

Dulzura, Sabrosura y Sazón

NÚMERO 1

31 JULIO, 2020

PARANDO LA OLLA: Una tradición del pueblo para el pueblo



Columnas de opinión:
Gastronomía
Historia
Pastelería y Repostería

Rico, Bonito y Barato:
Recetas ricas, caseras
y económicas
Por Anaís Treullán

**Entrevistas a personas
destacadas:**
Osvaldo Leal
Pablo González
Patricio Rocco

Índice

Editorial	Pg. 3
Oración	Pg. 4
El Rincón de mi Abuela	Pg. 6
Olla Común: Autogestión en Tiempo de Crisis	Pg. 8
Solidaridad y Comunidad al Vapor	Pg. 9
Dulce Tentación	Pg. 10
Un Bocado Infalible	Pg. 12
Cocina Online	Pg. 14
Entrevista a Patricio Rocco	Pg. 16
Entrevista a Osvaldo Leal	Pg. 19
Entrevista a Pablo González	Pg. 21
Rico, Bonito y Barato	Pg. 23
Avisos Económicos	Pg. 25
Juegos	Pg. 27
Reseña Fundación Irarrázaval	Pg. 28
Reseña Molinera del Rey	Pg. 29

Créditos

Directora: Anaís Treullán

Equipo editorial:

Anaís Treullán - Noelia Vizcarra
Artemiza Hidalgo - Raúl Toro

Colaboradores:

Anaís Treullán - Noelia Vizcarra
Camila González - Yislaine Reyes
Ninel Flores - Paulina Ross
Magaly Retamal - Maria Eliana Rebolledo
Jessica Pereira - Artemiza Hidalgo
Cristian Espinoza - Raúl Toro

Diseño:

Noelia Vizcarra
Artemiza Hidalgo



Editorial

Revista gastronómica Dulzura, sabrosura y sazón

“Un regalo de amor y de vida juvenil”

Por: Maria Eliana Rebolledo

Es un honor para mí escribir la editorial de la primera revista gastronómica del colegio Nuestra Señora y Madre del Carmen, de los estudiantes de 4° medio de la especialidad de gastronomía, llamada “Dulzura, Sabrosura y Sazón”.

El nombre es muy importante, según la tradición que hemos heredado del mundo judío el nombre de la persona revela el sentido de esa vida, su identidad profunda. Me gusta el nombre que han escogido para su revista, de alguna manera, los retrata y da cuenta de lo que son ustedes, queridos estudiantes.

El nombre me habla de color, entusiasmo y amor.

Me recuerda las coloridas y apetitosas preparaciones realizadas con esfuerzo renovado, en el trabajo de equipo, acalorado con las frituras y caldos y también por las discusiones apasionadas para ponerse de acuerdo en el sabor, en la sazón, para dar el punto justo de cocción o aliño.

Me hace evocar el entusiasmo genuino del creador. Varias veces, en clases, les hablaba del significado de la palabra entusiasmo, “estar en Dios, “endiosado”, es decir, poder crear, hacer nuevas cosas con el corazón comprometido. Con orgullo contemplamos sus creaciones para los concursos gastronómicos, junto a sus compañeros de 4° Medio del año pasado. Nos emocionaba ver en sus rostros la alegría y satisfacción por la comida creada en conjunto, por el resultado que todos alababan y, sobre todo, disfrutaban. No olvido la satisfacción experimentada por ustedes y sus profesores al recibir la aprobación de alguno de los chefs que nos visitaron.

En el nombre también está contenido el amor que han puesto en el desarrollo de la especialidad, la dulzura del recuerdo de sus abuelitas que les legaron una especial

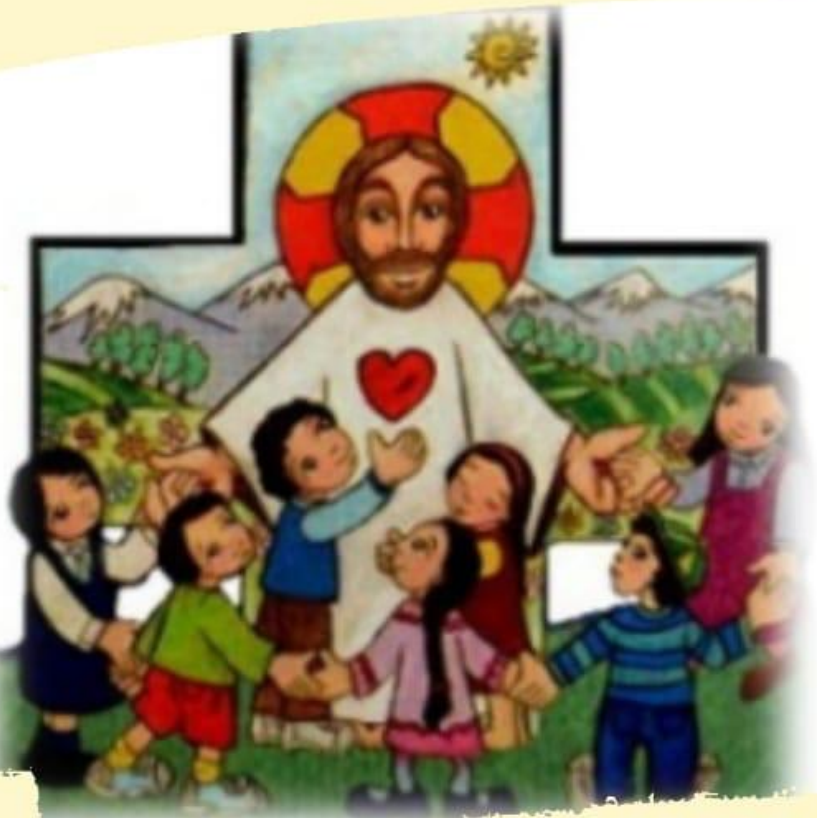
receta, el descubrimiento de las bondades de la gastronomía propia, chilena, rica y variada, la vuelta a las raíces culinarias mapuches. Se dice que uno debe amar lo que hace para ser feliz. Creo que ustedes realmente aman crear, trabajar duro para entregar a los demás el producto de sus manos y de su alma generosa.

Cómo no hacer referencia al producto estrella del año pasado: el pan, el sencillo, crujiente y delicioso pan. Es muy importante que ustedes se hayan destacado, en tercero por sus exquisitas preparaciones de una variedad enorme de panes. Según Pablo Neruda, en su “Oda al Pan”, éste es un “milagro repetido, voluntad de la vida”. El alimento tan fundamental para los chilenos, que manifiesta el milagro de compartir, fue preparado repetidamente por ustedes, regalado, con sencillez y alegría.

En este número dedicado a la solidaridad, está presente el sentido de su acción, crear esta revista es su legado, su servicio a la comunidad aquejada por la pandemia, llevando entretención y novedad, manteniendo nuestra identidad gastronómica. Todos estos fines tienen que ver con su vocación, que es la misma del pan, que preparan, en palabras de la Oda: “Nació para ser compartido, Para ser entregado, Para multiplicarse”

Así espero que suceda con la revista “Dulzura, Sabrosura y Sazón”.

Gracias, queridos jóvenes, por este hermoso regalo. Invito a toda la comunidad educativa a aprender, entretenerse y compartir esta primera revista gastronómica.



La Solidaridad como Misión Permanente del Carisma Marianista

La solidaridad y la ayuda a quienes más lo necesitan es una misión permanente en el carisma Marianista, nuestros Fundadores, Padre Guillermo José Chaminade y Adela de Batz de Trenquelléon, vivieron su misión acompañando, sirviendo y apoyando, ante las necesidades espirituales, económicas y/o emocionales. El Padre Chaminade, Madre Adela, Faustino Pérez Manglano y muchos otros religiosos y laicos comprometidos son testimonio de fe y amor fraterno, ejemplos vivos de la solidaridad: virtud cristiana a la que Dios nos llama a fortalecer día a día en nuestra propia realidad. Cristo vive en nosotros y nos llama a vivir en unión a Él, mediante la oración constante, un encuentro con la palabra y con nuestro prójimo.

Esta unión también nos hace otro llamado, la fe nos invita a la acción. Hacer vida el amor a Cristo y a María nos desafía a experimentar a Dios en los demás; la ayuda, la escucha, el acompañamiento son el llamado constante que Cristo nos hace para vivir la solidaridad en nuestras vidas, en nuestra realidad y junto a las personas que nos rodean. No podemos hacer oídos sordos al mandamiento que Él nos deja: "Les doy un mandamiento nuevo: que se amen los unos a los otros. Ustedes deben amarse unos a otros como yo los he amado" (Jn 13, 34). El Papa Francisco en la última Jornada Mundial de la Juventud también nos hace una invitación, que nuestro plan de acción para construir el Reino sea Mateo 25...

"Señor, ¿Cuándo te vimos hambriento y te dimos de comer, o sediento y te dimos de beber?... En verdad les digo que, cuando lo hicieron con alguno de los más pequeños de estos mis hermanos, me lo hicieron a mí" (Mt 25, 37-40). Esta debe ser nuestra misión, la solidaridad y el amor fraterno es el camino para evangelizar y construir como comunidad un mundo mejor. "¡Son todos misioneros! Quizá la palabra misión pueda fatigar la mente de algunos, imaginando que, para ser misionero, hay que ir predicando de pueblo en pueblo, no habiéndose formado por tanto la idea de una misión estable y permanente". Padre Guillermo José Chaminade


Por: Magaly Retamal


GRAN CONCURSO FAMILIAR

Para ganar el concurso solo deben enviar una fotografía de un almuerzo familiar con la descripción del momento

Concurso Hasta el 21 de agosto

Debe enviarlo a través de instagram o correo

 Dulzura_sabrosura_sazon

 Revista.gastronómica@marianistasmelipilla.cl



Primer lugar juego de vajilla de 20 piezas



Segundo lugar olla de greda de 4 litros



Tercer lugar torta para 30 personas





**Por: Raúl Toro
Morales**

Hace algunos días encontré en la web este hermoso escrito realizado por Ángeles Fuentes. La verdad es que no pude contener mi emoción, emoción la que me tomó de la mano y a una velocidad vertiginosa; me transportó a los recuerdos más atesorados de mi vida:

Leontina Palacios Pérez, nacida el 29 de diciembre de 1925 en Melipilla, es el nombre de mi abuelita, mujer sencilla, amable, cordial, tierna, excelente cocinera y muy buena madre. Era mi vecina, sí, mi vecina; tenía la dicha de poder visitarla; cuando yo quisiera.

Cómo olvidar esas tardes de verano cuando me preparaba esos cremosos y dulces helados, de chocolate o de durazno. O cómo olvidar esas tardes frías de invierno, donde la sopaipilla más grande era para el regalón, se imaginan ya de quien era esa sopaipilla grande.

Cada día me recibían aromas distintos, de preparaciones distintas y exquisitas; que preparaba en su cocina.

Cómo olvidar el sonido de la cuchara de palo en la olla; retirando el exceso de comida que quedaba en ésta; después de revolver. Aquel sonido indicaba que ya se podía ir a probar.

Era bajita de tez morena, pelo cano y corto y siempre, pero siempre, acompañada de su fiel y silencioso compañero "su delantal". Dejo con ustedes este hermoso poema que relata la "Historia del Delantal de la Abuela".

Sección:

El Rincón de mi Abuela

“Historia del Delantal de la Abuela”

Autora: Angela Fuentes



El primer propósito del delantal de la abuela era proteger la ropa debajo, pero, además ... sirvió como un guante para quitar la sartén del horno. Fue maravilloso secar las lágrimas de los niños y, en ocasiones, limpiar las caras sucias. Desde el gallinero, el delantal se usó para transportar los huevos y, a veces, los polluelos. Cuando llegaron los visitantes, el delantal sirvió para proteger a los niños tímidos. Cuando hacía frío Su abuela se abrazó. Este viejo delantal era un fuelle, agitado sobre un fuego de leña. Fue él quien llevó las papas y la madera seca a la cocina.

Desde el jardín, sirvió como una cesta para muchas verduras después de que se cosecharon los guisantes, fue el turno de las coles. Y al final de la temporada, se usaba para recolectar manzanas caídas. Cuando los visitantes llegaron inesperadamente, fue sorprendente ver qué tan rápido este viejo delantal podía dejar el polvo. Cuando llegó el momento de servir las comidas, la abuela fue a la escalera a sacudir su delantal y los hombres en el campo supieron de inmediato que tenían que ir a la mesa. La abuela también lo usó para poner la tarta de manzana justo fuera del horno en el alféizar de la ventana para que se enfriara. Pasarán muchos años antes de que algún invento u objeto pueda reemplazar este viejo delantal ... En memoria de nuestras abuelas.

Olla común:

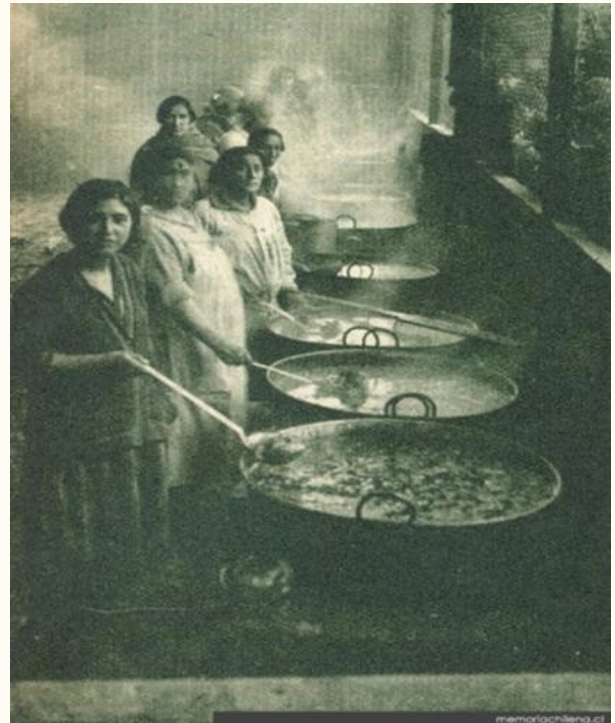
Autogestión en tiempos de crisis

“A falta de pan, buenas son las tortas”... “Al mal tiempo, buena cara”. Dentro de nuestro repertorio popular existen refranes que hacen alusión a la capacidad de reponerse ante la adversidad. Frases que en este último tiempo, a partir de las circunstancias socio económicas, han tenido mayor eco. En estos meses ha re surgido la “Olla Común” pero ¿Cuándo y dónde se origina? Los invito a viajar en el tiempo...

Si pudiésemos definir el puntapié inicial es necesario remontarnos a principios del siglo XX. La sociedad chilena se vio fuertemente sacudida por el impacto de la crisis de 1929, producto de la caída de la bolsa de Wall Street (Estados Unidos) pero ¿Qué relación tiene esto con Chile? Sucede que para ese entonces nuestro Estado tenía una dependencia económica muy fuerte con este país, debido a la condición mono exportadora, es decir solo comercializaba un producto (Salitre) y Estados Unidos era nuestro principal comprador.

En este contexto hacia 1930 comenzó a exteriorizarse en el país los efectos de la Gran Depresión, miles de cesantes recorrieron las calles de las ciudades y campos. El mayor impacto de la crisis repercutió en el área de la alimentación debido a la escasez de alimento. Para hacer frente al hambre y a lo básico de las comidas se organizaron “Ollas comunes” en distintas ciudades. Con esto aumentó la preocupación por la alimentación de la población, como signo de solidaridad y autogestión ante la escasa ayuda entregada por el Estado chileno.

Desde ese entonces el fenómeno de la Olla Común ha estado presente en los momentos más relevantes de nuestra historia, siendo particularmente potente en el siglo XX, “en aquella instancia se organizaron ollas comunes en barrios populares para batir el hambre de la ciudadanía más desvalida.



Zig-Zag. Santiago: Zig-Zag,
1905 - 1964. 60 volúmenes, número
1428, (2 julio 1932), página 30.

A principios de los años 80 en plena dictadura militar, cientos de organizaciones se crearon para enfrentar colectivamente la pobreza usando el mismo método de 1929”.

Hoy, en pleno siglo XXI, en medio de una pandemia, se sigue replicando esta dinámica, pues es parte de la historia popular de la sociedad chilena.



Por: Yislaine Reyes Plaza

Solidaridad y comunidad al vapor

La pandemia del covid-19 en los últimos cuatro meses ha reformado nuestra forma de vida; dejamos de acudir a las escuelas, tomar el transporte se convirtió en un riesgo y, lo peor, fue que el solo hecho de estar juntos nos expone a una enfermedad que ha cobrado miles de vidas en nuestro país. En respuesta a este riesgo, nos volvimos cloro-adictos, mantuvimos media cara tapada con mascarillas y nos confinamos en nuestras casas a la espera de que el virus desaparezca. Pero en dicha espera comenzó a propagarse otra catástrofe: el hambre.

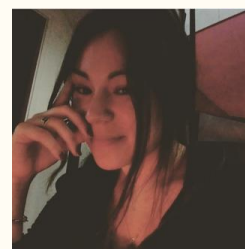


La pandemia del coronavirus dejó al descubierto la precariedad en que nuestra sociedad escapa día a día de la pobreza y busca incansablemente una pizca de dignidad, a través de trabajos formales e informales los llamados “emprendedores” viven el día y llevan hasta sus casas algo más que sólo pan: esperanza. Pero ¿qué ocurre cuando la posibilidad de salir en la búsqueda del dinero diario no existe?

Durante los últimos días del mes de mayo, ya se registraba una tasa de desempleo que ha ascendido al 11,2% lo que implica que unas 890.000 personas han perdido sus empleos a lo largo del país (diario La Tercera). En este contexto, miles de familias chilenas han encontrado en sus despensas vacías la peor cara del virus.

La historia es testigo de que en épocas de crisis las comunidades se unen en ayuda mutua, es así como hoy por hoy las juntas de vecinos y numerosos voluntarios han organizado ollas comunes para paliar el hambre sufrida por tantas familias que se reúnen en torno a la materialización de solidaridad, a compartir lo recibido en cajas del gobierno o lo recaudado puerta por puerta.

Tallarines, arroz, papas cocidas, porotos, lentejas, sopas instantáneas, caldos de verduras, pollo y cerdo son los platos que reciben las comunidades de vecinos que en alianza sobrellevan la crisis y enseñan a las nuevas generaciones cómo la unidad nos hace resilientes aún en los más crudos escenarios.



Por **Paulina Ross**
Retamales

Dulce tentación

En este inicio de la revista "Dulzura, Sabrosura y Sazón", y tal como nos instruye el lema de esta edición que nos llama a ser solidarios, por ello, quiero compartir con ustedes el día de hoy, una simple y rica receta que podrán realizar en familia.

Durante años de estudio y experiencia en el área gastronómica, tanto en cocina como en pastelería, me he encontrado con recetas sofisticadas, con bellas y excéntricas decoraciones, que han alejado, lamentablemente, a muchas personas de la gastronomía por miedo a no sentirse capaces de lograrlo. El área de pastelería en particular se caracteriza por ser muy meticulosa en sus preparaciones, aquí es donde entra la aplicación de la técnica perfecta y las medidas de los ingredientes exactos para lograr nuestro producto. Es sobre dicha área de la gastronomía donde reflexionaré el día de hoy.

En primera instancia, concuerdo profundamente en la prolijidad con la que se debe ejecutar el trabajo pastelero, pero creo que el principal énfasis que se debe hacer es que la preparación sea realizada con dedicación, amor y siempre pensando en lograr la transmisión del cariño que le hemos entregado a nuestro trabajo y que, finalmente, sentirá la otra persona al probarlo. Esa satisfacción es lo que hace que la receta deje de ser un instrumento tan estricto que debemos seguir a cabalidad y corra por cuenta propia la dedicación y el afecto que le hemos entregado a nuestra preparación.

Qué agradable se siente ese suave aroma que invade la casa cuando tenemos un queque en el horno o sentarse a la mesa a la hora de once y encontrarse con uno dorado y esponjoso que compartiremos en familia. Esos momentos son impagables y nos hacen sentir el calorcito del hogar, el cariño y el encuentro familiar.

Sin seguir una preparación tan rigurosa y con el sólo recuerdo de la primera receta que me heredó mi madre, les dejo la receta familiar de un queque sencillo, pero que al probarlo se sentirán invadidos de un sabor suave, delicado y principalmente, lleno de amor.



Por: Ninel Flores Quinteros



Ingredientes:

- 1 ½ taza harina con o sin polvos
- ¾ taza de azúcar granulada
- ¾ taza de leche
- 60 grs. de margarina
- 1 cucharada de polvo de hornear
- 2 huevos
- 1 limón ralladura

Preparación:

Mezclar margarina con azúcar hasta disolver azúcar, agregar ralladura y los huevos, batir hasta que esté la mezcla blanca. Agregar leche, harina y polvos de hornear, batir hasta que se integren bien todos los ingredientes. Verter la mezcla en un molde enmantecado y hornear a fuego medio por 40 minutos.



Un bocado infalible

Cierto es que, en estos tiempos, no están las condiciones para hacer grandes banquetes o bocadillos muy elaborados y costosos. Pero hay un ingrediente versátil e infalible, con el cual podemos lucirnos y disfrutar de su exquisito sabor, estas son las papas.

Antes que todo, es importante entregar algunos antecedentes característicos e históricos de este maravilloso producto, para que así no sorprendamos a nuestros invitados solo con el sabor, sino también con un poquito de cultura.

La papa es una especie herbácea, perteneciente al grupo de los tubérculos que crece bajo tierra a una profundidad que varía entre los diez y veinte centímetros.

Es originaria de América del sur, más específicamente del altiplano que comprende el sur del Perú y norte de Bolivia. Se estima que los antepasados Quechuas y Aymaras las cultivan hace aproximadamente 8000 años. Con la llegada de los españoles, la papa, fue llevada a Europa donde fue utilizada en primera instancia como alimento de forraje para los animales y luego traspasó las fronteras de la cocina convirtiéndose hoy en uno de los alimentos más consumidos por el ser humano.

Como mencioné anteriormente, las papas o patatas pueden ser grandes aliadas como acompañamiento o como bocadillos para acompañar un buen vino, un trago y una buena conversación. Va aquí entonces una forma de prepararlas.



Por: Cristian Espinoza

Papas Rústicas al Horno

Ingredientes:

- 10 papas medianas o grandes
- ½ taza de aceite de Oliva o aceite de maravilla
- 1 diente de ajo (picado en cuadritos muy pequeños)
- ½ cucharadita de ají de color o merkén (el merkén suele ser más picante)
- 1 cucharadita de orégano o tomillo
- 1 cucharadita de sal



Preparación:

1.- Lavar muy bien las papas hasta quitarles todo tipo de suciedad. Luego ponerlas a cocer con cascara por unos 15 minutos. (ojo, no las queremos con consistencia de puré, por lo tanto, deben quedar duras)

2.- Mientras las papas se cocinan, en un bowl pequeño colocamos el aceite y los otros ingredientes y mezclamos con un batidor o tenedor hasta que todo esté bien incorporado. También preparamos una budinera con un poquito de margarina o mantequilla o en su defecto con aceite para evitar que las papas se peguen.

3.- Pasados los 15 minutos, precalentamos el horno, sacamos las papas del agua y las escurrimos bien. Luego se cortan las papas, en 4 ó 6 partes a lo largo en forma de gajos.

4.- En un bowl mas grande colocar las papas previamente cortadas y vaciar sobre ellas la mezcla de aceite y otros ingredientes. Mezclar con las manos procurando no romperlas y logrando que la mezcla de condimentos cubra bien cada papa.

5.- Disponer las papas en la budinera, en lo posible en forma ordenada y llevar al horno previamente calentado por unos 30 minutos.

6.- Sacar del horno cuando estén blandas y doradas y colocarlas en un plato grande. Se pueden acompañar opcionalmente con mayonesa, ketchup o salsas como golf, americana, etc.

Cocina online

Noticias



Marzo 2020 y en nuestro país se decreta restricción de poder continuar con nuestras vidas normales.

A raíz de ello, tuvimos que privarnos no tan sólo de nuestra rutina diaria, sino también de nuestras relaciones sociales.

Desde la existencia del ser humano que las relaciones sociales van muy unidas con la comida; basta observar la historia para ver como ciertos alimentos y preparaciones son protagonistas de ésta. En torno a la comida podemos conversar, reír, disfrutar e incluso llorar.

En vista a las circunstancias que nos afectan, hemos dejado de visitar restaurantes, pubs, cafeterías, sandwicherías y todos los lugares de encuentro en lo social con una connotación gastronómica, lo cual ha llevado a una fuerte crisis en la industria alimentaria, provocando la necesidad de reinventarse a miles de locales.

Los locales gastronómicos, antes pensaban en “el cómo atraer más público”, pues estos mismos locales hoy piensan “en el cómo llegar al público” con sus productos a la puerta de sus casas.

Por lo mismo las ofertas de delivery por internet se han incrementado casi en un 200% lo cual a llevado a una fuerte publicidad y estrategias de marketing. En un artículo de la revista «Chef y Hotel», de la edición del 13 de Julio; plantea un concepto distinto y es el de “lo restaurantes fantasmas”, en donde más allá del reparto a domicilio o el formato de platos para llevar, se desarrolla el concepto de restaurantes que desarrollan su modelo de negocio sin espacio físico donde recibir público (fuente : revista Chef y Hotel, edición 13 de julio).

Sin duda que la industria gastronómica ha cambiado. Las juntas sociales e incluso nuestras juntas familiares también lo han hecho, condicionadas a las restricciones; que la situación amerita. Este cambio, ha arrastrado a grandes y pequeños llevándolos a reinventarse de forma tecnológica, y al no esmerarse en la mejora de la atención de un cliente; sino en el cómo mejorar la logística de entrega de la comida, sin mermar tres pilares fundamentales para este tipo de servicio tiempo, calidad y temperatura.



Una clara muestra de esta reinversión son nuestros amigos de «Amaya Restaurante», donde los chefs José Luis Calfucura (cocinero mapuche) e Iván Zambra (cocinero Chango), luego de montar su hermoso local en la comuna de Maipú - Santiago; tuvieron que reinventarse y llevar su rica comida hasta la puerta de la casa de sus clientes; siempre preocupados del manejo de los pilares antes mencionados. Y así, un sin fin de locales gastronómicos que buscan llegar con sus cocinas vía online a la mayor cantidad de personas para poder seguir resistiendo este tan amargo temporal. Esperamos confiados en que los fogones no se apagarán, y que de ésta saldremos todos juntos. ¡Aguante, cocineros de Chile, arriba los cucharones y al fuego las sartenes calientes!

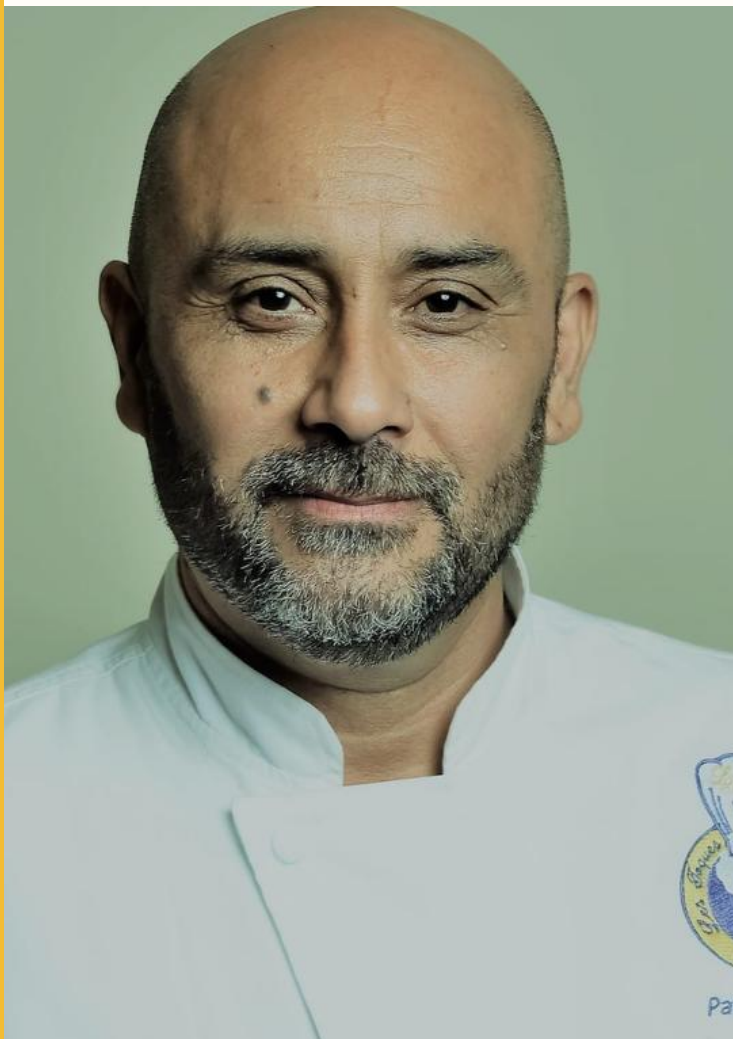
Patricia Rocca, chef instructor

Estudió Gastronomía y Cocina Internacional en el Instituto Profesional Diego Portales y luego Servicio de comedores y Cocina fría japonesa, en Inacap.

Cocinero de oficio, Patricia Rocca trabajó en el Servicio Militar y en Central de Restaurantes, donde durante 15 años se desempeñó como Chef Ejecutivo del Departamento de Marketing y Chef del Área Salud de esa empresa. También fue Jefe de cocina en el Instituto Hebreo y Chef Ejecutivo por tres años del Grupo Modena, operando en las áreas de cocina Cook and Chill y Atmósfera Modificada.

Ha participado de diversos certámenes, como el Concurso Nacional de Gastronomía Toque D`or Nestlé en 2000 y 2001, y en los torneos Nacional de Gastronomía y Maestros de Cocina, organizados por la Asociación Chilena de Gastronomía (Achiga).

Desde 2008, Patricia Rocca forma parte del Les Toques Blancs, y, gracias a que su cocina siempre ha buscado rescatar los sabores y productos de la gastronomía chilena, este chef integró el Proyecto de Promoción y Mercado que forma parte del Programa Territorial de Consolidación Productiva, Comercial y Agroindustrial de Papas Nativas de Chiloé, financiado por la Fundación para la Innovación Agraria y la agrupación Les Toques Blancs.



Como parte de esta iniciativa, Rocca desarrolló, junto al destacado chef Luis Layera, el Taller "Uso gastronómico de Papas Nativas en Chiloé", dictado en Inacap, que pretendía impulsar y masificar el uso de este tubérculo.

Asimismo, participó en 2009 de la Segunda Temporada de la exitosa serie documental Recomiendo Chile, dando a conocer las preparaciones más tradicionales de Calbuco, localidad de la Región de los Lagos. Pero ésta no es la primera vez que Rocca visita este archipiélago, pues como chef dictó diversas capacitaciones al grupo de mujeres campesinas "Red por Manos de Mujer", asociación que intenta recuperar las tradiciones de la zona a través de la gastronomía.

Patricia Rocca Urrea

Chef Instructor

Liceo Técnico Clotario Blest Riffo

Caren 3250, Pedro Aguirre Cerda

+ 56 9 9609 3576

patricia.roccou2@gmail.com

Por: Raúl Toro Morales

1.¿Qué es la Cocina Chilena para usted?

R: Para Mi nuestra Cocina Chilena es la identidad que nos define, desde el mestizaje producido por la llegada de los españoles con sus productos y las preparaciones ya existentes de nuestros pueblos originarios, se produce un cambio trascendental en nuestra forma de mirar nuestras tradiciones, la identificación con nuestra cocina tradicional no se puede desconocer, está vinculada directamente a rituales religiosos, sociales y familiares, tenemos una tremenda oportunidad en difundirla y revalorarla a través de Estudiantes de Gastronomía de todos los establecimientos educacionales, ya sea en enseñanza media como en la profesional y en todos sus niveles. La sociedad debe entender que nuestras raíces gastronómicas están vinculadas a un entorno, clima, cultura, costumbres, rituales y producción, que cada uno de estos elementos son muy importantes para la comprensión y difusión de nuestras tradiciones culinarias.

2.¿Qué ha significado pertenecer a L.T.B.?

R: La postulación y luego incorporación al Grupo Les Toques Blanches es muy significativa en mi desarrollo profesional, ya que ha significado un continuo aprendizaje en diferentes áreas de la Gastronomía, desde realizar capacitaciones hasta representar a Chile en el extranjero, cada actividad que realiza Les Toques Blanches es aprendizaje adquirido, es un orgullo, primero que me hayan postulado y luego del proceso de aspirante, haber sido ingresado como miembro oficial, siempre estaré agradecido de pertenecer a tan prestigiosa agrupación, siempre digo que me rodeo con los mejores, es un grupo increíble desde lo humano y profesional.

“La sociedad debe entender que nuestras raíces gastronómicas están vinculadas a un entorno, clima, cultura, costumbres, rituales y producción, que cada uno de estos elementos son muy importantes para la comprensión y difusión de nuestras tradiciones culinarias”

A veces uno no visualiza su trabajo, tenemos una perspectiva muy acotada de nuestro desarrollo profesional, a veces muy crítica, pero otros profesionales pueden observar tu trabajo y valorarlo, por eso se deben hacer las cosas como corresponden, si tenemos los conocimientos técnicos, higiénicos y tecnológicos debemos aplicarlos siempre de forma responsable, nos estén observando o no, eso es profesionalismo y lo aprendí de mis primeros Maestros, muy joven.

3.¿Cuál es la preparación que le recuerda su infancia y por qué?

R: La preparación que recuerdo mucho de mi niñez es el Estofado de Vacuno de mi Madre, es maravilloso, es perfecto, toda esta conjunción de ingredientes y la incorporación del amor de una madre, lo hace único. Me remonta a situaciones que tienen relación con los rituales que cada familia posee, como, por ejemplo, la junta familiar, todos comiendo juntos, conversando, riendo, lo que básicamente no se puede comprar con dinero, solo se da alrededor de un plato de comida, por muy modesto que sea, no es el alimento, es lo que se produce alrededor de éste, inconscientemente se convierte en un símbolo que se recuerda toda la vida.

4. ¿Qué ha significado en su vida personal y profesional haber grabado en recomiendo Chile?

R: Haber grabado dos capítulos en el programa recomiendo Chile, ha sido muy importante, pero aún más para las localidades que visitamos, primero fue Calbuco, localidad que conocía con anterioridad, ya que participaba en el Agro-festival que se realiza todos los años en el mes de Enero durante una semana, donde se muestran las preparaciones y productos tradicionales de la zona, se invitan a artistas y se promueve la cultura local, en este contexto nació un vínculo muy importante con las personas de la localidad y por sobre todo con la "Red por Manos de Mujer, organización que reúne a productoras de la zona, un proyecto de mujeres, pero que también es compartido con hombres, promoviendo los productos cultivados por ellas en huertos orgánicos. En este contexto se da la posibilidad de grabar un capítulo de recomiendo Chile y propongo ser grabado en Calbuco, donde mi intención era visualizar todo el trabajo realizado por esta localidad, además de traspasar los aprendizajes que obtuve durante tanto tiempo en esta localidad, luego me ofrecen grabar en Illapel, localidad al Norte de Santiago, lugar que no conocía, llevando gran sorpresa con sus preparaciones, rituales y productos, en ambos casos ha sido de mucho aprendizaje y valorización de nuestras tradiciones, tanto culturales, gastronómicas y productivas. Es muy importante hacer esfuerzos en conocer nuestro país, visitar los mercados de cada lugar que se visite, comer en picadas, es maravilloso.

5. ¿Qué mensaje le deja a Futuros cocineros?

R: Más que un mensaje, les dejaría sugerencias, por lo menos las que a mí me han funcionado, creo que lo primero es la perseverancia, no darse por rendido, las personas más exitosas, han tenido más fracasos que aciertos, pero siempre sin olvidar los objetivos planificados, por muy pequeños que sean, lo segundo es ser constante, si sabemos hacer las cosas bien, se debe hacer bien, nos estén mirando o no, no transar nuestros valores profesionales, y por último, también importante, siempre estar estudiando, investigando, es muy importante tener opinión desde el conocimiento y no de nuestras creencias, informarse desde lo científico y comprobable, con la tecnología en las comunicaciones es muy fácil estar muy bien informado y actualizado en los aspectos gastronómicos.

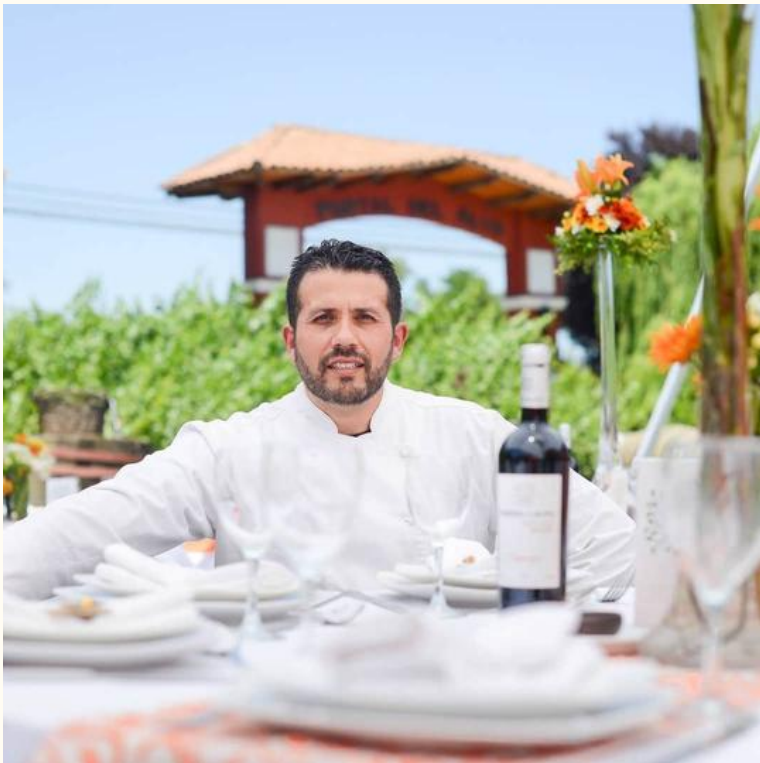


"... ser constante, si sabemos hacer las cosas bien, se debe hacer bien, nos estén mirando o no, no transar nuestros valores profesionales"

Oswaldo Leal, chef:

“La vida da tantas vueltas que hay que tener claro que tienen que estar felices con lo que están haciendo”

Por: Raúl Toro Morales



El chef Oswaldo Leal lleva más de 18 años ligado al mundo Gastronómico. También es instructor de gastronomía donde ha formado muchas generaciones de cocineros. Ha trabajado en hoteles, universidades y colegios técnicos. También tiene una estrecha relación con la viña El Portal del Alto; en son de los eventos de maridajes realizados por la misma viña. Destaca por el talento en sus platos y por atender eventos masivos en su banquería OSVARTS, que ya lleva más de 8 años funcionando; en exclusivos centros de eventos de Chile.

1.- Chef; ¿cuál es plato que más recuerdas de tu niñez?

R: El plato que más recuerdo de mi niñez, más que un plato es un postre; ah noooo; tengo 2 que son mis preferidos. Son los porotos con mazamorra pero con un bistec arriba, y el juguito del bistec arriba con ajo, puesto sobre los porotos, me recuerda mucho a mi abuela. Y el postre que me recuerda a mi mamá es la leche nevada, pero ésta tenía una característica, que técnicamente no estaba bien hecho, porque se le coagulaba la yema; y a mí me encantaba ese pedazo de yema coagulada en la leche nevada. Me habrían puesto un uno si lo hubiese puesto en una prueba jajajajaja.

2.- Osvaldo; ¿Qué te motivó a iniciarte en el mundo de la cocina?

R: Fue como al revés, porque empecé trabajando primero por necesidad. Tenía un ex suegro que me llevó a trabajar de garzón al estadio Manquehue y siempre estuve trabajando, yo estudié otra cosa, estudié agronomía primer año y mi mamá no me veía muy entusiasmado con esa carrera y me preguntó que por qué no hacía un curso de capacitación de gastronomía. Lo hice en Inacap y me encantó aparte que se me hizo muy fácil ya que tenía el training de trabajo, podía estar hartas horas de pie moviéndome para todos lados, me di cuenta que ya era parte de mi ADN.

3.- ¿Cuáles fueron tus referentes en tus inicios en la cocina?

R: Siempre me llamó más la atención la producción de eventos gastronómicos; fue lo primero que hice y además lo encontraba muy bonito ese tipo de servicio; el protocolo, el servicio que se le entrega a la gente, es muy personalizado.

Un referente en particular no tengo, trabajé en tantas partes que en cada uno rescataba algo, agradezco a cada uno de ellos que me enseñaron.

4.- y para finalizar. ¿Cuál es el mensaje que le deja a las futuras generaciones de cocineros?

R: Más que mensaje les daré una mirada de hoy en día; la vida da tantas vueltas que hay que tener claro que tienen que estar felices con lo que están haciendo, si no son felices en la cocina mejor que no se dediquen a esto, porque esto te tiene que apasionar, además debe ser muy perseverante en esto, cometerás mil errores mil tropiezos y yo creo que esa es la clave de un cocinero y de cualquier persona que trabaje, especialmente cuando uno parte debe ser muy perseverante, en un empleo, en un negocio, la perseverancia es la clave.





Pablo González Martínez

Por: Raúl Toro Morales

Don Pablo González Martínez se ha desempeñado en el Programa de Educación Continua para el Magisterio, Facultad de Filosofía y Humanidades de la Universidad de Chile. Ha sido coordinador Académico del diplomado "Liderazgo Escolar para la gestión de los aprendizajes" y docente de diplomados y cursos en las áreas de Liderazgo y Convivencia Escolar.

Tiene experiencia como mentor de alumnos del Magíster Liderazgo y Gestión Educativa, de la Facultad de Educación de la Universidad Diego Portales y como director de establecimientos educacionales.

- Magíster en Liderazgo y Gestión Escolar, Universidad Diego Portales. Chile
- Licenciado y Profesor de Historia y Cs. Sociales, Universidad ARCIS. Chile

Don Pablo, cuéntenos ¿cuál el plato que más recuerda de su niñez?

R: El plato que más recuerdo de mi niñez; que hasta el día de hoy es mi plato preferido; es el arroz con tomate y huevo frito. La mezcla del jugo del tomate con la yema del huevo y el arroz son un sabor que recuerdo de esos mejores almuerzos, de la infancia, sobre todo los almuerzos del verano, por supuesto y hasta el día de hoy, como le decía, es mi almuerzo preferido.

Ahora lo quiero llevar a la conciencia gastronómica de nuestro pueblo ¿cree usted que Chile es un pueblo con cultura gastronómica?

R: Absolutamente sí, probablemente los sectores medios y altos, no tienen esa cultura gastronómica, pero los sectores populares, del campo, de la ciudad por ejemplo, tienen una tradición culinaria de raíz popular; que es la expresión de la mezcla entre la cocina de los pueblos originarios.

Por ejemplo, en el Centro y Sur de Chile la cocina mapuche y también, de los pueblos originarios en el Norte con los conquistadores españoles.

El que nuestras abuelas, por ejemplo, hayan cocinado con condimentos como el comino, desde siempre, habla de una cultura y tradición gastronómica, el uso de la papa, del zapallo, del choclo, habla por supuesto de las comidas que hemos heredado tanto de los pueblos originarios como de los que después llegaron a conquistarnos, puesto que esos productos se mezclaron con la carne, por ejemplo, en sus distintas formas el charquicán, la cazuela, la carbonada; para qué decir, son comidas que en cualquier parte de Chile uno las puede encontrar, sobre todo en los sectores populares, insisto no creo que en los sectores medios y altos ocurra algo similar.

*“Creo que hay una valoración,
un gran aprecio que se ha
recobrado en los últimos años
respecto a la comida chilena”*



Según su visión; y apreciación ¿Qué tanto valoramos la gastronomía chilena?

R: En relación a la valoración, diría algo muy similar a mi respuesta anterior, en la cocina popular siempre se ha valorado en la cocina esa tradición culinaria, las picadas por ejemplo, como la piojera, que hoy día son tan valoradas por otros sectores perduraron o sobrevivieron a un montón de dificultades, y fue gracias a que los sectores populares; ese tipo de comida, cocinería de boliches, reunían al pueblo.

Ahora yo creo que esos sectores populares, siempre han valorado la comida tradicional chilena, un buen pastel de choclo, una rica humita, alegran el día a día de cualquier mesa, de los sectores más populares.

Y yo diría que en los últimos diez años, la valoración de la tradición culinaria chilena a tenido un despertar y ha logrado la adhesión en otros sectores sociales del país, lo que antes era solamente valorado y reconocido por solo un sector; probablemente se ha visto revalorado y apreciado incluso por la empresa del turismo.

Lo mismo que le comentaba anteriormente, el tema de la piojera ocurre en el barrio de Estación Central, en el barrio Franklin, hay distintos lugares donde efectivamente se está apreciando la cocina chilena.

¿Cuál es legado gastronómico de los pueblos originarios?

R: La cocina Chilena tiene una fuerte influencia en la tradición culinaria de los pueblos originarios. Tendrá que ver con los propios vegetales que se cultivaban y que aún se cultivan, los cuales constituyen una base importante de nuestra cocina. Yo creo que ahí, hay una marcada y fuerte influencia decisiva en el modo en que nosotros nos alimentamos.

La papa, el zapallo, el choclo, por nombrarle los tres productos principales de los platos que, mezclados de manera distinta, generan distintas versiones de comida.

Yo creo que la influencia de la tradición o de los pueblos originarios en nuestra cocina es decisiva.

Un dato que Susana me hace recordar; a propósito de cómo se ha revelado hoy y la importancia que ha recobrado la comida chilena el último año, muchos chilenos o la mayoría de los chilenos que están en el extranjero hacen enormes esfuerzos, por recrear afuera, incluso adaptando productos del extranjero, la comida chilena y muchos de ellos que se han dedicado al mundo gastronómico lo que hacen es instalar, restaurantes de cocina chilena y les va muy bien, entonces creo que hay una valoración, un gran aprecio que se ha recobrado en los últimos años respecto a la comida chilena.

Muchas gracias Don Pablo González por tan interesante entrevista.

R: Excelente, gracias por considerarme y felicitaciones por esta iniciativa, espero que tengan mucho éxito.

Rico, Bonito y Barato:

Ollas comunes: ejemplo de solidaridad y resistencia

En esta sección le traemos una receta representativa de las ollas comunes, que se caracteriza por ser una preparación económica, nutritiva, abundante y sabrosa.

Esta son los famosos porotos con rienda, típico plato chileno para compartir en un acto de solidaridad.

Su nombre muestra una metáfora campesina de las tiras de cuero de chanco, que lleva tradicionalmente el plato, asociados a riendas. La variante de porotos con tallarines es la adaptación del plato de campo al paladar de la ciudad.



Pero ¿Cuáles son las variedades que existen? Dentro de los más conocidos están:

- El poroto bayo
- Poroto de soya
- Poroto negro
- Poroto pinto o hallado

Y en Chile los más conocidos son coscorrón, hallado, cristal, bayo, tórtola, burro, manteca, pinto y frutilla.

¿Qué ingredientes necesitaremos para esta receta?

(4 porciones aprox)

- 1 taza de porotos blancos
- 1 cebolla pequeña
- 1 zanahoria pequeña
- 1 taza de zapallo cortado en cubos
- 1/3 o 1/4 de paquete de tallarines aprox
- 1 longaniza
- 1 diente de ajo
- Ají color
- Comino
- aceite
- Sal y pimienta



Pasos a seguir:

- Remojar las legumbres en agua desde la noche anterior, colar los porotos y lavarlos
- Cocinar en abundante agua (aprox 1,5 litros)
- Hacer sofrito con la cebolla, zanahoria y ajo picado finamente junto con la longaniza en rodajas, el ají color, sal y pimienta.
- Luego de que los porotos estén a punto, agregar el sofrito.
- Proceder a integrar el zapallo y cocinar por 15 minutos aproximadamente
- Por último, agregar los tallarines hasta terminar su cocción.
- Rectificar sazón. Y servir.

Costo de la receta

Producto	Precio
1/2 kilo de poroto	\$1200
1 cebolla	\$200
1 zanahoria	\$100
Trozo de zapallo	\$300
Pqte de tallarín	\$400
Longaniza	\$500
Ajo	\$150
Ají color	\$150
Comino	\$150
Aceite	\$1200
Pimienta	\$150
Sal	\$500
Total	\$5000

- Revisa si tienes a tu disposición sal, pimienta, aceite, comino y ají color. Así te ahorrarás el valor extra de estos productos
- El costo total de la receta teniendo en cuenta todos los ingredientes es de \$5000 y por plato \$ 1250.

TIPS:

- Para reducir el tiempo de cocción de las legumbres, déjalas remojando con una cucharadita de bicarbonato.
- Agregarles sal a los porotos antes de cocinarlos, endurece su piel y aumenta su tiempo de cocción. Te aconsejamos agregarle poca cantidad al principio, ya que de igual manera se obtiene un mejor sabor, y al final añades el resto.
- Para obtener una preparación espesa, se sugiere agregar el zapallo molido a la preparación.
- También, si gustas, puedes agregarle acelga o algún tipo de hoja a tu preparación.

¡Esperamos que te haya gustado esta receta!!



Por: Anaís Treullán

¿Necesitas
publicar
algo?

¿Compra?
¿Venta?
¿Servicios?

SALE

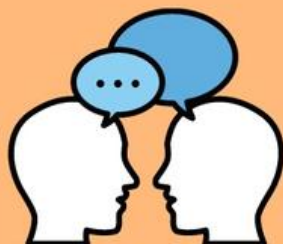
Contáctanos:



Dulzura_Sabrosura_Sazón



Revista.gastronomica@marianistasmelipilla.cl



En este tiempo de
pandemia se hace
necesario compartir
nuestros negocios y
emprendimientos.
Aquí encontrarán los
mejores datos de
nuestra comunidad.



AVISOS ECONÓMICOS

DECOART CREACIONES

Artículos para bebés y
niños



Decoart creaciones



0955215731



TAPIZA CONSTRUYE Y REPARA EN MADERA

Reparaciones en madera,
tapiz y bandejas para
desayuno

Nombre : René Vera

Número fijo: 228310787

Celular: 957534723



Sopa de letras

A continuación, te dejamos un entretenido juego, para que lo puedas realizar. Los conceptos a encontrar están relacionados con el contenido general de la revista.

Instrucciones: el juego consta de 15 palabras en total, las podrás encontrar en vertical, horizontal, diagonal y en reversa.

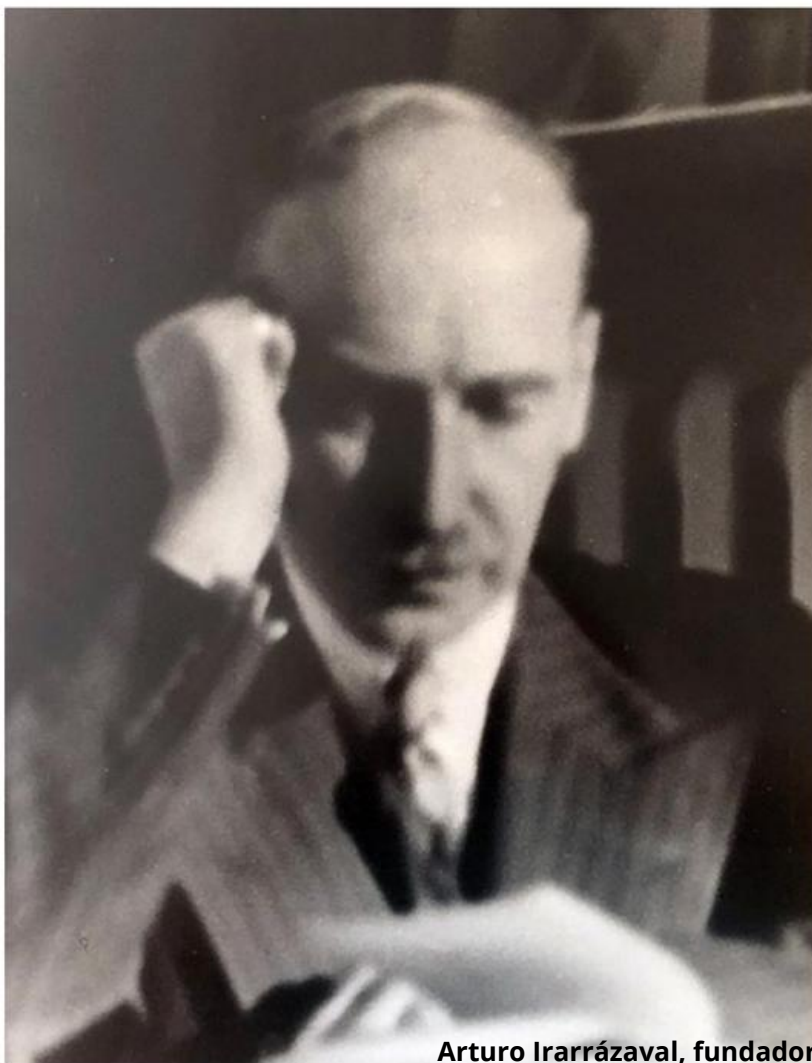
F	O	R	T	A	L	E	Z	A	A	R	T	F	R	Z	U	R	A	L	X	D
T	Q	E	R	T	Y	U	K	L	T	A	S	A	B	R	O	S	U	R	A	U
O	Ñ	L	K	J	J	H	G	O	L	A	Z	O	O	O	O	D	S	A	T	L
R	I	O	C	O	C	I	N	A	N	T	D	E	L	L	A	N	T	A	L	C
T	I	T	O	U	I	F	U	L	B	E	N	B	I	L	M	O	N	T	E	E
I	M	O	M	T	F	E	L	I	Z	U	U	D	C	S	L	D	O	M	O	P
L	I	M	U	N	I	Ó	N	Y	O	N	A	A	M	O	S	A	S	L	P	O
A	F	I	N	G	A	T	I	T	O	R	N	G	O	O	L	O	L	S	B	R
T	D	M	I	C	A	R	T	O	I	J	M	E	T	E	R	A	B	A	A	Y
C	A	D	D	P	O	T	B	D	T	R	U	O	G	A	S	B	L	A	N	E
O	S	F	A	C	O	L	A	E	G	I	R	D	U	C	H	E	E	S	Z	H
M	O	E	D	R	T	D	E	C	L	O	H	T	O	D	A	B	N	D	E	Ñ
P	T	D	P	E	S	O	D	S	P	U	Y	M	U	D	F	I	T	F	M	J
W	A	P	O	R	O	S	A	M	O	N	U	G	A	F	A	D	E	G	P	U
Z	E	R	T	O	D	A	R	O	M	N	P	D	I	E	N	D	J	H	A	S
D	A	D	I	S	O	R	E	N	E	G	X	F	A	M	I	A	I	J	T	O
T	U	N	I	D	A	D	H	S	P	X	S	H	I	J	O	Y	S	R	Í	L
D	F	A	M	I	L	Y	T	A	P	D	A	D	I	L	I	B	A	M	A	A
I	A	J	O	S	R	U	C	N	O	C	S	G	A	R	B	A	N	Z	D	C
E	G	E	N	G	I	M	A	Ñ	A	N	A	T	A	L	L	A	R	I	P	D
N	T	R	N	E	S	P	E	R	A	N	Z	A	P	A	T	V	B	N	M	U
T	R	Y	O	T	H	C	E	B	O	L	Ó	S	O	L	I	D	D	A	R	G
E	E	N	T	E	C	E	B	O	L	L	N	C	I	U	A	H	F	S	V	D
C	O	M	P	A	R	T	I	R	A	A	Z	A	B	A	R	U	Z	L	U	D

1. Fortaleza
2. Comunidad
3. Unión
4. Compartir

5. Generosidad
6. Caridad
7. Empatía
8. Ollas comunes

9. Amabilidad
10. Esperanza
11. Solidaridad
12. Porotos

13. Sazón
14. Sabrosura
15. Dulzura



Arturo Irarrázaval, fundador.

La Fundación Irarrázaval fue creada el 02 de marzo de 1920 por quien le diera su nombre y la considerara como su legítima heredera a faltarle descendencia. La Fundación Irarrázaval es una institución de beneficencia, de carácter privada y sin fines de lucro, que busca contribuir al sostenimiento y desarrollo de establecimientos de Educación Media Técnico Profesional, que estén bajo el alero de una formación espiritual sustentada bajo los principios de la moral cristiana. Desde sus inicios, la Fundación no pretendió abrir nuevas escuelas, sino que apoyar a las ya existentes. Sobre todo le interesaban las instituciones dependientes de corporaciones que asegurarán una orientación cristiana en la formación de sus alumnos. Desde que se fundó y hasta su fallecimiento, en 1963, Arturo Irarrázaval C. se preocupó de dotarla del capital necesario para que cumpliera con su misión, dejando toda su herencia para cumplir dichos objetivos, pero estipulando claramente cómo debían ser usados estos recursos, con el fin de sacarle el máximo provecho y extender la sustentabilidad de la fundación. Las principales ayudas se realizan a través de becas y aportes para la implementación de diversos proyectos en los establecimientos beneficiados, permitiendo que los alumnos puedan terminar sus estudios con un título técnico y una sólida formación moral, de características que don Arturo Irarrázaval Correa consideró fundamentales para el desarrollo nacional.

<https://www.fira.cl>





MOLINERA DEL REY LTDA.



La Molinera del Rey fue constituida en los años 60 y es en 1989 cuando se encuentra en quiebra y lo adquiere don Jesús Arguinarena, quien comenzó elaborando 500 sacos mensuales y logró avanzar en el trabajo de la Molinera.

Años después lo compraron sus cuatro hijos, de los cuales Miguel Arguinarena es actualmente el gerente general de la Molinera.

Actualmente, la Molinera optó por invertir en tecnología, la cual es parte de un proceso general de modernización, que involucra también la renovación de maquinaria que interviene en el proceso mismo de la molienda.

Gracias a los nuevos equipos NIR, se están ocupando de ampliar la oferta de tipos de harina. Buscan introducir al mercado: harina alta en proteínas, especiales para panes de molde, completos y para pizzas.

Este molino, que está enfocado al 100% en atender a la industria panadera pyme de las regiones Metropolitana y Litoral Central (V región), tiene puntos de venta en su planta de Melipilla, en el centro de la capital, en Talagante y en El Quisco. Y también distribuye de manera directa a sus clientes panaderos.

<https://www.delrey.cl>

Información extraída de www.indupan.cl



MOLINERA DEL REY
LTDA.

Dulzura sabrosura y sazón

“Fiestas Patrias”

Próxima edición 31 de agosto

