre
- 2 dientes de ajo
- 2 cucharaditas de aceite
- 1 taza de vino blanco italia de la zona
- 1 litro de leche (para remojar los camarones)
- Ají de color
- Sal, pimienta y aceite
- Cilantro picado
- 4 huevos (opcional)\*

#### **Preparación**

Remojar los camarones en leche fría durante la noche, en una olla, bien tapados para que, en secreto y tranquilo reposo, rediman sus culpas.

Cocinar en agua caliente por 10 minutos.

Reservar 4 camarones enteros para decorar.

Colar el caldo y reservar.

Pelar las colitas de los camarones. Hacer un sofrito con cebolla, ajo, morrón rojo y tomate.

Agregar las colitas ya peladas. Juntar con el caldo reservado.

Agregar el caldo de pollo y la taza de vino blanco.

Antes de servir, si lo desea, agregar un huevo de gallina castellana.

Servir bien caliente, con una generosa cucharada de cilantro y cebollino silvestre.

Decorar con un par de camarones, para que acompañen su caldo.

**(II) Pan de chuchoca**

Tiempo de preparación:

30 minutos

**Ingredientes**

- 1 taza de chuchoca
- 1 taza de harina
- Sal a gusto
- Agua tibia
- 1 taza de nata
- 2 cucharaditas de polvos de hornear

**Preparación**

En una fuente, poner la harina, la chuchoca y los polvos de hornear.

Mezclar bien y agregar una taza de nata batida con sal a gusto.

Mezclar hasta lograr una masa suave y no pegajosa.

Formar unos lulos y cortar con un cuchillo en forma diagonal.

Cocinar en horno caliente durante 15 minutos, aproximadamente.

**(III) Pato en confitura de guinda**

Tiempo de preparación:

180 minutos

**Ingredientes**

- 1 pato entero, recién confesado y desplumado.
- 1 taza de guindas secas, remojadas en una taza de aguardiente
- 1 taza de enguindado, hecho con aguardiente de la zona
- 3 cucharadas de mantequilla de vaca regalona
- 3 manzanas de invierno
- 2 limones
- Sal y pimienta a gusto

**Preparación**

Tomar el pato entero y, con cariño, atar sus extremidades para que no se nos desordene.

Agregar el jugo de los 2 limones, por dentro y por fuera. Macerar por lo menos durante una hora.

Aliñar con sal y pimienta.

Sajar su pechuga en finos cortes.

Untar con mantequilla y rellenar con las manzanas para que mantenga su forma y humedad.

Llevar al horno ya caliente en una bandeja de greda.

Cada cierto tiempo, rociar con enguindado y sus propios jugos.

A los 40 minutos, dar vuelta y dorar el otro lado. Seguir cocinando por una hora y media.

Pinchar las rodillas del pato y, si filtra aun sangrado, requiere más cocción.

#### *Para la confitura de guindas*

Tomar las guindas, ya remojadas y estiladas, y retirar sus cuescos; con el agua ardiente del remojo hacer un almíbar con una taza de azúcar y una taza de enguindado.

Reducir y agregar las guindas descarozadas.

#### ***(IV) Puré de chícharos***

Tiempo de preparación:

60 minutos

#### ***Ingredientes***

- 2 tazas de chícharos
- 1 cebolla pequeña
- 1 cucharadita de mantequilla
- 1 cucharadita de aceite
- ½ diente de ajo
- Sal y pimienta

#### ***Preparación***

Remojar los chícharos durante toda una noche con una pizca de bicarbonato de sodio.

Cocinar en su misma agua durante 40 minutos.

En una olla, calentar el aceite, agregar el ajo triturado, mantequilla y cebolla en cubos pequeños, sal y pimienta. Sofreír hasta que la cebolla se vea transparente.

Estilar los chícharos ya cocinados.

Aplastar con un pisapapas.

Agregar la cebolla, rectificar la sal.

Servir para acompañar al pato.

#### ***(V) Pasta de ají cacho de cabra***

Tiempo de preparación:

20 minutos

#### ***Ingredientes***

- 2 vainas de ají cacho de cabra
- Sal a gusto
- Aceite a gusto
- 1 ajo
- ½ cucharadita de semillas de cilantro
- 1 cucharada de vinagre

**Preparación**

Pasar las 2 vainas de ají por la llama del fogón y tostar.

Luego, remojar en agua caliente.

Machacar en una piedra, golpeando con energía hasta moler.

Incorporar el ajo y las semillas de cilantro.

Seguir machacando hasta unir.

Agregar sal, aceite y vinagre.

Servir en cuenco de greda.

**(VI) Encebollado de aceitunas**

Tiempo de preparación: 15 minutos

**Ingredientes**

- 1 cebolla mediana
- 2 tazas de aceitunas curadas en lejía
- 2 limones
- Ramitas de cilantro
- Ají verde picado
- 1 cucharada de aceite
- Sal a gusto

**Preparación**

Cortar la cebolla en plumas muy finas.

Picar cilantro y ají verde, y mezclar junto a las aceitunas.

Aliñar con aceite, sal y el jugo de dos limones.

Adornar con cilantro.

**(VII) Pebre de romaza**

Tiempo de preparación:

15 minutos

**Ingredientes**

- Hojas de romaza
- Cebollino silvestre
- 1 cebolla
- Chalotas tiernas
- 2 cucharadas de vinagre
- ½ taza de agua
- 2 cucharadas de aceite
- Ají seco
- Sal a gusto

**Preparación**

Picar la romaza fina.

Cortar las chalotas en tiras delgadas.

Picar el cebollino.

Aliñar con aceite, agua, vinagre, sal y ají seco.

### ***(VIII) Merengón de vino***

Tiempo de preparación:

25 minutos

#### ***Ingredientes***

- 4 claras grandes
- 1 taza de vino tinto
- 1 taza de azúcar
- ½ taza de nueces partidas

#### ***Preparación***

Poner en una cacerola pequeña 1 taza de vino y 1 taza de azúcar.

Reducir hasta formar un almíbar de pelo.

Batir las claras a punto de nieve, en una fuente a baño maría.

Una vez que las claras estén a punto, agregar el almíbar caliente y mezclar en forma envolvente.

Servir en copones, decorados con nueces partidas.

### ***(IX) Torta de ciruela***

Tiempo de preparación:

35 minutos

#### ***Ingredientes***

- 2 tazas de ciruelas secas
- 1 taza de leche entera
- 2 cucharadas de aceite
- 4 huevos
- 1 taza de azúcar
- 2 tazas de harina
- 1 taza de nueces picadas
- ¼ cucharadita de clavo de olor
- ¼ cucharadita de canela
- 2 cucharaditas de polvos de hornear
- 1 cucharadita de bicarbonato disuelto en 2 cucharadas de agua tibia
- 1 taza de crema
- 1 k de manjar
- 1 taza de mermelada casera de ciruelas

#### ***Preparación***

Batir las yemas junto al azúcar hasta que estén pálidas y cremosas.

Incorporar las 2 cucharadas de aceite, la harina cernida con los polvos de hornear y las especias.

Agregar el bicarbonato disuelto.

Agregar las nueces picadas junto a las ciruelas secas, también picadas.

Agregar las 4 claras batidas a nieve en forma envolvente.

Llevar a horno en un molde enmantecado, por unos 20 minutos.

Dejar enfriar y dividir en 2 capas.

Mezclar el manjar con un poco de leche hasta que quede suave.

Rellenar con manjar y mermelada de ciruela.

Cubrir la torta con la crema batida.

Agregar las hojas de culén lavadas y macerar junto a la miel, el jugo de medio limón y dejar reposar en el agua caliente, unos 10 minutos.

Agregar el resto del agua y llevar a la mesa en una jarra de vidrio, para acompañar la comida.

### **(XI) *Vino de la casa***

Vino pipeño de las cepas centenarias del lugar (país).

### **(X) *Agua de culén*<sup>100</sup>**

Tiempo de preparación:

15 minutos

### ***Ingredientes***

- 10 hojas de culén
- 1 cucharada de miel
- 1 litro de agua de vertiente
- ½ limón

### ***Preparación***

En una fresca mañana, ir al borde húmedo del bosque por unas verdes y aromáticas ramas de culén.

Hervir 1 taza de agua.

<sup>100</sup> Nota del editor: el culén (*Otholobium glandulosum*) es un arbusto aromático de hojas puntuadas.

## **EQUIPO DE TRABAJO**

El menú “Fiesta de domingo con aroma a sarmiento” fue presentado al concurso por:

### **Clara Inés Arteaga Parra**

Productora agrícola y cocinera, conocedora de la gastronomía patrimonial de la zona. Estuvo a cargo de la poesía, elaboración, preparación y montaje del menú.

### **Marianela Zapata Rodríguez**

Profesora de Historia, diplomada en Gestión Cultural y Patrimonio, periodista y máster en Ciencias Sociales. Participó en la elaboración de la investigación.

### **Catalina Paz García Arteaga**

Estudiante de Arquitectura. Estuvo a cargo de toda la interpretación gráfica del lugar, el relato simbólico y las fotografías.

### **Gonzalo Roberto Avendaño Vásquez**

Agrónomo. Asesoró la propuesta de menú patrimonial en temas agrícolas.



## **MENÚS DESTACADOS**

## MENÚ DESTACADO

### ENTRE ORILLAS Y HUERTOS...

Patrimonio alimentario de cocinería tradicional changa

*Caleta Chañaral de Aceituno, provincia de Huasco, región de Atacama*

Juana Álvarez Hidalgo  
Jacqueline Ávalos Álvarez  
Víctor Marín Álvarez  
Daniel Aguilera Cortés  
Felipe Rivera Marín  
Valeria Portus Mimica

## *Menú*

### ENTRADA

*Salpicón de loco*

### FONDO

*Carbonada de lapa con trigo majado (molido)*

### POSTRE

*Macho ruso con arrope de higo*

### BEBESTIBLE

*Agua de hierbas*

## Presentación del menú

Alba maravillosa  
De bullicioso despertar  
Con tus aguas espumosas  
Nos mojas el navegar  
Como te puedo olvidar  
Mi caleta Chañaral  
Con tus rocas y tu mar  
Y tus aguas cristalinas  
Cuando quieres descansar  
Sacas fuerza de gigante  
y no nos dejas trabajar  
pero ya te conocemos  
y te observamos sin hablar.

Alba Maravillosa  
Con tu silencioso despertar  
Tu aire puro llena mi alma  
Y nos vamos a trabajar  
Nos vamos con prisa  
Tú nos entregas bondad  
Comemos de tus manos  
Lo que tú nos puedes dar

¡Oh! Ada maravillosa  
Dime cómo te podré olvidar  
Mi Caleta Chañaral

La caleta Chañaral, María Campusano

Nuevamente, el pueblo chango de Chañaral de Aceituno trae a la mesa chilena su cultura culinaria —escondida, en ocasiones, en sus caletas, orillas y huertos, las que han sido la base de su subsistencia—, como una forma de reivindicar un sentido de pertenencia al mar y a la tierra en un sector del semiárido costero, donde hemos persistido hasta el día de hoy. La comunidad de la caleta obtiene su sustento, principalmente, de la actividad pesquera, a partir de la cual se entrelazan diferentes saberes y prácticas que dan lugar a una memoria e historia social vivas. Entre estos conocimientos, uno de los principales es la preparación de alimentos, parte fundamental de la identidad de la comunidad y fuente de su cercanía con el territorio.

Por estas razones, quisimos presentar —por segundo año consecutivo— un menú tradicional al concurso El Menú de Chile, no solo para tratar de lograr ganarlo sino también para visibilizar las memorias culinarias que conservan, principalmente, las mujeres antiguas de nuestra agrupación.

Si en la versión del 2017 conversamos con Estermila Álvarez, para este concurso recurrimos a las memorias culinarias de su hermana Juana. Hija de Juana Hidalgo y Roberto Álvarez, primeros habitantes de caleta Chañaral de Aceituno, por medio de sus historias y recetas quisimos dar a conocer las formas de vida de su familia, representadas en los modos de obtención del alimento, tanto en las labores que ejercía su padre en el mar, a través de la recolección de mariscos, en lo que hoy es la caleta Chañaral de Aceituno, como también en la vida relacionada con el campo en la extinta hacienda Chañaral.

Conversamos con doña Juana —cuya niñez transcurrió en los primeros asentamientos del borde costero, donde los mariscos existían, y existen, en abundancia, y las papas y las cebollas de los almuerzos provenían de

la hacienda Chañaral—, a partir de una entrevista semiestructurada, sobre sus recuerdos sobre la preparación de alimentos y su relación con el contexto en el cual ella vivía, como expresión histórico-cultural de las formas de vida de los habitantes del territorio, que desde su origen lograron complementar la tierra y el mar como método de subsistencia.

Este registro pretende ser un resguardo de su memoria culinaria, contribuyendo a su visibilización en los diferentes espacios de promoción de la cocina chilena y de la difusión de la cultura del pueblo chango de la región de Atacama. Nos motiva el resguardo del patrimonio cultural inmaterial de los habitantes de la caleta, específicamente la cocina changa; la revitalización de la memoria histórica de los diferentes oficios y saberes de los habitantes de este territorio, especialmente de los integrantes de la agrupación Changos Descendientes del Último Constructor de Balsas de Cuero de Lobo; y la difusión de la cultura changa, inmortalizando sus saberes culinarios con la publicación de las recetas.

El nombre del presente menú, “Entre orillas y huertos”, es el reflejo de la trashumancia como práctica histórica y cultural de los primeros asentamientos de este territorio, el origen de la amalgama entre el campo y el mar, del estrecho vínculo entre la hacienda Chañaral y la caleta Chañaral de Aceituno, entre la verdura y el marisco, que se encuentran y concilian en la olla que los cocina y en el plato que los sirve, en los almuerzos y sus preparaciones, reflejos de la memoria histórica que conserva un profundo sentido de identidad con el territorio.

Nuestra propuesta recoge los saberes culinarios desde distintas expresiones territoriales del ser chango; esta vez nos allegamos más al interior, haciendo uso de lo que la tierra generosa nos dio para alimentarnos —el trigo majado, el maíz, los olivos, la papa—, ingredientes que se relacionan, recíprocamente, con los productos de nuestro mar —la lapa, el loco, el toyo para el charquicán, el luche—. Hoy entrelazamos el mar y la tierra, el hombre y la mujer, lo crudo y lo cocido, el pasado y el futuro, el olvido y el recuerdo, para continuar hurgando en la memoria culinaria que ha empezado a formar parte relevante de las cocinas patrimoniales chilenas, con un lugar especial en las nuevas propuestas gastronómicas, donde se realza y pone en valor el origen artesanal de los productos que llegan a la mesa de cada comensal que quiera disfrutar de las bondades de nuestro fértil océano Pacífico.

## ENTRE ORILLAS Y HUERTOS...

La caleta Chañaral de Aceituno se ubica al sur-oeste de la comuna de Freirina, en la región de Atacama, frente a la isla Chañaral. Su población la conforman principalmente pescadores artesanales y sus familias, así como grupos de crianceros trashumantes situados en parentelas territoriales. Ambos grupos, tanto los pescadores como los crianceros, han ejercido sus oficios patrimoniales, manteniendo un tejido social tradicional.

El lugar posee vertientes cercanas de agua dulce y se ubica en una bahía protegida de los vientos del sur, siendo su principal característica la gran biodiversidad marina, que entrega variados y abundantes recursos alimenticios. Si en ocasiones las condiciones climáticas dificultan la salida al mar, los habitantes cuentan con majadas<sup>101</sup>, complementando los recursos para la mantención de la familia y el hogar.

En este territorio semiárido habitaron los changos, pueblo originario del norte del país. Según Zúñiga<sup>102</sup> (1986), el lugar fue originalmente poblado por pastores que llegaron al litoral, comenzando a ocupar algunas ensenadas como caletas, durante la segunda mitad del siglo XIX. Ahí, además de arrieros eran también pescadores (cazadores-recolectores), practicando un género de vida mixto, donde la división del trabajo relacionada con la pesca y la cacería eran realizadas por el hombre, mientras que la mujer ejercía labores de pastoreo y crianjería caprina. Según señala el historiador local Oriel Álvarez, Roberto Álvarez —casado con Juana Hidalgo— fue el último constructor de balsas de cuero de lobo y primer habitante de esta caleta, hacia 1937.<sup>103</sup>

En su mayoría pescadores, los habitantes han podido extraer desde tiempos remotos el recurso del mar, estableciendo el vínculo del hombre/mujer con la naturaleza y adaptándose a su geografía y condiciones para llevar a cabo el trabajo. La pesca artesanal —extracción de algas y abastecimiento de productos del mar para el consumo de la comunidad— cumple un rol significativo en el desarrollo económico, cosechándose recursos como la lapa (*Fisurella* spp y *Fisurella Crassa*), el loco (*Concholepas concholepas*), el erizo (*Loxechinus albus*), el huiro negro (*Lessonia negrisi*) y el huiro palo (*Lessonia trabeculata*).

101 Lugar donde se recogen el ganado y los pastores por la noche

102 Zúñiga, Jorge (1986). "Evolución de los géneros de vida de un sector costero del norte semiárido de Chile", en *Revista Chungará* n° 16-17. Arica, Chile: Universidad de Tarapacá, pp. 437-446.

103 Álvarez, Oriel (2003). *El último constructor de balsas de cuero de lobo*. Vallenar, Chile: Ediciones Mediodía en Punto.

## La cocina tradicional del lugar

Siguiendo lo que señala la antropóloga Sonia Montecino (2004), planteamos que el comer reúne en su esencia la identidad de una localidad. El comer significa introducir y procesar elementos del exterior —de la naturaleza— hacia nuestro interior e incorporarlos; vale decir, unir a la persona con su territorio por medio del consumo de los alimentos que el lugar provee.<sup>104</sup> Esto queda de manifiesto en el relato de María Campusano, habitante que personifica la localidad costera, cuando señala:

Nos vamos con prisa  
Tú nos entregas bondad  
Comemos de tus manos  
Lo que tú nos puedes dar  
¡Oh! Hada maravillosa  
Dime cómo te podré olvidar  
Mi Caleta Chañaral

La Caleta Chañaral, María Campusano

Entre los saberes tradicionales que otorgan identidad a los habitantes de caleta Chañaral de Aceituno, se encuentra su cocina tradicional, la cual ha dado fuerza y vigor a generaciones. Las y los habitantes de la caleta, vuelven propios los sabores de los recursos marinos que extraen sus abuelos, padres, hermanos e hijos, los cuales son cocinados por sus abuelas, madres, hermanas e hijas, quienes preparan sus tradicionales almuerzos, que mezclan el gusto del mar, las huertas y las majadas.

<sup>104</sup> “Como ya dijimos, nutrición significa hacer que el exterior nos penetre, que determinadas materias sean olidas, saboreadas, masticadas y procesadas por el complejo aparato de nuestro cuerpo que va desde la boca hasta los órganos excretores. (...) De allí la relevancia de escudriñar en el “imaginario de la incorporación” para aproximarse al lenguaje de su sistema alimenticio” (Montecino, Sonia (2004). La olla deleitosa. Cocinas mestizas de Chile. Santiago, Chile: Editorial Catalonia, p. 12

En Chile, como en buena parte de las sociedades, no cabe duda que las mujeres han sido las depositarias de los conocimientos culinarios, los que, según Montecino, muchas veces son saberes específicos que suponen el manejo casi alquímico de elementos y materias.<sup>105</sup> La cocinería tradicional de caleta Chañaral de Aceituno, representa la técnica de transformación de un recurso en alimento, ya sea adquirido en el borde costero por medio de algún oficio, proveniente del intercambio por productos agrícolas del valle del Huasco, u obtenido por el oficio de crianería caprina de las majadas. Los habitantes de este territorio, incorporan estos alimentos no solo porque nutren y agradan, sino también porque generan un sentido de pertenencia, un vínculo entre el hombre y la naturaleza. Saborear un salpicón de locos o una carbonada de lapa con trigo majado, es comer un trozo de su geografía, es saborear un trozo de cultura changa enraizada en la preparación de sus abuelas.

Con el fin de conocer la forma de vida de los habitantes de un territorio, es de vital importancia conocer las actividades que realizan para la producción, extracción y comercialización de sus recursos, así como la preparación y el consumo de alimentos. Los sentimientos que emergen con cada sabor, son el resultado de la obtención, producción y preparación de los alimentos, estrechamente ligados al territorio, donde los sabores son el lenguaje, donde transita el paso de lo crudo a lo cocido, lo que implica, el transitar desde la naturaleza a la cultura. El vínculo que los habitantes de la caleta Chañaral de Aceituno establecen con su alimento, tiene una estrecha relación con los oficios que intervienen para su abastecimiento, con la forma en que se manipulan los productos marinos, con la selección de los alimentos y con su elaboración y las técnicas culinarias utilizadas.

Como señala Páez (1985), en la época de los primeros asentamientos, se utilizó el intercambio o trueque de recursos marinos por los del valle del Huasco, hasta la década de 1950, cuando diversos comerciantes recorrían los pequeños pueblos y caseríos visitando localidades como Carrizalillo, Choros Bajos y Punta de Choros. Esta reciprocidad por medio del intercambio es básica en el establecimiento y mantenimiento de la sociabilidad, que favorece la diversificación de los recursos alimenticios necesarios para un buen desarrollo de los habitantes.

105 "Quizás porque ellas mismas son fuente de leche que se derrama, primer contacto del sujeto con la succión —forma primaria de saciar el hambre— es que tomaron en sus manos la tarea de convertir lo natural en cultura, haciendo de un elemento cualquiera un bien comestible" (Montecino, Op.cit., p. 15). La importancia de la labor que ejerce la mujer, conlleva la transformación del recurso en alimento, vinculando el paso de lo crudo a lo cocido que implica el paso de la naturaleza a la cultura, que simbólicamente significa incorporar elementos del territorio en su interior.

El tráfico comercial en el área litoral comprendía entre la caleta Chañaral y Totalillo, estableciéndose un importante circuito de intercambio de productos entre la costa y el valle del Huasco; los principales grupos de arrieros efectuaban un intercambio con productores de pescados y mariscos secos, aceite y cuero de lobo marino.<sup>106</sup>

Los comerciantes-arrieros se movilizaban en recuas de ocho a 12 mulas, cargados con un par de costales (recipientes confeccionado con cuero de vaca) y cuarterolas<sup>107</sup>, cargando diferentes productos, como harina de trigo, harina tostada, higos, nueces, huesillos, arrope, pajarete, frutas y verduras frescas. Utilizaban una caja para medir los productos en fanegas y almudes,<sup>108</sup> con el fin de realizar equivalencias entre sus bienes y los adquiridos en la costa, donde se juntaban a intercambiar colleras de pescado y sartas de mariscos secos.

La señora Esterlina recuerda que, por la década de 1940, cuando su padre, don Roberto Álvarez, no iba a vender sus mercaderías hacia otras localidades, iban comerciantes a buscar los productos que él tenía. Los principales encargos eran el congrio seco (*Genypterus chilensis*) y la jerguilla (*Aplodatylyus punctatus*) y la preparación consistía, según el relato de la señora Esterlina, en quitar las vísceras a los peces, en primer lugar, para ser abiertos desde el espinazo, agregando abundante sal en el esquelón 109, siendo colgados y expuestos al sol. Similar proceso ocurría con los mariscos secos, principalmente la lapa: antes de secarlos se les daba una sancochada o hervor, después se les pasaba por un extremo una aguja con totora (*Typha angustifolia*), hasta obtener un atado de 12 mariscos. Tanto los peces como los mariscos eran expuestos al sol por periodos variables de cuatro a cinco días. Según señala la señora Ester, para cocinar los pescados era necesario remojarlos en agua, en ocasiones de un día para otro, siendo la principal preparación el caldillo de congrio y de jerguilla.

106 Zúñiga. Op.cit., p. 440.

107 Barril o barrica

108 Nota del editor: la fanega es una medida de capacidad utilizada antiguamente para medir productos agrícolas, cuyo valor equivalía a 55,5 litros, aproximadamente; el almud, en tanto, también es una antigua medida de capacidad para áridos cuyo valor oscilaba entre 4,5 y 11 litros según el lugar y la época de uso.

109 Esqueleto del pescado

## ANÉCDOTAS SABROSAS EN TORNO AL MENÚ

### Salpicón de loco (I)

Doña Juana Álvarez señala que este plato es muy común en el horario de almuerzo para los(as) habitantes costeros de la comuna de Freirina, tanto actualmente como durante su niñez. En aquella época —en la que este recurso existía en gran abundancia—, sus padres, Juana Hidalgo y Roberto Álvarez, comenzaron a asentarse en el borde costero, el que hoy es conocido como caleta Chañaral de Aceituno.

El salpicón de locos consiste en una entrada fría de papas, cebolla y locos, revueltos y salpicados con aceite de los olivos de Carrizalillo en una fuente, siendo servidos para el almuerzo y/o en la tarde, a la hora del té, agregando cilantro o perejil justo antes de ser servidos. Las papas y las cebollas que se utilizan en esta preparación provenían de las cosechas en la hacienda Chañaral, así como el aceite, gracias a los olivares que hay en la zona.

Las aceitunas son sajadadas, cortadas en cuatro partes a lo largo con una navaja pequeña, dejándolas en agua y sal para conservarlas durante 16 días, cambiando el agua cada ocho días.

### Aceite de Carrizalillo

Doña Juana recuerda con un dejo de aflicción que cuando tenía nueve años, por 1940, utilizaba una piedra plana y otra piedra cilíndrica para moler un cajón de aceitunas al día; una vez terminado este proceso las dejaba macerar por alrededor de cinco días. Luego, todo se echaba en un saco blanco harinero para exprimirlo, brotando un jugo espeso y oscuro de color café; para obtener una mayor producción, el saco se repasaba, agregando agua caliente para sacar el mayor provecho. Todo ese líquido oscuro de la aceituna era depositado en una batea, a la que se le echaba agua caliente para limpiar el aceite y decantarlo luego de unos minutos, por medio de un tapón en la parte baja del recipiente. Se botaba el agua, con la precaución de no desperdiciar el aceite que quedaba en la parte de arriba, repitiendo este proceso las veces que fuera necesario, de tres a cuatro lavados, limpiando el contenido de cualquier suciedad con una cuchara. Para lograr una mayor duración del aceite, este se cocía, dejándolo hervir con fuego a leña. La señora Juana recuerda que el aceite co-

menzaba a burbujear y saltar, hasta que, luego, alcanzaba la pasividad del aceite puro, durando una vez envasado de un año para otro.

### **Carbonada de lapa con trigo majado (molido) (II)**

La carbonada es una preparación fruto de la mezcla entre criollos españoles y nativos, de la misma forma en la que en su receta deben mezclarse la olla, el agua, el fuego, la cocción larga y lenta, las lapas, las papas, las verduras y el trigo majado. Una combinación precisa entre lo sólido y lo líquido, entre texturas más o menos duras, dentro de lo cocido y lo blando, en la que nada debe recocerse.

Dentro del sistema culinario de la localidad, la carbonada con sabores nortinos y marinos emerge como un plato casero de consumo cotidiano, familiar e íntimo.

La lapa es el molusco originalmente utilizado para esta preparación. Es también llamada marisco de peña por los primeros habitantes de la caleta Chañaral de Aceituno, para diferenciarla de la lapa rosada y la negra. La señora Juana Álvarez recuerda que, durante su niñez, su padre secaba el marisco de peña para preservarlo; había que cocerlo en grandes fondos de agua, para luego confeccionar atados de 12 a 15 mariscos. Para esto eran atravesados con una pita de totora que abundaba en los humedales del sector; luego, se dejaban colgar en bodegas por alrededor de seis a siete días y esto hacía que el marisco redujera su tamaño, debido a la deshidratación. Para cocinarlo, era necesario dejar las lapas remojándose en agua dulce durante la noche, para que recuperaran su consistencia.

Cabe señalar que este proceso tuvo la función de preservar el alimento en el tiempo, para consumirlo en los periodos de escasez, cuando el mar imposibilitaba la pesca o el buceo, o también para ser comercializado o intercambiado entre los pueblos cercanos al sector.

En cuanto al trigo molido, se conseguía en la hacienda Chañaral, donde Juana Álvarez vivió desde los dos hasta los 13 años, y donde se cultivaban, además, olivos, maíz, cebolla, ají, cilantro, papa, entre otros.

La carbonada es uno de los platos concebidos como propios de la cocina nacional, representando en sí misma una unidad, una identidad, dentro de la cual se especifican diferencias locales, regionales y personales.

### **Macho ruso<sup>110</sup> con arrope de higo (III)**

La abuela de la señora Juana, Ema Álvarez, preparaba desde tiempo remotos el postre macho ruso; ya en ese entonces se conocía de esa forma, aunque se desconoce por qué es llamado de esta forma tan particular.

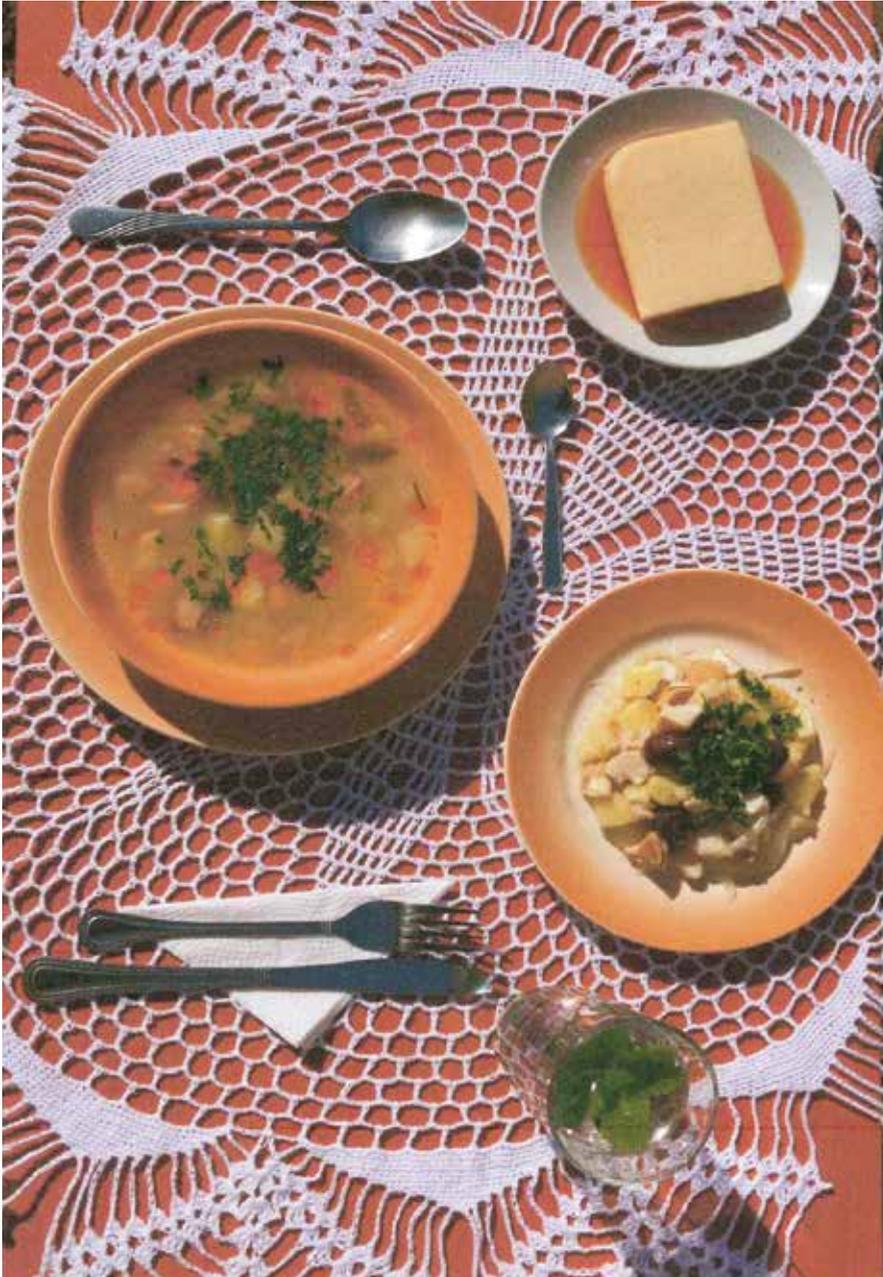
El arrope viene de la preparación de una especie de caramelo con jugo de higo y azúcar; se conseguía en las localidades interiores del valle del Huasco, principalmente en Alto del Carmen, lugar donde existían huertos con variadas frutas.

### **Agua de hierbas (IV)**

La señora Juana comenta que al agua de hierbas era consumida a lo largo de todo el día, ya sea en el desayuno, en el almuerzo o en las onces. Las hierbas eran plantadas en el jardín de las casas de los primeros habitantes de la caleta Chañaral de Aceituno, pues él te ceylán no fue conocido hasta inicios de los años 60.

<sup>110</sup> Nota del editor, postre chileno de consistencia cremosa.





Fotografías realizadas para el dossier de presentación del menú para el concurso.

## **Recetario**

### **(I) Salpicón de loco**

(4 porciones)

#### **Ingredientes**

- $\frac{1}{2}$  k de papas medianas
- $\frac{1}{2}$  k de locos
- 2 cucharadas soperas de aceite de oliva, elaborado en Carrizalillo
- 1 cebolla mediana
- $\frac{1}{4}$  de aceitunas de Carrizalillo del huerto La Colorada
- Una pizca de comino
- Sal y ají color, a gusto
- Cilantro

#### **Preparación**

Se comienza por desconchar los locos, para luego ablandarlos. Tradicionalmente, se utilizan las cámaras de las ruedas de autos para esa tarea, introduciendo dentro los moluscos y azotándolas contra el suelo un par de veces, poniendo atención en la fuerza que se utiliza para no romperlos. Durante el proceso se agrega abundante sal.

Una vez realizado este proceso, cocinar a llama alta en una olla con

agua fría, durante una hora y media, contando desde que comienza a hervir; luego, apagar el fuego para dejar reposar los locos en la misma agua. Una vez fríos, retirar el agua y cortar los locos en cubos.

En una olla, poner a cocer las papas lavadas con cáscaras; cuando ya estén cocidas, retirar del agua caliente, reemplazando con agua fría con el fin de evitar que se recuezan.

Luego, cuando se hayan enfriado, retirar la cáscara, procediendo a cortar las papas en cubos.

Cortar la cebolla bien fina tipo pluma, dejar reposar en agua fría por 15 minutos con una cucharada pequeña de sal. Una vez realizado este proceso, retirar el agua.

Con todos los ingredientes picados, poner en una fuente las papas, las cebollas picadas, los locos cortados en cubitos y las aceitunas. Añadir el aceite de oliva, la sal, el ají color y el cilantro. Mezclar bien los ingredientes con una cuchara de palo.

Servir en un plato plano, acompañado de medio limón.

## ***(II) Carbonada de lapa con trigo majado (molido)***

(6 porciones)

### ***Ingredientes***

- $\frac{1}{2}$  k de lapas (*Fissurella Crassa*)
- $\frac{1}{4}$  k de papas
- 1 taza de trigo molido
- $\frac{1}{2}$  de cebolla grande
- $\frac{1}{2}$  morrón
- 2 zanahorias medianas
- 1 ramita de orégano
- 1  $\frac{1}{2}$  litros agua
- 2 cucharadas de aceite de oliva de Carrizalillo
- 1 diente de ajo
- Sal a gusto
- Comino a gusto

### ***Preparación***

Para preparar esta receta, comenzar por poner las lapas en una olla y agregar agua fría hasta cubrir las totalmente un par de centímetros. Dejar hervir durante una hora y media, hasta que las lapas estén cocidas.

En una olla aparte, poner el aceite a calentar a media llama hasta que alcance una temperatura para freír. Cuando el aceite esté caliente, agregar la cebolla picada en cuadros, el ajo y el morrón picados finos. Una vez que comience a freír y la cebolla cristalice, agregar la lapa cocida y sofreír.

Luego, agregar el caldo con el cual fue cocida la lapa, agregar el trigo majado, el orégano, la papa cortada a cuadros y la zanahoria cortada en medallones; dejar cocer a fuego lento por 30 minutos, hasta que la papa y el trigo molido estén cocidos.

Servir en platos hondos, agregando cilantro picado a gusto o ají color, acompañado de churrasca.

### ***(III) Macho ruso con arrope de higo***

(6 porciones)

#### ***Ingredientes***

##### ***Para el macho ruso***

- 1 l leche de cabra
- 4 cucharadas grandes harina de trigo
- 1 trozo de canela

##### ***Para el arrope de higo***

- 1 k de higo
- ½ taza de azúcar

#### ***Preparación***

Para preparar esta receta, en una olla agregar canela a la leche de cabra; calentar la olla y dejar que la leche comience a hervir.

Incorporar la harina de trigo, revolviendo para que se disuelva completamente, hasta que la mezcla sea homogénea y espesa. Dejar reposar hasta que se enfríe.

La preparación de arrope de higo consiste en cortar el rabito (o pitoncito) del higo, dejar remojar los frutos un par de horas con agua fría y, luego, echarlos a cocer en una olla, cubiertos parcialmente con agua, dejando hervir hasta que comiencen a deshacerse. Deja enfriar y

luego colar en un trapo blanco muy limpio, estrujando para que suelte todo el jugo.

Una vez que tengamos todo el jugo con el cual se cocieron los higos, poner en una olla y dejar calentar, agregando azúcar, hasta que la azúcar tome una consistencia espesa y acaramelada.

Servir el macho ruso en una porción cuadrada, vertiendo arrope de higo a gusto.

### ***(IV) Agua de hierbas***

#### ***Ingredientes***

- 1 l de agua
- Una ramita de menta o malvarrosa o hierbabuena
- Azúcar a gusto

#### ***Preparación***

Para preparar el agua de hierbas, poner a calentar agua; una vez hervida, servir en una taza con una rama de menta o malvarrosa o hierbabuena. Dejar por alrededor de 5 minutos para que el agua tome color, olor, sabor, y servir estando aún caliente.

## **EQUIPO DE TRABAJO**

El menú “Entre orillas y huertos...” fue presentado al concurso por:

### **Juana Álvarez Hidalgo**

Conocedora de saberes culinarios tradicionales changos. Ha sido reconocida como mujer indígena changa en el Asát' Ap (2016) por el Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio, por la revitalización de la cultura changa a través de las comidas. Su rol fue el de transmitir las experiencias, vivencias y saberes ligados a lo culinario tradicional, ideando y elaborando íntegramente la propuesta, aplicando sus saberes culinarios changos.

### **Jacqueline Ávalos Álvarez**

Cocinera de recetas tradicionales. Su rol fue colaborar en el proceso de elaboración de los platos tradicionales changos, aplicando los saberes tradicionales transmitidos por Juana Álvarez, su madre.

### **Víctor Marín Álvarez**

Recolector de orilla, buzo mariscador y pescador artesanal de la caleta Chañaral de Aceituno. Participó como proveedor de lapa. Es sobrino de Juana Álvarez.

### **Daniel Aguilera Cortés**

Sociólogo. Su rol fue sistematizar recetas, saberes, vivencias y experiencias ligadas a los aspectos culinarios tradicionales del pueblo chango de caleta Chañaral de Aceituno, así como indagar en los antecedentes teóricos sobre la vinculación entre identidad, comidas, culturas, territorio y pueblos originarios.

### **Felipe Rivera Marín**

Sociólogo. Su rol fue coordinar los procesos operativos y administrativos para la elaboración de la propuesta, representar y liderar el equipo del trabajo.

## Valeria Portus Mimica

Bióloga marina/fotógrafa. Su rol fue asesorar científicamente acerca de las características de los recursos pesqueros que constituyen parte de las recetas, así como realizar el registro fotográfico del proceso de elaboración del menú como también su presentación.

## BIBLIOGRAFÍA

Álvarez, Oriel (2003). El último constructor de balsas de cuero de lobo. Vallenar, Chile: Ediciones Mediodía en Punto.

Álvarez, Oriel, Álvarez, Paula y Tapia, Alberto (2016). Rastro de la minería en el Huasco. Santiago, Chile: Ediciones Mediodía en Punto.

Guber, Rosana (2011). La etnografía: método, campo y reflexividad. Buenos Aires, Argentina: Siglo XXI Editores.

Montecino, Sonia (2004). La olla deleitosa. Cocinas mestizas de Chile. Santiago, Chile: Editorial Catalonia.

Roberto, Páez (1985). “Balsas de cuero de lobo en Chañaral de Aceitunas (Norte Chico) un antiguo constructor entrevistado”. Congreso Chileno de Antropología. Santiago, Chile: Colegio de Antropólogos de Chile A.G.

Rodríguez, Gregorio [et al.] (1999). Metodología de la Investigación Educativa. Málaga, España: Ediciones Aljibe.

Zúñiga, Jorge (1986). “Evolución de los géneros de vida de un sector costero del norte semiárido de Chile”, en Revista Chungará, n° 16-17. Arica, Chile: Universidad de Tarapacá, pp. 437-446.

MENÚ DESTACADO

## DE PUERTO MONTT CON AMOR

Una propuesta de menú patrimonial para festejar la vida

*Puerto Montt, provincia de Llanquihue, región de Los Lagos*

Elfi Uribe Altamirano  
Gladys Ojeda Uribe  
Sonia Ojeda Uribe  
Felipe Mora Valera

### *Menú*

#### LA ESPERA

*Sopaipillas sureñas acompañadas  
de pebre y una tacita de té (vino blanco)*

#### PLATO PRINCIPAL

*Curanto en olla o pulmay con milcaos  
y chapaleles. Caldo enjundioso y criaturero*

#### BEBESTIBLES

*Vino tinto y blanco*

#### POSTRE

*Kuchen de frambuesa con crema y streusel*

#### BAJATIVO

*Licor de murta*

## Presentación del menú

La protagonista de este menú sureño es doña Elfi, pronta a cumplir 82 años en 2019, oriunda de Puerto Montt, y avecindada en Santiago desde los años 60. Una mujer que ha caminado por la vida sin pedir permiso a nadie, y que con sus orígenes en la piel y sin planificación alguna, fue haciendo su historia. Padres, hermanos, marido, hijos y nietos, han vivido con ella, entrelazados por fuertes vínculos familiares. Con la necesidad de celebrarla y festejarla en el día de su cumpleaños 81, nos reunimos y decidimos participar en El Menú de Chile.

Titulamos el trabajo “De Puerto Montt con amor” porque este menú sureño es un recorrido —desde la infancia con sus padres y hermanos, al calor de una cocina a leña, hasta su propia familia— impregnado de olores a mariscos, papas, hortalizas, caldos calientes de navajuelas y arvejas sin hila,<sup>111</sup> a curanto “al hoyo”, a milcaos<sup>112</sup> y chapaleles. Aromas que traen la nostalgia y la melancolía por un tiempo ya ido. Sus hijos fueron creciendo entre aromas y sabores del mar y de la tierra, mientras doña Elfi, otra vez sin proponérselo, iba traspasando la tradición de la cocina sureña, así como el sentido de pertenencia y de identidad de un lugar de Chile llamado Puerto Montt.

Este menú es parte de la vida de una mujer que ha sido capaz de recoger lo que percibían sus sentidos y traducirlo a través del alimento diario y de las grandes celebraciones en que se festeja la vida, reflejando la sensibilidad de las gentes sencillas de la caleta de Angelmó: los pescadores, los lancheros de las islas de Chiloé, los algueros, campesinos y mariscadores.

Tomando eso en cuenta, nos reunimos con la protagonista y la invitamos a trabajar en este proyecto. Fueron muchas reuniones de conversaciones y recuerdos. Tomamos notas, pero, más que nada, escuchamos. Luego, vino la elección del menú y qué más identitario de Puerto Montt y la caleta de Angelmó que las soberbias sopaipillas en forma de rombo, gorditas y sabrosas, acompañadas de un pebre, picante y cuchareado, de entrada,

<sup>111</sup> Variedad de arvejas caracterizadas por no tener hilo y, por lo tanto, que se consumen completas, en ensaladas y en diferentes guisos. Se puede decir arveja sin hila, cinila o sinila

<sup>112</sup> Nota del editor: guiso típico de Chiloé que se prepara mezclando papas crudas y cocidas con otros ingredientes, especialmente manteca.

y el curanto a la olla o pulmay, con su caldo enjundioso y criaturero como plato de fondo. Y, de postre un rico kuchen de frambuesas con streusel.<sup>113</sup>

El menú fue construido en largas conversaciones, en las que decidimos las tareas de investigación, redacción, corrección y edición del texto, así como las compras de los ingredientes para la preparación del menú. Este trabajo fue arduo y de mucha seriedad, lo que implicó leer mucho para adentrarse en los orígenes del curanto, del kuchen, de las sopaipillas, y de la historia de Puerto Montt. Un joven estudiante de diseño colaboró con nosotros para darle al trabajo y a las fotografías el sello de lo antiguo y del valor de la historia. Un gran aporte para homenajear a nuestra madre, doña Elfi Uribe Altamirano.

### **DE PUERTO MONTT CON AMOR. UNA PROPUESTA DE MENÚ PATRIMONIAL PARA FESTEJAR LA VIDA**

La vida no es lo que uno vivió sino lo que uno recuerda y cómo lo recuerda para contarlo.

Gabriel García Márquez

#### **Santiago de Chile, región Metropolitana, otoño de 2018.**

La caleta de Angelmó permanece inalterable en mi memoria, a pesar de haber cambiado como la vida, una y otra vez. Tal vez, íntimamente, queremos que los buenos momentos que forjaron nuestro ser queden detenidos en el tiempo; sin embargo, aquí estoy, pronta a cumplir 81 años y con todo un cúmulo de vivencias en el cuerpo y con las emociones a flor de piel. He llegado a una edad en que se suele mirar hacia atrás como si el futuro no fuera más que un hoy que se va haciendo día tras día; entonces, la vida se vuelve una invitación constante a desafiar el mañana y subirse otra vez al tren por el solo hecho de estar viva.

Estas reflexiones son producto de la invitación de dos de mis hijas a celebrar mi próximo cumpleaños, una proposición basada en volver hacia mis recuerdos culinarios y su conexión con mi infancia. Las preparaciones de los alimentos son parte de una raigambre social, cultural y familiar, propios de la identidad de una localidad, específicamente, Puerto Montt. De ese mundo, particularmente cercano, puedo hablar porque lo conozco.

<sup>113</sup> Cobertura de mantequilla, harina y azúcar tradicional en Alemania.

La herencia de la comida sureña se ha mantenido desde mis raíces, desde aquellos días en que caminaba con mi padre y mi madre, hacia la caleta de Angelmó, en Puerto Montt, allá por la década del 40, siendo todavía una pequeña niña de 10 años, hasta el presente. A pesar de la distancia geográfica y del paso inexorable del tiempo, aún huelo los aromas de pescados, mariscos, algas y hortalizas que quedaron para siempre en mi memoria.

Cuando hablo de la comida sureña, hablo de una mixtura de alimentos provenientes del océano Pacífico, de los campos y sus cultivos de hortalizas, de la crianza de animales y de los frutos nativos de la provincia de Llanquihue, de Chiloé, y de la herencia ancestral de nuestros pueblos originarios, eminentemente pescadores, mariscadores y recolectores. Sin embargo, mi historia se centra en el conocimiento de la comida preparada por mi madre y mi padre, y en la tradición culinaria de una familia sureña que se va dando en lo diario, en el contacto con los otros, en las manifestaciones y celebraciones, en ir al mercado, a la feria o donde el carnicero amigo; las viejas tías, las abuelas y abuelos, los compadres, las comadres, los pescadores, algueros y sus experiencias de vida unidas a la alimentación en este caso. En fin, en las personas.

Cuántas ciudades, países, pueblos, barrios, calles he conocido en esta larga vida; no tantos como quisiera, pero hay tres lugares que forjaron mi espíritu en esta larga historia: Ancud, Santiago y Puerto Montt. Esta última, mi tierra natal, también conocida como Melipulli —o “ciudad de los cuatro vientos”—, nombre indígena de una estrecha y corta explanada puesta justamente de cara al sur, en el fondo del amplio seno de Reloncaví. Este fue el sitio escogido por Vicente Pérez Rosales para fundar un puerto que fuera llave de entrada para los colonos que penetrarían hacia el norte en procura de las riberas del lago Llanquihue, el 12 de febrero de 1853.

El borde costero de Puerto Montt no fue siempre como se ve hoy, ya que se rellenó una parte del mar en donde está la costanera. Por lo mismo, las olas llegan directamente a las rocas. Desde el muelle se puede ver el volcán Calbuco, las islas Huar, Maillen, Tenglo y el seno de Reloncaví, que marca el inicio de la Patagonia chilena. En esos días, en 1947, en Angelmó no existían los puestos de artesanía que hoy bordean parte de la costanera, pues las artesanas del tejido a lana y cestería vendían sus productos en el mismo mercado. Tampoco existían las nuevas construcciones que se erigieron después del más grande terremoto que afectó la zona sur de

Chile en 1960, en que Angelmó fue destruido y hubo que volver a levantarlo luego del desastre telúrico.<sup>114</sup>

Sin embargo, es en Puerto Montt que comencé este largo camino de recorrido por la vida.<sup>115</sup> Me veo en aquellos años de niñez, bajando por la calle Miraflores hasta Avenida Angelmó sin número, desde donde nos adentrábamos directo a la caleta. Al frente, la isla Tenglo, majestuosa y altiva, se imponía por la belleza de su paisaje y su exuberante vegetación de árboles nativos. Bordeando la costanera y atracados al muelle, estaban las embarcaciones menores, como lanchas, chalupas, lanchones y botes de colores vistosos, algunos con nombres femeninos. Seguramente, también estaba el pintor Arturo Pacheco Altamirano, atrapando los colores en sus telas; tal vez lo vi, tal vez no, pero los ojos de un niño se parecen a los de un artista y esos momentos quedaron grabados a fuego en mi corazón.

Los huilliches o “gente del sur” lo llamaban Ángel Mo, por el nombre de su benefactor, Ángel Montt; eso dicen algunos estudiosos, no hay certeza, pero qué importa, si las raíces de un ser humano se construyen de los hechos, costumbres, tradiciones, herencias familiares y culturales que forjamos entre todos.

Abría mis ojos para dejar entrar la multiplicidad de colores que mostraban los canastos de hortalizas, como las lechugas, de un verde intenso como solo se da en el sur, las zanahorias, las arvejas sin hila, los repollos, el perejil, los ajos chilotes —grandes, poderosos, intensos—, de un aroma

114 El año 1960 hubo un terremoto de 9,5 grados de intensidad en la escala de Richter, con una duración de 14 minutos aproximadamente, que marcó nuestra vida a sangre y fuego y cuyo epicentro fue Valdivia. Eran las 3:11 de la tarde del domingo 22 de mayo de 1960, cuando todo se vino abajo, estábamos terminando de almorzar uno de los platos más apetitosos que hay, el famoso cancato o recatum, que se hace con una sierra, jurel o corvina, abierto por el lomo. Se aliña con ajo, orégano, un ramito de yerba buena, sal, una vaina de ají seco. Se machaca todo en un mortero. Con esta pasta y una y media taza de vino blanco se hace una crema con la que se aliña el pescado antes de asarlo. Con palos delgados de quilas se hace un armazón a lo largo y ancho para que el pescado quede estirado. Se pone a asar sobre el carbón bien prendido, tendido o inclinado. Mientras se dora se le coloca mantequilla. He vuelto otras veces a comer cancato y siempre lo relaciono con esa tarde dominical de mayo de 1960.

Viví el terremoto de 1985 en Santiago, y por esas coincidencias de la vida, también fue domingo y habíamos regresado por la mañana de Puerto Montt, trayendo en nuestras maletas longanizas, milcaos al horno, chanchas o empanadas de manzana, costillar ahumado, morcilla, mortadela, y tuvimos que comernos todo de una vez, en improvisadas fogatas en que calentábamos los alimentos, pues se cortó el suministro de agua y luz, ¿Cuánto tiempo estuvimos así? Un mes o dos, tal vez, no lo recuerdo bien, lo bueno de ello es que muchos vecinos pudieron disfrutar de tales manjares.

115 Debo decir que vivo en Santiago desde el año 1964 en que tuve que emigrar desde Puerto Montt, con mi marido y mis 4 hijos porque me enfermé y el clima lluvioso y húmedo del sur afectaba mi salud, sin embargo, volvimos a Puerto Montt, una y otra vez, éramos seis, mis hijos, mi marido y yo. Cada verano, durante muchos años, abordamos el Tren Rápido que partía a las seis treinta en punto desde la Estación Central, y llegaba a la estación de Puerto Montt a las nueve de la mañana. Premunidos de nuestro cocaví —un gran pollo asado, tortillas de pan amasado, huevos duros y café caliente guardado herméticamente en un termo—, iniciábamos un recorrido de 14 horas de viaje.

tan fuerte y penetrante que daban ganas de comérselos crudos, y la variedad de papas nativas, que hoy son apetecidas por los chefs de alta cocina. Según lo que he leído, son más de 400 los tipos de papas chilotas que actualmente se encuentran en proceso para convertirse en un producto con Denominación de Origen.

Allá por los años 40 y principios del 50, comíamos las papas comunes y corrientes y la papa bruja, la michuña azul o morada, entre otras que venían de Chiloé. Como eran pequeñas, se las daban a los chanchos; no sabíamos la riqueza proteica de estas variedades ni de su riqueza culinaria. La papa en el sur de Chile ha sido siempre un alimento esencial en la dieta tanto de los pueblos mapuche como de los huilliches y los selknam.

En Angelmó, los sacos de papas se apilaban esperando a los compradores y los almudes dispuestos a ser vaciados en las mallas de quilineja<sup>116</sup> o en la pilwa —bolsa tejida trenzando guías de plantas de los chupones y otras fibras naturales—. No existían los carritos de feria, por lo que nuestro cargamento de tan preciado tubérculo, de las manzanas, verduras, quintales de harina, sacos de azúcar y todas las menestras, era transportado a la casa por un carretón tirado por un esforzado caballo y un diestro conductor, que ofrecía su servicio a un módico precio y que era tan antiguo que era difícil calcular su edad.

En el interior del coche los vendedores, ofrecían a los viajeros el sorbete Letelier (bebida de fantasía de sabor dulce con gusto a frambuesa) para los niños, y para los adultos estaba el famoso voiceo de “malta, bilz y pilsen”. Apenas el tren iniciaba su marcha, los niños pedían su huevo duro, entonces, no había más que desplegar los albos paños de cocina e improvisar una mesa en nuestras rodillas y comenzar a devorar nuestra cena consistente en pollo asado, que ya venía trozado, acompañado de su ración de pan amasado. Este preciado alimento viajero, se comía a mano, por lo que los dedos se convertían en improvisados tenedores y cuchillos que luego de ser usados eran limpiados uno a uno en nuestras bocas.

Conocíamos el itinerario, entonces, sabíamos que en la estación de Curicó nos bajaríamos a comprar las famosas tortas curicanas o tortas Montero, rellenas con manjar blanco o dulce de alcayota, que ofrecían en sus canastos, unas espléndidas mujeres con gorro y delantal blanco, luego en la madrugada, mientras los niños dormían acomodados en cuatro asientos, mi marido bajaba en la estación de Chillán y traía el famoso café con malicia (con pizca de licor de aguardiente), el tren se detenía unos veinte minutos y todos los insomnes conversábamos de la vida, la política, los sueños, el gobierno... disfrutando nuestro cálido brebaje.

El tren seguía por la vía férrea, y ya amaneciendo detenía su marcha en la Estación de Antillhue, Valdivia, entonces, otras mujeres, campesinas de la zona, vendían los famosos chupones (fruta silvestre), chanchas o empanadas de manzana, las ricas avellanas, tortillas, huevos duros, para luego enfilarse a nuestro destino, pasando por Frutillar, Puerto Varas que nos recibían con un paisaje de otro mundo, el tren iba bordeando el lago Llanquihue que se mostraba espectacular, y a lo lejos los volcanes Osorno y Calbuco, se erguían majestuosos. Mis niños con los ojos abiertos como gatos en cacería, dejaban entrar la belleza de esos parajes, y así llegábamos a la ciudad de Puerto Montt, somnolientos, cansados, pero felices, porque nos recibía la brisa marina y el Océano Pacífico.

116 Nota del editor: planta trepadora que se adhiere a los troncos por medio de raíces finas, nativa de Chile, desde la provincia de Colchagua a la provincia de Aisén, donde crece en lugares sombríos y húmedos.

Aspiraba el olor intenso que exhalaban las cuelgas ahumadas de piures, choritos y las navajuelas fresquitas, recién ensartadas en varas de junquillo, que se exhibían al aire libre, listas para cogerlas y olerlas, y que después, cualquier día de la semana, las veía flotar en la cazuela que preparaba mi mamá en la estufa a leña. Aquello ocurría en la cocina, un lugar de la casa eminentemente femenino, en que las mujeres construían su mundo en base a la crianza de los hijos, la preparación de la comida, el planchado y la espera de la llegada del padre y los hijos varones. Mientras, la lluvia torrencial, el frío y el viento arreciaban sobre Puerto Montt. Las condiciones climáticas determinaban nuestra alimentación y nuestro quehacer cotidiano: mucha proteína y platos calduos para apaciguar la humedad, el frío, la lluvia y los temporales, que no dejaban paraguas bueno.

El aroma a marisco impregnaba las paredes de mi hogar. Dicen que los olores no se olvidan y que se instalan para siempre en la memoria. El sabor intenso del mar y la tierra mezclados en un caldo caliente cubierto de cilantro picado inundaba mi paladar, estallando en mis papilas gustativas, para bajar lentamente por la garganta y sentir un placer que recorría mi cuerpo y mi cerebro. Llegaba don Bartolo —mi papá—, cansado después de una larga jornada laboral, pues se dedicaba en esos años al comercio establecido y, como buen patriarca, se sentaba en la cabecera de la mesa, cubría su pecho con una servilleta de género, tomaba un pan amasado largo y crujiente, recién horneado, y lo partía en dos. Luego tomaba la cuchara, que dirigía al caldo humeante y contundente, mientras sus ojos brillaban de alegría al sorber esa maravillosa cazuela de navajuelas. Yo, pequeña y vivaz, lo imitaba en sus gestos y movimientos y expresaba un ¡Ah! ¡Qué rico mamá! El resto de mis hermanos se reían escondidos de mi insolencia al remedar a mi padre; él se hacía el tonto, miraba a mi madre y en silencio sorbía su caldo de navajuelas.

Cómo olvidar aquello... Ahí, sobre el mesón alargado de las cocinas sureñas, estaban las sartas de navajuelas. Doña Isolina, mi madre, experta en mariscos y nativa de esas tierras, había aprendido de su mamá las cantidades exactas y los ingredientes precisos que se utilizarían en la elaboración de los platos tradicionales que constituían la comida sureña. Sacaba las navajuelas y las limpiaba meticulosamente bajo un chorro de agua fría; luego, las dejaba en un pocillo y procedía a cortar en cuadritos las zanahorias, la cebolla y las papas. En una olla ponía una cucharada de aceite, junto al ají de color, orégano, ajo picado; sofreía por un rato y después agregaba las zanahorias y las navajuelas para que soltaran los

sabores, decía ella. Luego vertía un litro y medio de agua con sal, revolvía suavemente y con la cuchara sacaba un poco de líquido y probaba la sazón. Dejaba que el caldo hirviera como veinte minutos y luego agregaba las papas, el arroz y las arvejas sin hila. Tapaba la olla y cocinaba como por veinte minutos más. Cuando la olla comenzaba a moverse, a silbar y humear escandalosamente, decía: “a almorzar, todos a la mesa”. Servía la cazuela de navajuelas en platos hondos que bullían de caldo caliente, cubiertos de perejil picado.

Así aprendí a preparar, no solo la cazuela de navajuelas, sino también la cazuela de cholgas secas, el pan amasado, las sopaipillas y los churrascos sureños, redondos y grandes, como un plato con un orificio en el medio, que hacía mi mamá con la misma masa del pan, pero fritos y crujientes —y que aquí, en Santiago, hicimos muchas veces con mi marido, para deleite de nuestros hijos, cuando faltaba el pan—.

Aún tengo los olores de esa cocina en mi nariz. Han pasado 70 años y sigo sintiendo y mirando esa gran cocina siempre acogedora y cálida, en que la radio Reloncaví de Puerto Montt transmitía en un continuo que se iniciaba a las seis de la mañana —informándonos de las noticias y acontecimientos, con canciones, avisos de publicidad y el obituario— y los mensajes que llegaban de las islas por radio de onda corta, nos anunciaban la llegada de los parientes que venían a la ciudad por médico o compras, lo que significaba que la mesa vería aumentado su número de comensales.

Sentarse a la mesa es un rito familiar y cultural que he defendido de la modernidad, porque aprendí el valor del alimento compartido. En esos días de niñez y juventud, no recuerdo haber comido sola. Mi mamá servía el almuerzo a las 12:30, aproximadamente. El comercio cerraba sus puertas a la una de la tarde y los trabajadores partían a sus hogares a almorzar y luego regresaban a las tres de la tarde a sus respectivas labores. La once era a las cuatro de la tarde y la cena a las seis o siete, cuatro comidas en que nos alimentábamos y se conversaba de la vida.

Volviendo a mis recuerdos de niñez, ahí estaba yo, de la mano de mi padre yendo a comprar la variedad de productos que traían y voceaban los pescadores, mariscadores, algueros y campesinos de la provincia de Llanquihue y de Chiloé.

Don Bartolo Uribe Soto era un hombre grande y largo —medía casi un metro noventa— que se hacía notar. Su figura se imponía y sus caseros lo

reconocían de inmediato y le ofrecían la mercadería del mar y la tierra. Aquel lugar era el punto de encuentro de vecinos, amigos, parientes y compadres, que luego de proveerse de todo lo necesario para abastecer las despensas familiares, se iban derecho a comer ostras crudas con limón, o los ricos picorocos recién cocidos al vapor, acompañados de su buena “tacita de té” —en realidad, una taza con vino blanco— o su buen plato de piures crudos, acompañados de una preparación de cebolla, cilantro y limón. Mientras ello ocurría, con mi mamá íbamos a comprar grosellas, nalcas, frambuesas —si era temporada de verano— o manzanas, murtas y moras —si era el inicio del otoño—. Todo lo probábamos y lo queríamos para postres, conservas, mermeladas y kuchenés.

Había una infinidad de manjares: los locos con mayonesa, el choro zapato y los erizos, recién traídos de las distintas islas y caletas que rodeaban la provincia de Llanquihue. Con sus púas filosas asombrando los ojos de los niños, los mariscadores los abrían cuidadosamente, con manos de cirujano y un afilado cuchillo, y procedían a sacar delicadamente las lenguas del erizo, que después depositaban en botellas largas para ser llevados directamente a la mesa, cuando todavía el mar de Chile agradecía a su gente con opíparos platos.

Adquiríamos locos —que seguramente no estaban en veda— grandes, blancos y duros, todavía con su concha, la que muchas veces servía de cenicero. Mi hermano mayor los desconchaba y luego eran puestos en hileras dentro de una llanta de neumático, para ser apaleados una y otra vez contra un muro, hasta que se ablandaran. Después, mi mamá los cocía en agua hirviendo y con un tenedor iba probando la textura. Cuando estaban listos, se enfriaban y con ellos se hacía chupe de loco, empanadas y locos con mayonesa. Nos apresurábamos a sentarnos a la mesa, mientras afuera llovía y llovía.

Nada de aquellos manjares del mar hubiésemos podido degustar si no fuese por los trabajadores del mar. Gente esforzada y aguerrida, que se levantaba al amanecer, desafiando las inclemencias de un clima duro, con sus redes, arpones y mallas tejidas de fibra vegetal. Entre los métodos artesanales más utilizados por los pescadores, mariscadores y algueros de la provincia de Llanquihue, sus islas aledañas y del gran archipiélago

de Chiloé, estaban la mariscá,<sup>117</sup> la pesca al pinche<sup>118</sup> y con corrales,<sup>119</sup> y la fisca.<sup>120</sup>

Mi padre era oriundo de la localidad de Curaco de Vélez (Chiloé). Viajero y trashumante en su juventud, había recorrido los grandes parajes de la Patagonia chilena, llegando hasta Tierra del Fuego,<sup>121</sup> y en las tardes de invierno, en una larga sobremesa, nos contaba sus historias, que escuchábamos una y otra vez hasta aprenderlas de memoria.

En esas extensas llanuras, mi padre deambulaba, introduciéndose en una cultura ancestral y eminentemente masculina, ya que eran los hombres quienes se hacían cargo de buscar el alimento para sus familias y luego comerciarlos, mientras las mujeres se quedaban en casa a cargo de los hijos y del cultivo de la tierra, junto al cuidado y crianza de gallinas, gallos, patos, chanchos y la ordeña de las vacas.

Hoy con casi 81 años, vuelvo una vez más a mis recuerdos, a mi historia, a lo vivido. Mis pies están cansados y mi espalda curvada, pero no mis ojos. El cabello canoso y las arrugas de mi rostro son las huellas imprecederas del paso inexorable del tiempo. Mi cerebro, como dicen mis hijos, está intacto, salvo algunos olvidos —como mis anteojos, que se me pierden continuamente— y mis oídos, que escuchan cada vez menos —aunque si me hablan fuerte, escucho clarito—. Mi memoria a largo plazo está llena de recuerdos y todo es muy vívido; es la vejez la que me lleva a la infancia, con mis padres y mis hermanos. Ellos ya no están; se fueron muy rápido y los extraño, así como extraño la cocina de mi mamá. Recor-

117 Se afirma que entre los años 1940 a 1960 existía en las playas una importante abundancia de mariscos (moluscos y crustáceos) que, en gran medida, constituían un elemento básico en la dieta alimenticia de los lugareños. En los días de buenas mareas los hombres, mujeres y niños se movilizaban a la mariscá con sus canastos de junquillo y paldes de fierro o madera (utensilio para mariscar, semejante a una espátula, formado por una hoja o blonga de metal o madera que está unida a un mango) para sacar los ansiados mariscos. La mayoría de la gente efectuaba su trabajo en el agua, porque consideraban que los moluscos que vivían allí, siempre tenían mejor gusto.

118 La pesca al pinche se realizaba con cierta frecuencia y consistía en fondear el bote en un determinado lugar para atrapar con lienza ciertos peces preferidos, especialmente la sierra, el pez favorito de los lugareños y el de mayor abundancia en la época.

119 La pesca con corrales consistía en atrapar los peces con murallas de piedras o madera, las que encerraban un lugar determinado en la playa. Los corrales de piedra eran levantados, generalmente, en costas bañadas por el mar abierto. Por el contrario, en la bahía se construían los corrales de varas, las que eran sostenidas por firmes bases de madera, llamadas metrenquen. En ambos tipos de corrales los peces que mayormente de atrapaban eran los pejerreyes, los róbalo y las sierras.

120 Vara partida en cuatro tiras iguales en uno de sus extremos, las cuales estaban separadas unas de otras por medio de una cuña. Era utilizada en la extracción de erizos, cangrejos, pancoras, jaivas, etc., a cierta profundidad del mar (uno, dos tres o cuatro metros). Generalmente, los fisqueadores utilizaban el bongo (palo cavado con forma de bote) para realizar dicha actividad.

dé a mi madre y su cocina una vez más, cuando mi hijo Mario me llamó desde Mulhouse - Riedisheim, Francia, donde vive hace más de 30 años, para que le diera la receta de las sopaipillas sureñas que haría junto a mi nuera, Natasha —que es rusa siberiana— y mis nietas francesas-chilenas, que son grandes degustadoras de mis platos sureños.

Puedo decir con toda soltura que la tradición culinaria del sur chileno se ha extendido a otras latitudes: mi hijo, cada vez que viene a Chile y viaja a Puerto Montt, va directo a Angelmó a comprar las sartas de mariscos ahumados que ahora también se venden al vacío. De regreso a tierras europeas, en su valija, que cruza el Atlántico con destino a París, viajan la merluza austral, el salmón ahumado, la sierra, la corvina, el costillar de chanco ahumado, mermeladas de murta, frambuesa, grosella y maqui producidas en Coipomó (localidad de Ancud, Chiloé), quesos mantecosos, ajos chilotes, licores de apio, murta y maqui, etc., los que se pueden adquirir en los variados puestos de productos que se ofrecen en la semana y los días sábados.

En esta feria colorida y olorosa, los sentidos se exacerban, los ojos brillan, el olfato se dilata, el gusto se deleita, el tacto se suaviza y el oído se agudiza, porque es la vida que bulle de placer frente a la naturaleza pletórica de belleza y nosotros, los seres humanos, caemos rendidos a su seducción.

## OTROS RECUERDOS

### Asado al palo

En 1957, me casé con Mario Ojeda Mancilla, puertomontino de alma y corazón, bancario y futbolista. Estuvimos juntos 39 años. Se fue en 1996, una tarde brumosa de abril, cuando en Santiago todavía llovía en esa fecha. De mi marido puedo decir que fue un gozador de tomo y lomo, bueno para los causeos, comida ligera, generalmente de fiambres y alimentos fríos, que se hace fuera de las horas acostumbradas, un tentempié. Es uno de los platos tradicionales de la culinaria chilena, con muchas variedades según el ingrediente principal.

121 La tierra de los selknam, habitantes originarios de Karukinka que recorrieron la inmensidad de la estepa llevando consigo sus chozas y mitos. En el paraje escogido para montar el campamento, el fuego ardía sin pausa mientras los niños recolectaban hongos, bayas y más palos para quemar. Preferentemente se asentaban cerca de los manantiales, porque en la humedad abundaban las raíces comestibles. Un pueblo, valiente y sabio que fue diezmado por la invasión de estancieros extranjeros a mediados del siglo XIX, terminando con su exterminio a principios del siglo XX.

Experto cocinador del asado de cordero al palo, mi esposo tardaba tres horas en dejarlo a punto. Paciente y meticoloso, ensartaba en el azadón de madera o fierro el cordero ya faenado, le agregaba muy poca sal y lo dejaba reposar una hora hasta que el fuego —preparado con carbón de madera de roble, papel y astillas— estaba listo. Ubicaba el azadón en forma horizontal, suspendido a una altura de cincuenta centímetros de ras del fuego, fijándolo en los extremos a dos soportes de metal que hacían que el palo pudiera voltearse cada vez que don Mario precisara que el cordero debía dorarse y destilar la grasa que impregnaría la carne, dejándola crujiente y sabrosa.

Así, con el vuelta y vuelta del asado, iba logrando la cocción perfecta. Cada cierto rato pincelaba el asado con unas matas de perejil que remojava en una mezcla preparada con anticipación, cuyos ingredientes eran dos dientes de ajos picados finamente, orégano, sal y vino blanco o cerveza. El sonido del cordero asándose y el olor, abrían el apetito; luego, servía contundentes trozos de carne que se acompañaban de papas hervidas, pebre y ensalada.

### **La Escuela Primaria n° 1 de Puerto Montt y los milcaos**

Ejercí como profesora durante veinte años. Trabajé en la Escuela Primaria n° 20 de Cardonal, en la Escuela n° 1 de Puerto Montt y después, en Santiago, en la escuela básica de la población Nueva Palena, en Peñalolén.

Todavía recuerdo los milcaos que preparábamos en la Escuela n° 1 para juntar fondos; tanto los profesores como el director y los apoderados nos afanábamos en conseguir recursos económicos para ampliar el gimnasio o comprar libros. Eran días de juventud, en que la pasión por la educación nos inspiraba y el cansancio no nos amilanaba. Íbamos a la caleta de Angelmó a comprar las bolas de papa rallada. Los chicharrones y la manteca de chanco los comprábamos en la carnicería Machado y, como éramos profesores, nos trataba como reyes, porque en esos tiempos —a fines de los años 50— los profesores éramos un gremio poderoso y respetado. En el gobierno del presidente Jorge Alessandri Rodríguez hicimos un paro de profesores a nivel nacional que duró 30 días; toda una hazaña del magisterio chileno.

Me acuerdo que los días viernes por la tarde organizábamos, en pleno invierno, la famosa venta de milcaos fritos, acompañados de café caliente.

Se invitaba a toda la comunidad a participar de este evento. Disponíamos largos mesones en el gimnasio de la Escuela nº 1, cubiertos de manteles blancos y ordenábamos tazas, platos, cucharas, tenedores y cuchillos, como se dice “poníamos la mesa”, una mesa comunitaria, solidaria, conversada, para que los comensales se sirvieran los milcaos recién hechos, y de fondo se escuchaban los boleros de Lucho Gatica y de Mario Clavel.

### Origen del curanto<sup>122</sup>

¿Cuándo comí por primera vez el curanto? No lo sé. Pienso que desde siempre. Lo asocio a las grandes manifestaciones de afecto para celebrar la vida: un cumpleaños, un año nuevo o el onomástico de mi padre, Bartolo, los 24 de agosto de cada año, todo un acontecimiento para la familia y los convidados. Era doña Isolina Altamirano, mi madre, una mujer pequeña y silenciosa, quien se hacía cargo de la preparación del curanto en olla, una variación del curanto al hoyo, en que todos los miembros de la familia participábamos realizando diversas tareas, desde limpiar los mariscos, pelar las papas y rallarlas, hasta formar los panes de milcaos y chapaleles que pasarían a formar parte de tan succulento plato.

Muchas veces hicimos el curanto al hoyo, siempre en días domingo o feriados, fuera de casa, al aire libre, en lugares como Piedra Azul, Chinquihue, la isla Tenglo o cerca de Maullín, por nombrar solo algunos. Partíamos en caravana, portando nuestro precioso cargamento de ingredientes y los utensilios que se utilizarían en la elaboración del curanto. Al llegar, mis hermanos hombres, procedían de inmediato a recolectar las hojas inmensas de pangue o nalca, y mi padre y los adultos buscaban piedras grandes... y así se procedía a cavar el hoyo donde se cocería el curanto, mientras mi mamá, mis hermanas, Lila, Ube, Emelina y yo, nos encargábamos de la preparación de los milcaos y chapaleles.

Cuando el curanto estaba listo, empezaba la fiesta de retirar las hojas de pangue y en grandes fuentes se iban depositando los alimentos ya cocinados. En un recipiente se ponían los milcaos y chapaleles; en otra fuente, las longanizas, la carne de chancho y las papas, y, finalmente, salían los mariscos, con sus conchas abiertas invitando a degustarlos. Cada uno

122 El curanto (en mapudungún kurantu), es un método tradicional milenario de cocinar alimentos en el archipiélago de Chiloé, usando piedras calientes enterradas en un hoyo y cuya data más antigua de restos arqueológicos se remontaría a más de 11.500 años.

tomaba su plato y lo iba llenando con cada uno de los alimentos. Después, en improvisadas mesas o sentados en el suelo cubierto con alguna manta, procedíamos a comernos el festín. Los mayores acompañaban su curanto con vino blanco.

Este rito de hacer curanto al hoyo y de salir fuera del hogar a prepararlo, lo realizaban típicamente las familias de aquella época, de 1940 hasta 1970. Luego, la modernidad fue imponiéndose y el tiempo se hizo escaso, las familias fueron disgregándose y el trabajo pasó a tener un rol fundamental en la sobrevivencia; ya no había tiempo. La mujer fue saliendo de su histórico rol hogareño e incorporándose a la fuerza laboral. Actualmente, en algunas localidades de Chiloé, aún es posible organizar un curanto al hoyo, pero solo para ocasiones de celebración o para la muerte de alguna persona. Casi siempre, son comunidades locales y sociales que continúan con este ancestral rito, heredado de los huilliches. En las cale-  
tas, picadas y restaurantes, se puede comer curanto; incluso en Santiago existe un restaurante en que los milcaos son preparados y servidos al estilo gourmet.

### Oda al curanto antiguo

Una vez me convidaron a un famoso curanto  
y nunca podré olvidarme de haberme reído tanto.

Un viejo tomó un gualato y empezó a trabajar  
para sacar la tierra y con piedras rellenar.

Otro viejo cuidaba el fuego, era un viejo basilisco  
y gritaba desesperado ¡comadre, aliste el marisco!

Ya querido compadre, esperen si me demoro,  
yo con mi compadre estamos lavando el choro.

Otra vieja decía, esto va a estar muy rico con cholgás,  
choros, baemes, papas, otras cosas y ricos picos.

Y le van largando semejante chorizá

y una cabra decía ni humo sale papá.  
 Y se armó la tapadura champa sobre champa,  
 y yo de alegría me revolcaba en la pampa.  
 Una vieja decía, ven para acá chico a recibir el olor  
 de cholgas, choros y picos.  
 Otra media tranca, tropezó y cayó adentro,  
 compadre a la champa el choro se está abriendo.  
 Y se armó la comilona, mejor no digo nada.  
 Las viejas decían traigan choros y cholgas para acá.  
 Otra vieja decía, hijitos no se atoren, compadre  
 vaya abriendo, los cerrados son los mejores.  
 Ya querida comadre, ahora le he achuntado,  
 porque los choros viejos, me tienen resabiado.  
 Aquí termino señores, no puedo retener tanto,  
 porque hace más de medio siglo de estos antiguos curantos.

Liborio Bórquez Andrade, músico y poeta chilote

### **Kuchen de crema con frambuesa y streusel**

Durante algún tiempo —recién casados con mi marido, en 1957—, vivimos con doña Estela Mancilla, mi suegra viuda. Era experta en gastronomía alemana, porque de joven había trabajado como secretaria de una familia de inmigrantes alemanes que vinieron a poblar la zona de Llanquihue. Durante muchos años sus recetas escritas a mano perduraron en nuestra casa, pero después de innumerables cambios de vivienda, ciudades y desastres telúricos, se perdieron para siempre. Sin embargo, aprendí de ella la preparación del kuchen (bizcocho), introducido en Chile por los colonos germanos de la zona sur y que se convirtió en una tradición muy

arraigada. Se pronuncia “cujen”. La variedad del kuchen la dan las frutas, que pueden ser manzanas, grosellas, frambuesas, moras, arándanos, etc.

Recuerdo con claridad que muchas veces, en compañía de mis hijos pequeños y de mi suegra, íbamos donde una alemana que preparaba kuchen y berlines que vendía en su domicilio. Llegábamos a su casa en días festivos y antes de tocar la puerta pasábamos por un sendero de hortensias, que florecían en su máximo esplendor junto a una infinidad de helechos que lucían exuberantes, conformando una pequeña selva de vegetación nativa; nos abría y desde el dintel se sentía el aroma a dulces y a flores que invadían su vivienda. Como buena germana, ella era rubicunda y de modales muy amables; con su particular acento extranjero, se acercaba a mis hijos y les ofrecía galletas, mientras yo, escogía de la variedad de kuchen en exposición; los de manzanas y grosellas eran nuestros favoritos. Luego nos ofrecía chocolate caliente en invierno y nos regalaba berlines.

Nos sentábamos en una mesa que tenía en su cocina, que brillaba de limpieza y pulcritud. Cuando hablamos de los alemanes asentados en Puerto Montt, puedo decir que vivían en las calles y barrios de todos; no formaban un grupo aparte o gueto. Muchos de ellos eran nuestros vecinos y formaban parte de la comunidad; la convivencia se hacía en lo cotidiano. En las décadas del 40, 50 y 60, Puerto Montt era una ciudad pequeña, lo que permitía que las relaciones humanas fueran amigables con los extranjeros.

No solo hubo inmigración alemana hacia la recién fundada ciudad de Puerto Montt; también llegaron los inmigrantes chilotos. Ellos contribuyeron de manera importante a la conformación de la comunidad. En Puerto Montt encontraron también el singular entorno marítimo del archipiélago de Chiloé. Esta razón, unida a la cercanía de sus islas, fue uno de los factores que provocó la emigración de muchas familias que decidieron trasladar su domicilio al continente.

### **Recordar para celebrar la vida**

Olvidé decirles que me llamo Elfi Uribe Altamirano, pronta a cumplir 81 años; siete nietos, la Paz Francisca, Nicolás, Francisco, Gabriel, Anna Marina, Alicia e Inés. Nací en Puerto Montt en 1937, tuve nueve hermanos, quedamos tres: la Ube, de 86 años, que vive en Osorno, y el Aldo, de 76 años, que todavía vive en calle Miraflores, en Puerto Montt. Mis otras hijas y nietos viven en Santiago y con ellos celebraremos este próximo

cumpleaños con un gran curanto en olla. Los otros nietos se reparten por el mundo. En Francia, Anna, Alicia e Inés, todas parisinas; en Australia, Nicolás, incansable aventurero y viajero, siempre buscando nuevos rumbos, y en Chiloé, mi hija María Eugenia, conocedora y defensora de la rica cultura de la isla Grande, y que participará de esta celebración a través de los modernos canales tecnológicos de comunicación, que yo poco entiendo, pero que cobran un extraordinario valor a la hora de sentir la cercanía de los míos. La celebración se hará como en antaño...

Esta propuesta de menú patrimonial está basada en mis vivencias, en mi historia personal, familiar y comunitaria, y de algún modo reflejan la mesa sureña de antaño, compartida y conversada. Y por qué no decir, de hoy también. He querido, junto a mis hijos y nietos, celebrar este próximo cumpleaños volviendo a la cocina calentita, en que los olores de la comida llevan a los sabores de infancia y juventud, imperecedera y presente, en un recuerdo de los que ya no están: don Bartolo, doña Isolina, doña Estela y don Mario, mi marido. La nostalgia de un tiempo pasado se recupera en las sopaipillas sureñas, en el pebre, en el curanto en olla, en el kuchen, en el murtado. En fin, vamos a celebrar la vida.





Fotografías realizadas para el dossier de presentación del menú para el concurso.

## **Recetario**

### **(I) Sopaipillas sureñas**

Tiempo de preparación:

130 minutos (10 porciones)

#### **Ingredientes**

- 3 tazas de harina
- 1 cucharada de levadura seca
- 125 g de manteca de cerdo
- 3 huevos
- ½ cucharada de sal
- 1 cucharadita de azúcar
- ¼ taza de leche
- 1 taza de agua tibia
- ½ litro de aceite corriente

#### **Preparación**

Poner la harina en un bol, hacer un hoyo en el centro, incorporar la levadura junto a la cucharadita de azúcar. Agregar la sal y el agua tibia.

Esparcir la harina de los lados del bol hacia el hoyo del centro, tapando la mezcla.

Después de que esté leudado, colocar la manteca y los huevos.

Mezclar con una cuchara y agregar la leche tibia y juntar todo hasta formar una masa blanda. Amasar hasta que la masa forme globitos.

Extender la masa con un uslero hasta 1 centímetro de espesor, aproximadamente, y cortar en rombos.

Dejar reposar las sopaipillas por 30 minutos y freír en aceite bien caliente.

Sacar las sopaipillas cuando estén doradas por ambos lados y dejarlas en un recipiente con papel absorbente. Servir calientes.

***(II) Curanto en olla o pulmay***

Tiempo de preparación:

240 minutos (10 porciones)

***Ingredientes***

- *1/5 k de costillar de chancho ahumado*
- *6 trutros de pollo*
- *3 longanizas*
- *½ k de almejas o machas*
- *½ k de choritos*
- *½ k de cholgas*
- *6 papas medianas*
- *4 dientes de ajo*
- *2 cebollas*
- *1 litro de vino blanco*
- *1 litro de agua*

***Preparación***

Lavar bien los choritos, cholgas, almejas. Reservar.

En una olla grande y con fondo, poner una cucharada de aceite con los dientes de ajo y la cebolla cortada en aros.

Saltear y sazonar con una cucharada de sal.

Agregar el costillar de chancho ahumado cortado en 6 porciones, lo mismo la longaniza, trozada en 6 cortes. Dorar levemente, removiendo de vez en cuando.

Incorporar los trutros de pollo, formando una capa. Sobre los trutros poner las papas previamente lavadas y con cáscara.

Cubrir con un paño húmedo u hojas de repollo, después acomodar los choritos, almejas y cholgas. Todos los ingredientes deben ir en capas.

Por los costados de la olla, verter el litro de vino blanco y el agua.

Otra vez cubrir con paño húmedo u hojas de repollo y sobre esto, depositar los “milcaos”, preparados con antelación.

Cubrir nuevamente y agregar los “chapaleles”.

Cocinar todo bien tapado por una hora, hasta que los ingredientes estén completamente cocidos. Transcurrido este tiempo, retirar del fuego y servir en platos hondos.

Se acompañan los platos con un tazón que contiene el caldo enjundioso obtenido de la cocción del curanto en olla o Pulmay.

### ***(III) El pebre***

Tiempo de preparación:

40 minutos (10 porciones)

#### ***Ingredientes***

- 1 cebolla grande
- 2 tomates grandes pelados
- 1 atado mediano de cilantro
- 1 cucharada de perejil
- 2 cucharadas de aceite
- 4 ajíes verdes
- 1 cucharada de jugo de limón
- 1 dientes de ajo
- Sal y pimienta

#### ***Preparación***

Picar los tomates y la cebolla en cuadritos.

Agregar los ajos picados finamente, junto con los ajíes cortados en cuadritos —sin semillas—, y luego incorporar el atado de cilantro y la cucharada de perejil, también picados finamente, y las dos cucharadas de aceite con el limón.

Por último, sazonar a gusto y darle un toque de pimienta.

Dejar reposar para que todos los ingredientes suelten sus sabores y acompañar junto a las sopaipillas sureñas y una copa de vino tinto o blanco.

### ***(IV) Milcaos***

Tiempo de preparación:

80 minutos (10 porciones)

#### ***Ingredientes***

- 1 k de papas peladas y cocidas
- 1 k de papas crudas ralladas y estrujadas
- 2 cucharadas de manteca
- ¼ k de chicharrones
- 1 cucharadita de sal

#### ***Preparación***

##### ***Para los milcaos***

Cocer 1 kilo de papas peladas y, después de cuajadas, molerlas y dejar enfriar.

En un recipiente hondo rallar el otro kilo de papas, lavadas y peladas; estrujar en un paño y quitarles todo el líquido.

Luego, en un bol, mezclar las papas molidas con las papas ralladas y estrujadas, añadir la manteca y sal, junto con los chicharrones, formar una masa y dividirla en 12 porciones, hacer bolitas y aplanar.

Después incorporar los milcaos en una de las capas del curanto.

*Para los chicharrones de chanco*

Se preparan con trozos de grasa carnudos cocinados en una olla o sartén muy calientes para disolver la grasa (que se guardará como manteca). Los trozos se dejan a fuego fuerte hasta que se reduzcan y queden crocantes.

**(V) Chapaleles**

Tiempo de preparación:

50 minutos (10 porciones)

**Ingredientes**

- 1 k de papas
- 250 g de harina
- 1 cucharadita de sal
- cucharadas de manteca

**Preparación**

Se mezclan los ingredientes y se hace una masa.

Se extiende la masa y se cortan los chapaleles en forma de rombo.

Después, se cuecen en un recipiente con agua hirviendo. Cuando flotan, están listos, se sacan y cuelean.

Se sirven con miel o mermelada.

**(VI) Kuchen de crema con frambuesa y streusel**

Tiempo de preparación:

60 minutos (10 porciones)

**Ingredientes***Para la masa*

- 2 huevos
- ¼ taza de azúcar (50 g)
- 125 g de mantequilla
- 1 taza de harina (140 g)
- 2 cucharadas de leche
- 1 ½ cucharaditas de polvos de hornear

*Para la crema*

- 500 ml de leche
- 2 tazas de crema
- ½ taza de azúcar (100 g)
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 3 cucharaditas de maicena, disuelta en un poco de agua fría
- 1 taza de frambuesas
- Canela en polvo para espolvorear

*Para el streusel*

- 125 g de mantequilla
- 1 cucharadita de canela en polvo
- 1 cucharadita de aceite
- ½ taza de azúcar (100 g)
- 1 ½ tazas de harina (210 g)

## *Preparación*

### *Para el kuchen*

En un bol, batir los huevos hasta que estén blancos y espumosos.

Agregar, batiendo, el azúcar y la mantequilla hasta mezclar.

Luego, añadir la harina, leche y, finalmente, los polvos de hornear, hasta obtener una masa.

Enmantequillar un molde redondo con fondo removible de 30 cm de diámetro y colocar la masa. Con las manos estirar la masa cubriendo todo el fondo del molde y hornear 5 minutos.

Retirar del horno y reservar.

Mientras tanto, preparar la crema. En una olla colocar la leche, crema, azúcar y extracto de vainilla. Llevar a ebullición a fuego bajo e, inmediatamente, agregar revolviendo, la maicena disuelta. Cocinar sin dejar de revolver hasta espesar. Retirar del fuego.

### *Para el streusel*

En un bol colocar todos los ingredientes para el streusel y, con los dedos, mezclar hasta formar migas gruesas.

## *Armado final del kuchen de frambuesas*

En el molde reservado con la masa, cubrir toda la superficie con la taza de frambuesas, luego agregar la crema ya espesada y, por último, espolvorear sobre la crema el streusel. Luego, llevar al horno por 15 o 20 minutos hasta que la superficie del kuchen esté dorada y cocida. Retirar del horno, dejar enfriar. Desmoldar y servir frío.

## *(VIII) Murtado o licor de murta<sup>123</sup>*

### *Preparación*

Colocar en una botella hasta la mitad de murtas muy maduras y limpias.

Completar la botella con aguardiente. Se deja en maceración por 20 días, más o menos.

Colar y agregar almíbar al gusto. Esta mistela se puede hacer con el jugo de la conserva de murtas y alcohol.

<sup>123</sup> La murta es una fruta salvaje y pequeña que crece en el sur de Chile en los meses de otoño y que crece libremente en los bordes de caminos y al interior de los campos. Su sabor es dulce y acaramelado. Se recolecta a mano desgajando el fruto de sus ramas. Se come como fruta natural, además se hacen mermeladas y el famoso licor de murta.

La primera mención que se tiene de la murta se debe a Juan Ignacio Molina en 1782, de quien adquiere parte de su

## EQUIPO DE TRABAJO

El menú “De Puerto Montt con amor” fue presentado por:

### **Elfi Uribe Altamirano**

80 años, profesora normalista jubilada de la Escuela Normal de Ancud, conocedora vivencial de los sabores y saberes de su natal Puerto Montt, quien a lo largo de su vida ha sido una transmisora de las costumbres y tradiciones del sur de Chile. Ha participado entusiastamente con la transmisión oral de sus saberes no solo en la definición de este menú patrimonial de Chile, sino también en la preparación de los alimentos.

### **Gladys Ojeda Uribe**

Profesora Básica, ha sido la artífice, junto a doña Elfi, en la preparación de los platos y bebidas de esta propuesta de menú patrimonial, heredado de las manos de sus abuelas doña Isolina Altamirano y doña Estela Mancilla. Como parte de la tercera generación de la familia Ojeda Uribe, sus esfuerzos estuvieron destinados a escoger y adquirir la materia prima que sería parte de la propuesta y, junto a doña Elfi, disponer de todo lo necesario para llevar a cabo las preparaciones.

### **Sonia Ojeda Uribe**

Profesora de Castellano y abogada, encargada de la investigación de fuentes escritas, tradiciones y ritos de la familia Uribe-Altamirano y Ojeda-Uribe, así como de la recopilación del relato oral y la redacción de la historia de la protagonista.

### **Felipe Mora Valera (colaborador)**

Estudiante de Diseño en Comunicación Visual, de la Universidad Tecnológica Metropolitana. Encargado del diseño, edición y diagramación de esta propuesta de menú patrimonial.

nombre científico, *ugni molinae*. En 1844 fue introducida en el Reino Unido por el botánico William Lobb. En lengua mapuche se le conoce como uñi. Esta comunidad aprovecha todas las propiedades de la planta. No solo disfrutan de sus frutos con los que hacen un licor de chicha, sino que utilizan las propiedades medicinales de la planta, cuyas hojas son ricas en antioxidantes y tienen cualidades analgésicas.

## BIBLIOGRAFÍA

Chiloé. Historia, Mitología (1990). Ancud, Chile: Ediciones Víctor Naguil.

Fantini Jarpa, Pablo (2013). Gastronomía del Mar, Patagonia Chilena. Santiago, Chile: Editorial Gourmet Patagonia.

Pérez Rosales, Vicente (1886). Recuerdos del Pasado (1814- 1860). Santiago, Chile: Imprenta Gutenberg.

Plath, Oreste (2018). Geografía Gastronómica de Chile, artículos reunidos 1943-1994. Santiago, Chile: Ediciones Biblioteca Nacional.

Tampe Maldonado, Eduardo (2003). Puerto Montt, Crónicas y Testimonios de 150 años. Puerto Montt, Chile: Ediciones Moyra Holzapfel.

Tampe Maldonado, Eduardo (2008). Puerto Montt, Gente Noble y Laboriosa. Puerto Montt, Chile: Imprenta Austral.

Educación Chile (s. f.). X Región de Los Lagos. Disponible en: <<http://ww2.educarchile.cl/Portal.Base/Web/verContenido.aspx?ID=130412>>

Fredes, Cristóbal (15 de noviembre de 2014). El significado de la once.

La Tercera. Disponible en: <<https://www.latercera.com/noticia/el-significado-de-la-once/>>

Historia, Cultura y Comida Chilena (26 de septiembre de 2011). Curanto. La receta anciana de Chiloé. Disponible en: <<http://hccomidachilena.blogspot.com/2011/09/curanto-la-receta-anciana-de-chiloe.html>>

Memoria Chilena (2018). Puerto Montt 1853-2000. Disponible en: <http://www.memoriachilena.gob.cl/602/w3-article-783.html>

Municipalidad de Puerto Montt (s. f.). Historia. Disponible en: <<http://www.puertomontt.cl/puerto-montt/historia/>>

Wikisource (s. f.). El curanto. Disponible en: <[http://es.wikisource.org/wiki/Enciclopedia\\_Chilena/Folclore/Curanto,\\_El](http://es.wikisource.org/wiki/Enciclopedia_Chilena/Folclore/Curanto,_El)>

MENÚ DESTACADO

## LOS CUATRO VIENTOS

Preparaciones simples, pero ingeniosas

*Balmaceda, provincia de Coyhaique, región de Aysén*

Elizabeth Raipillán Barría

Luzmenia Bórquez Sepúlveda

Valdomiro Puchi Salas

### *Menú*

#### APERITIVO

*Mate cojudo*

#### ENTRADA

*Puchero acompañado de tortilla de rescoldo*

#### PLATO DE FONDO

*Palomita acompañada de torta tropera*

#### BAJATIVO

*Mate cocido*

## Presentación del menú

El rescate de este menú se basa en la valorización histórica de la vida de los pobladores de Balmaceda antes de la llegada de colonos a la localidad. Considerando la época (fines del siglo XIX) y las adversidades del tiempo, los habitantes crearon una alimentación en base a la carne y a hortalizas resistentes al clima, como la papa y la zanahoria. La propuesta intenta destacar y poner en valor no solo el patrimonio inmaterial representado en el menú, sino también el folclor ergológico<sup>124</sup> de la región, especialmente de la localidad de Balmaceda (pampa de estepa fría).

Destaca, en este sentido, la construcción y adaptación de recursos naturales para la fabricación de artefactos funcionales de la vida tropera<sup>125</sup>. Algunos ejemplos son: la lana y el cuero curtido de los animales, las bombillas de totora para beber mate, implementos como espumaderos hechos de alambre y recipientes para las diferentes bebidas, obtenidos principalmente de la reutilización. Estos objetos y su factura develan la resistencia y lucha dentro de esta forma de vida, influida por las largas distancias.

Este menú fue creado a partir de la experiencia de miembros de la Escuela José Antolín Silva Ormeño. Sus auxiliares, don Juan Puchi y doña Oriana, son el contacto directo con la tercera y segunda generación de los pioneros de la región. Entre sus bisabuelos se cuentan troperos —también llamados orejanos—, quienes están conectados con las tradiciones y costumbres de la localidad. Doña Oriana, por sus aptitudes culinarias, estuvo encargada de proporcionar los conocimientos para la propuesta del menú: recetas, técnicas y platos a presentar. La señora Elizabeth, mapuche, también es miembro de la comunidad escolar, donde imparte un taller de cocina. Ella contribuyó a la sistematización de esta propuesta. Por último, hay que mencionar la cooperación de Servicio País Balmaceda con el trabajo de este equipo.

124 Refiere a la cultura material de una sociedad, ya sea creaciones humanas o adaptación del entorno.

125 Nombre que se le da, en Sudamérica, a aquel que, montando un caballo, transporta ganado vacuno o auquénido de un lado a otro.

## LOS CUATRO VIENTOS

La historia oficial cuenta que Balmaceda fue fundada el 1 de enero de 1917, por don José Antolín Silva Ormeño,<sup>126</sup> siendo el poblado más antiguo de la región, habitado principalmente por migrantes que pasaban desde y hacia Argentina y vivían de la producción ganadera.

Antes de la llegada de estos colonos, ya existían asentamientos en los que habitaban personas que desarrollaban su vida en torno a la práctica de la ganadería, subsistiendo de sus productos derivados, siendo la grasa y la carne ingredientes importantes de sus preparaciones culinarias. Dentro de estas actividades relacionadas a la ganadería, destacaban los troperos, que trasladaban animales desde Aysén a Cochrane durante meses.

En la región, los hábitos alimenticios forman parte de un comportamiento folclórico constituyente de la expresión de un sistema ideológico. Los chilenos que poblaron ciertos territorios de Aysén en los últimos decenios del siglo XIX, eran depositarios de toda una herencia culinaria huasa y mapuche. Estos conocimientos se fusionaron con las costumbres de los gauchos al poblar Valle Simpson y alrededores, como Balmaceda, y unieron su tradición a los aportes de inmigrantes chilotes que trabajaban en la Sociedad Industrial de Aysén (S.I.A). “Es probable que las condiciones geográficas y la actividad ganadera favorecieran la prevalencia de las costumbres culinarias relacionadas con la carne y extinguiera los hábitos relacionados con el maíz, el trigo, las uvas, las manzanas y las legumbres”.<sup>127</sup>

Los primeros habitantes llegaron del norte por tierra o por mar. Construían sus viviendas de manera artesanal, con las llamadas canogas y astillones,<sup>128</sup> ya que no existía un trabajo acabado de la madera, solamente se labraba.<sup>129</sup> Estas viviendas se situaban en lugares estratégicos, con el fin de protegerse del viento y contar con elementos vitales, como el agua.

En el interior de esta vivienda se hacía el fogón, donde se desarrollaba la vida familiar y social: se cocinaba, se comía o se compartía el mate con amigos. Este es el contexto donde se cocinaban el puchero (II) y la tortilla de rescoldo (III), recetas presentes en nuestro menú.

<sup>126</sup> Araya, Baldo (2011). *Crónicas de Coyhaique*. Coyhaique, Chile: Gobierno Regional de Aysén.

<sup>127</sup> Galindo, Leonel (2004). *Aysén y su Folclor*. Puerto Montt, Chile: Impr. Master Print.

<sup>128</sup> Se refiere a canoas y astilleros

<sup>129</sup> Trabajar una materia reduciéndola al estado o forma conveniente para usarla.

Antes de continuar con la descripción de los platos es necesario compartir algunas costumbres alimentarias de los campesinos del territorio cuando no estaban tropeando o arreando animales hacia poblados alejados.

Siguiendo a Galindo,<sup>130</sup> se cuenta que los hombres de campo se levantaban en temporada veraniega entre las 4:30 y las 7:00 a.m., y en invierno entre 7:30 y 8:30 a.m., debido a la falta de luz. Luego, se enjuagaban la boca, se aseaban, tomaban mate amargo, uno o dos cebaduras de yerba. Aproximadamente a las 10:00 a.m., desayunaban siempre algo salado, como un churrasco, bife, caldo o una plateada de puchero,<sup>131</sup> lo que no era impedimento para que agregaran otros alimentos, como leche, huevos, queso y pan. El almuerzo se servía entre 13:00 y 14:00 horas —no había un horario fijo—, dependiendo de las actividades que estuvieran desarrollando —la esquila, la señalada, la marcación, etc.—, y consistía en algo más contundente y variado que en el desayuno: un puchero y un segundo plato a base de estofado o asado. La once no es común y se reemplaza por la cena —muy similar al desayuno campero—, entre las 19:00 y 20:00 horas.

El puchero (II), similar a la cazuela, que según relatos de balmacedinos llevaba trozos de carne de vacuno u ovino, era una mezcla de verduras de temporada, siendo constante el uso de papas y zanahorias. Se agregaban otras verduras como arvejas o habas, con arroz, fideos o, como en nuestra propuesta, también se agregaban los concones. A diferencia de las cazuelas normales, el puchero se caracterizaba por cuidar que las verduras quedaran a punto y no totalmente cocidas.

La papa y la zanahoria son de recurrente uso, por lo que contaban con construcciones diseñadas especialmente para su conservación, protegiéndolas de las heladas características de la pampa. Esta alacena era llamada papera: constaba de una estructura de madera rústica, semienterrada en alguna pendiente del terreno, forrada con tierra, pasto y retazos de tela o arpillera.

La tortilla de rescoldo (III), es una especie de pan que se prepara con harina, sal, manteca y chicharrones. Su particularidad está en que se cocina en los rescoldos de la fogata dentro de la vivienda, que protagonizaba la vida familiar.

<sup>130</sup> Galindo. Op. cit.

<sup>131</sup> Nuestro menú destaca el protagonismo que tiene la carne como resultado de tradiciones ligadas a la ganadería. La preparación de las carnes, las podemos clasificar según Galindo, en diferentes modos: asados, bifés, estofados, guisos, pucheros y caldos. Nuestro menú intenta abarcar dos de esas preparaciones.

El ingenio de estas personas y su vida ligada a la ganadería no solo se demostraba en sus construcciones, sino también en cómo aprovechaban recursos para crear utensilios de cocina o de uso cotidiano. Por ejemplo, para alumbrar se usaba el conchón,<sup>132</sup> hecho de greda o latas. Para dormir usaban una lona, manta de Castilla o manta de lana cruda, y los demás, solo cuero. Usaban el estómago de los animales para recolectar y trasladar agua.

Estas habilidades se destacan aún más a la hora de hablar de los troperos, quienes prestaban servicios a los propietarios de ganado, para ir a buscar los animales a zonas alejadas y ponerlos en venta. Con este fin, formaban un grupo de entre 15 a 20 hombres, a los que llamaban tropas, que cruzaban la región en busca de los animales. Montados a caballo, más uno de recambio, y acompañados de perros, cruzaban grandes distancias, trayectos durante los cuales tenían que ingeniárselas con lo que llevaban para poder cocinar y comer. Es por eso que la tradición culinaria que buscamos rescatar es de preparación simple, pero ingeniosa, ya que ocupaban instrumentos que ellos mismos portaban, los ingredientes eran simples y proporcionados por los animales del ganado y la naturaleza en general, tomando protagonismo el vacuno o lanar (oveja) y sus productos derivados, como la grasa, la lana y el cuero curtido, al que se le daba variados usos.

Durante las largas jornadas de cabalgata, los troperos hacían descansos para poder comer. En estas instancias preparaban tres recetas que queremos rescatar con nuestro menú, que son las tortas troperas (V) —o tortas fritas—, el mate cojudo (I) y la palomita (IV).

Las tortas fritas son similares a las sopaipillas del centro de Chile, pero la diferencia está en que no llevan zapallo. Eran guardadas en sacos de harina para conservarlas y transportarlas, sirviendo de acompañamiento para comidas como la palomita o el churrasco, dependiendo de la cantidad de troperos que tuviera el grupo —el churrasco corresponde a medias de carne de capón, mientras que la palomita, es una porción mucho más pequeña.

Es común preparar asado de dos formas distintas: al palo o al horno. La palomita entra en la primera categoría. Esta preparación era típica de los puesteros, los carteros y los troperos y, por tanto, no escapaba de las tradiciones locales: primero se hacían brasas con astillas y, luego, el trozo de

<sup>132</sup> Lata donde se pone grasa de animal con una mecha torcida pasada por ceniza (para que durara más) y se prendía la luz.

carne se ensartaba en una varilla, que se situaba al costado de las brasas. Se colocaban todos alrededor del fuego e iban agregando sal o, a veces, la rociaban con una botella de salmuera. Cuando estaba listo, se acercaban a comer y cada hombre iba trozando la carne con su cuchillo y comiendo.

Mientras se cocía la carne, los troperos tomaban mate cojudo (I), que consiste en un mate amargo, con café y, en ocasiones, con punta,<sup>133</sup> servido con abundante agua en un tarro y con una bombilla de totora. Se toman un par de sorbos y se pasa a la derecha.

“(…) En alguna festividad, un miembro de la familia preparaba el mate cojudo para servírselo, en primer lugar, al forastero de turno (futre, pueblero, nortino, chilote), quien, por desconcierto de la manera de servirse este tipo de mate, bebía todo el contenido de la infusión quedando muy ruborizado por el efecto del alcohol, el café y la yerba nueva, dando lugar a risas, burlas y miradas sarcásticas...”<sup>134</sup>

El mate es la bebida no alcohólica más popular en los campos y ciudades de la zona; existen, incluso, personificaciones del mate, por su carácter y naturaleza, cargadas de emotividad y experiencia de vida. Así como Félix Elías Pérez<sup>135</sup> describe con profunda emoción:

“Es un uso, una costumbre. El mate es un personaje muy popular en la región de Aisén, a donde llegó en pilcheros<sup>136</sup> y carretas. Se metió en el hogar modesto de los pobladores para prender como un broche de oro el cariño del huaso chileno y la mujer argentina, y se quedó en la alacena de los ranchos, como el dios del hogar y máxima expresión de hospitalidad”.<sup>137</sup>

“...Su primo hermano el mate cojudo, acertó, las noches dolientes de los velorios de antaño y, a pesar de la virilidad que sugería su nombre, desapareció en el calabazo de su alma, sin pena ni gloria, por el ejercicio del celibato, en la gran sepultura del tiempo...”<sup>138</sup>

133 Porción pequeña de licor fuerte. Por lo general, podría ser agua ardiente, pisco, ginebra o whisky.

134 Galindo. Op. cit.

135 Poeta y narrador chilechiquense, hijo de migrante árabe y madre argentina, gran conocedor de la historia y la cultura de esta parte del territorio.

136 Pilchero es el nombre que recibe en el sur de Chile, el caballo con sus aperos, que acompaña a los troperos.

137 Félix Elías Pérez en Galindo. Op. cit.

138 Ibid.

En esta personificación del mate cojudo, se hace referencia a que también era utilizado para otras reuniones sociales como los velorios y funerales, donde las personas reunidas en el lugar compartían este tipo de bebida.

Para finalizar, nuestro menú propone otra versión de esta popular bebida: el mate cocido (VI), muy típico en los cuartos de esquila; se coloca en una olla grande la yerba, agua caliente y una taza de agua fría para que se aconche la yerba y se endulza con azúcar.





Fotografías realizadas para el dossier de presentación del menú para el concurso.

## **Recetario**

### **(I) Mate cojudo**

Tiempo de preparación: 1 minuto

#### **Ingredientes**

- *Hierba mate*
- *Café*
- *Agua*
- *Bebida alcohólica (opcional)*

#### **Preparación**

Poner la yerba mate y el café en un recipiente con bombilla de totora.

Agregar agua caliente.

Agregar, si se desea, una punta de licor.

Tomar solo un par de sorbos y pasar al compañero.

### **(II) Puchero**

#### **Ingredientes**

##### **Para el puchero**

- *Trozo de carne (vacuno o cordero, por lo general)*
- *Cebolla*
- *Papa*
- *Chupetones o concones*
- *Ajo*
- *Sal a gusto*

##### **Para los concones**

- *Huevo*
- *Harina*
- *Sal*
- *Caldo de puchero*

#### **Preparación**

##### **Para el puchero**

Tiempo de preparación: 60 minutos

Se prepara un sofrito de ajo y cebolla en pluma, para luego agregar los trozos de carne hasta que se doren. Se agrega sal y agua, y se deja hervir por 35 minutos.

Mientras tanto, se comienzan a preparar los concones.

Luego de que hierve, se agregan las papas peladas; después los concones, y se deja hervir por aproximadamente 10 minutos más.

### *Para los concones*

Tiempo de preparación:

60 minutos

Se bate un huevo de avutarda,<sup>139</sup> se agrega el caldo del puchero y se sigue batiendo.

Luego, se incorpora harina y se sigue batiendo hasta conseguir una textura liviana y más líquida.

Para darle forma a los concones, con la punta de la cuchara se va porcionando y se va agregando directo al puchero.

### **(III) Tortilla de rescoldo<sup>140</sup>**

#### *Ingredientes*

- *Harina*
- *Manteca*
- *Chicharrones*
- *Sal*

### **(IV) Palomita**

Tiempo de preparación:

120 minutos

#### *Ingredientes*

- *Carne, usualmente de cordero o vacuno.*

#### *Preparación*

En primer lugar, se prende fuego.

Se labra una maderita o varilla seca para hacer astillas.

Una vez encendido el fuego, se comienza a faenar la palomita. Se charquea y se incrusta en una varilla de calafate, lenga, ñire o luma (maderas que se encuentran en el entorno).

El tiempo de cocción es de aproximadamente 2 horas. Mientras tanto, se toma mate cojudo haciendo sobremesa.

<sup>139</sup> La avutarda, o caiquén es el más abundante de los gansos en la zona de Magallanes y Aysén (RAE).

<sup>140</sup> Nota del editor: para ver modo de preparación, revisar receta en "Sabores sobre rieles", en este libro.

### ***(V) Tortas troperas***

Tiempo de preparación:

45 minutos

#### ***Ingredientes:***

- *Harina*
- *Grasa*
- *Agua*
- *Sal*

#### ***Preparación***

Sobre un cojinillo,<sup>141</sup> se junta la harina con la grasa del animal, se agrega agua y sal, en una proporción acorde a la cantidad de comensales.

Se amasa; luego, se estira con la mano, o con una botella, y se cortan en forma rectangular.

Para freír posteriormente las tortas, en una olla colgante de un alambre, se pone a calentar la grasa. Cuando alcanzan un tono dorado se sacan con una espumadera hecha de alambre.

### ***(VI) Mate cocido***

Tiempo de preparación:

1 minuto

#### ***Ingredientes***

- *Hierba mate*
- *Agua*

#### ***Preparación***

Poner la yerba en una tetera o pava de lata con agua caliente y servir a los comensales de una manera muy similar al té, sin bombilla, en el recipiente para beber de cada persona.

<sup>141</sup> Manta pequeña de lana o vellón, que se coloca sobre el lomillo del recado de montar (RAE).

## EQUIPO DE TRABAJO

El menú “Los cuatro vientos” fue presentado por:

### Valdomiro Puchi Salas

Más conocido como don Juan Puchi, tiene 64 años; nacido y criado en la localidad, siempre ha estado conectado con tradiciones y costumbres de la Patagonia. Hoy es parte del grupo de auxiliares de la Escuela José Antolín Silva Ormeño, de Balmaceda (). Dentro del equipo cumplió el rol de rescatar los relatos históricos que inspiraron el menú, al estar completamente ligado con la tradición tropera, construyendo el relato histórico que sustenta la propuesta y aportando con experiencias o historias rescatadas de sus familiares, como su madre, la señora Vitalia, que conoce el pueblo desde su niñez, sumando además las experiencias troperas de sus familiares directos.

### Luzmenia Bórquez Sepúlveda

Doña Oriana tiene 60 años, nacida y criada en la localidad, defensora de las tradiciones y costumbres locales. También es parte del grupo de auxiliares de la Escuela José Antolín Silva Ormeño, de Balmaceda, en la que es conocida por sus aptitudes culinarias. Por esta cualidad, fue la encargada de proporcionar los conocimientos para la propuesta del menú: recetas, técnicas y platos a presentar.

### Elizabeth Raipillán Barria

La señora Elizabeth tiene 41 años y es de origen mapuche. Hoy es parte de la comunidad escolar impartiendo un taller de cocina, en donde enseña preparaciones y técnicas culinarias ligadas a su origen étnico y a la cultura patagónica. Cumplió el rol de dar las pautas técnicas para la presentación del menú y la redacción de los documentos de la postulación. También lideró el proceso de investigación, con respecto a las técnicas culinarias e ingredientes usados para la preparación del menú. Al ser de un pueblo originario aportó con saberes histórico-sociales de la región.

Con la cooperación y apoyo de Javiera De la O y George Cabello, Servicio País Balmaceda 2018-2019.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Araya, Baldo (2011). Crónicas de Coyhaique. Coyhaique, Chile: Gobierno Regional de Aysén.

Carrasco, Baldemar (2013). José Antolín Silva Ormeño. La imagen de un visionario. Coyhaique, Chile: Gobierno Regional de Aysén.

Galindo, Leonel (2004). Aysén y su Folclor. Puerto Montt, Chile: Impr. Master Print.

Ortiz, José (2014). Matices de la Patagonia. Coyhaique, Chile: Gobierno Regional de Aysén e Ilustre Municipalidad de Cisnes.

Aves de Chile (s. f.). Caiquén. Disponible en:  
<<https://www.avesdechile.cl/166.htm>>

Diccionario de la Lengua Española (2019). Madrid, España: Real Academia Española. Disponible en: < <http://dle.rae.es> >



Este libro  
se terminó de  
imprimir en diciembre  
de 2019 en Santiago de Chile.  
El texto fue compuesto con la familia  
tipográfica Biblioteca, desarrollada por  
Roberto Osses junto a Diego Aravena,  
César Ayala y Patricio González.

†





