**MODULO COCINA CHILENA**

**María Antonieta Rivera Berrios**

**4 año A gastronomía**

**Guía de aprendizaje sumativa**

**Semana del 16 al 20 de Marzo 2020**

**Semana del 23 al 27 de Marzo 2020**

**OA: LEER, INVESTIGAR SOBRE LA VARIEDAD DE PLATOS DE LA COCINA CHILENA DE PREPARACION RAPIDA O LENTA, DE ACUERDO A GUSTOS, COSTUMBRES Y TRADICIONES CULINARIAS DE LAS DIVERSAS ZONAS DEL PAIS.**

**Objetivo de actividad: reconocer las diferentes culturas y pueblos que habitaron nuestro territorio, ubicar geográficamente para su contextualización y análisis.**

**Actividad:**

**1.- leer comprensivamente el texto.**

**2.- Recopilar información sobre la cocina chilena.**

**3.- Realizar un mapa de chile. (dibujar)**

**4.- Ubicar productos e ingredientes-**

**5.- Situar en mapa, pueblos pre hispánicos**

**4.- Coloque los platos característicos de cada ciudad, pueblo o zona de chile.**

**5.-Explique cuáles son las comidas más representativas de nuestro país.**

**6.- Comente brevemente que platos podríamos llamar fusión y por qué.**

**7. – Mencione las mayores influencias gastronómicas de nuestro territorio y de 1 ejemplo con su receta y preparación**.

**La tradición gastronómica de chile**

Las influencias de diferentes culturas han entregado a Chile una experiencia culinaria particular, con platos que cada vez son más reconocidos a nivel internacional. Debido a la gran extensión que caracteriza a Chile, a lo largo de su territorio sus condiciones geográficas resultan muy heterogéneas. Las grandes áreas desérticas que caracterizan el norte de nuestro país, comienzan a cambiar a medida que se avanza hacia el sur, hasta que el paisaje se convierte en extensas zonas verdes. A lo largo de todo el territorio chileno, es posible encontrar una flora y fauna muy rica. Además, el país cuenta, por un lado, con una zona costera en toda su longitud, mientras que por el otro lo acompaña la cordillera de Los Andes. Todo esto, ha entregado a Chile una tradición gastronómica muy variada, en la que se pueden encontrar diferentes productos provenientes del mar, del valle y de las montañas. De esta manera, en la gastronomía chilena hay una gran presencia de ingredientes como el pescado, los mariscos, las aceitunas, las uvas, el choclo, la papa, carne de llama, entre muchos otros. Una de las grandes influencias que existen dentro de la historia de la cocina chilena es la que han dejado los pueblos precolombinos que han habitado esta zona del continente americano. Los pueblos aborígenes de Chile para alimentarse utilizaron ingredientes como los porotos, la puya, el zapallo, los frutos del algarrobo y el chañar, el cochayuyo, la quínoa, aceite de lobo, algas deshidratadas, maíz, ají, carne de llama, miel de palma chilena, etc. Esto permitió que se desarrollaran platos típicos como las humitas, el mote de maíz, la patasca, la calapurca, la carbonada, el pastel de choclo y más. Todos estos platos se han transmitido de generación en generación hasta llegar a nuestra mesa, otorgándole características una a nuestra cultura culinaria. Cocina chilena guía de aprendizaje De esta manera, cuando te encuentres saboreando una sabrosa calapurca, tendrás que agradecérselo a la influencia del pueblo Aymara, una exquisita pachamanka se lo deberás a los quechua, o los típi cos porotos con napor al pueblo mapuche. Nuestro mar, nuestros valles y nuestras montañas han aportado grandes beneficios a lo largo de toda la historia a la forma en que nos alimentamos. ¿Buscas cursos de cocina en Santiago? Influencias de los españoles La invasión española a la zona que hoy comprende el territorio chileno no solo significó un fuerte impacto en las formas en que se relacionaban y se desenvolvían los pueblos aborígenes que vivían en esta angosta faja de tierra. También significó un cambio cultural importante, en el cual la gastronomía no estuvo exenta. Con la llegada de los colonizadores españoles, también arribaron a este territorio nuevas técnicas culinarias, junto a nuevos ingredientes y animales, los que se fueron mezclando con la tradición gastronómica de los pueblos originarios, dando como resultado lo que hoy conocemos como la comida típica chilena. Entre los nuevos productos alimenticios que trajeron los españoles, se encuentran animales como el cerdo, los pollos, las vacas y las ovejas, junto a diversas especias. El resultado de esto, fue el desarrollo de platos como el chancho a la chilena, la batea de mariscos, el charquicán o el chupe de guatitas, por ejemplo. Otras influencias de la gastronomía chilena Pero la gastronomía chilena no solo se encuentra influenciada por los pueblos originarios que han habitado esta zona de América y los españoles que llegaron a colonizar estas tierras. Entre otras influencias que ha recibido la cocina chilena, se encuentran la de países como: Alemania: principalmente sus diferentes salsas de frutas con el fin de acompañar carnes. Italia: los migrantes italianos que llegaron a Chile aportaron con su tradición de las pastas. Francia: postres, chupes y guisos. Comida en base a pescado y tortillas. Si quieres conocer sobre la comida típica chilena según la zona, entra acá. La cocina chilena durante la colonización española Con la llegada de Pedro de Valdivia y sus huestes a Chile trajo consigo lo que se terminaría transformando en las bases de la alimentación de los colonos, que consistían básicamente en cerdos y el pan cazabi, que es una especie de sucedáneo Cocina chilena guía de aprendizaje del pan de trigo, hecho de harina de mandioca. Además, el maíz comenzó a ser cultivado en gran abundancia por los españoles. Las crónicas de la época nos muestran que la comida típica entre los soldados se basaba en algunas legumbres, maíz, algunas yerbas, trigo cocido y cebada, algo que no satisfacía mucho el hambre voraz que caracterizaba a los españoles en comparación a los habitantes originarios. En esta época, se explica que de los primeros frutos que fueron aprovechados por los colonizadores es el que arroja el arbusto del algarrobo en el norte y el pehuén en el sur. Con estos, pudieron obtener miel y harina con el fin de realizar tortillas y sopas. Por su parte, los colonizadores debieron acostumbrar su paladar al zapallo, a la quínoa, la papa y los porotos, uno de los aportes más importantes de la agricultura americana a la gastronomía de Europa, convirtiéndose estos dos últimos en ingredientes protagonistas de la dieta criolla. Al principio, para llevar a cabo los platos de los colonos, se utilizaba el aceite obtenido del madi, una semilla que al cocerse daba este útil líquido. Incluso, llegó a ser comparado con el aceite de oliva que se utilizaba en la cocina francesa, superándolo. El locro es un plato precolombino al cual debieron adaptarse los colonos españoles. Los españoles también conocieron el locro, un guiso prehispánico que llevaba carne, papas y verduras, una especie de plato previo a lo que actualmente es la cazuela. Cocina chilena guía de aprendizaje En el ámbito de postres y dulces, son las monjas que llegaron a Chile las que tuvieron un mayor protagonismo. Así, de conventos como el de las monjas Capuchinas surgieron los duraznos en almíbar, el dulce de membrillo, los alfajores y el manjar blanco, por ejemplo. Mira estos platos chilenos famosos a nivel internacional. La gastronomía chilena en la época de la independencia Una vez que se llevó a cabo la independencia de la corona española en el siglo XIX, un ingrediente que protagonizó las mesas del país fue el del charqui, debido a que contaba con una gran producción y resultaba barato, permitiendo alimentar a bajo costo a las tropas, tanto realistas como patriotas, tras lo cual llegó el charquicán, como aporte de la llegada del general San Martín por este territorio. También el chocolate fue ampliamente utilizado al desayuno, mientras que al almuerzo los platos más comunes era el asado de lomo o filete, con una entrada. Luego, en la cena, se acostumbraba tomar leche con arroz y frutas, además de verduras locales y de otros países como las habas y los porotos verdes. Así, de acuerdo lo que se informa en las crónicas de la época, y gracias a la herencia de numerosas culturas como la alemana, la italiana y la francesa que se mezclaron con la comida de este territorio, resultaron platos como los porotos con riendas, carbonadas y estofados. De esta forma, al llegar al siglo XX, los ingredientes que más destacaban entre sus platos son las aves, entre las que se utilizaban gallinas, patos, perdices, tórtolas, zorzales, pavos, etc. Los platos que más destacaban era el pastel de ave, el hígado en molde, la gallina picante, el pollo a la española, perdices a la alsaciana, pavo adobado, pato relleno, entre muchos otros. En cuanto a los postres, se preparaban dulces de brevas, jaleas, mermeladas, frutas confitadas, diferentes preparaciones de chocolate como muselina o soufflé, compotas, flanes, etc. La gastronomía chilena actual En la actualidad, y producto de la una rica tradición culinaria, en Chile es posible encontrar una gran variedad de platos que son variaciones o perfeccionamientos de lo que se comía en épocas históricas anteriores. Así, entre los platos más típicos de comida casera, podemos encontrar los siguientes: Bistec a lo pobre: bife frito con cebolla, huevos fritos y papas fritas. Humitas: pasta de choclo aliñada envuelta y cocida en las propias hojas del choclo. Papas rellenas: especie de croqueta hecha con puré de papas relleno con pino. Cocina chilena guía de aprendizaje Ajiaco: sopa preparada con trozos de carne y verdura. Sopaipillas: masa de harina de trigo frita en aceite. Empanadas: masa horneada o frita que se rellena con preparaciones dulces o saladas. En Chile las más típicas son las de pino y las de queso. A pesar de que su origen es español, las empanadas en Chile son uno de los platos más típicos, sobre todo la de queso y de pino.

Otro tipo de comida que actualmente es de consumo masivo en Chile, es el de la comida rápida. Existe una oferta muy variada de esta comida. Entre ellos podemos encontrar: Completo: variación chilena del hot dog que lleva, aparte de la salchicha, tomate, palta y chucrut. Chacarero: se trata de un sándwich que lleva ají verde, carne, porotos verdes y tomate. Sándwich de potito: hecho de recto de vacuno, acompañado de chorizo y cebolla. Chemilico: sándwich hecho con bistec de posta o asiento, cebolla, huevos y aderezos. Ave mayo: este es un sándwich hecho de una pasta basada en pollo y mayonesa. Cocina chilena guía de aprendizaje Aliado: pan con queso y jamón acompañado de mantequilla. Como vemos, el desarrollo histórico de la cocina chilena cuenta con varias influencias, desde los pueblos originarios que habitaban estos territorios antes de la invasión española, hasta aquellos alimentos que trajeron los colonizadores. Actualmente, los platos son resultado de todas esas influencias. Además, la comida rápida ha tenido un gran desarrollo, entregando varias opciones, siendo una de las más consumida.

NOTA: Enviar trabajos al correo: [antonierb11@gmail.com](mailto:antonierb11@gmail.com) para corrección y evaluación.