

## De viandas y brebajes Cocina chilena

Escancio “Kansho” Almazara  
Chef pragmático

**Recibido: 31 de octubre de 2006**  
**Aceptado: 14 de noviembre de 2006**

Como Chile es un país costero que se caracteriza por ser muy largo y estrecho, extendido desde los desiertos del norte hasta los fiordos e islas del sur, así como atrapado entre la costa del Océano Pacífico Sur y la Cordillera de los Andes, su gastronomía puede dividirse en dos grandes ramas muy distintas: la de la costa y la del campo.

Puede variar un poco a lo largo de su extensa geografía, ya que su territorio cubre desde el paralelo 17° 30' en el límite tripartito con Perú y Bolivia hasta el 53° 30' en las islas Diego Ramírez, un poco más al sur del mítico Cabo de Hornos, pero esta variedad se debe principalmente al sinfín de ingredientes que se van encontrando en cada zona y a la creatividad de cada lugar.



Congrio margarita.

Como es de suponer, la cocina de la costa se basa en la gran diversidad de productos del mar chileno que es bañado casi en toda su extensión por la fría corriente de Humboldt, la cual se origina en la Antártida; en tanto que la cocina del campo utiliza diferentes carnes de mamíferos y aves tanto de caza co-

mo criados en granjas especializadas, donde se procesan para consumo interno o para ser exportados. La cría de diferentes especies no se limita al campo, ya que en los abundantes fiordos y canales del sur se cultivan diversos productos del mar que incluyen tanto pescados como mariscos.



Erizos.

Entrando en materia, algunos de los platillos típicos de la costa chilena, que por desgracia no se encuentran fácilmente en otras latitudes, son el erizo (*Loxechinus albus*) y el piure (*Pyura chilensis*), ambos se preparan en salsa verde, las machas (*Mesodesma donacium*) a la parmesana (almejas rosadas al horno), los picorocos (*Austromegabalanus psittacus*) al vapor y los “locos mayo” (concholepa concholepa), caracol muy parecido al abulón, aunque con un sabor un poco más fuerte, que se prepara normalmente con mayonesa. Entre los ingredientes más finos destacan las angulas, preparadas al mojo de ajo, la muy conocida langosta, el centollón (*Paralomis* spp.) y la centolla (*Lithodes santilla* y *L. antarcticus*).

Esta última es un enorme crustáceo pariente del cangrejo de Alaska (king crab), que puede medir más de un metro de diámetro con sus patas extendidas, se



Machas (almejas rosadas) a la parmesana.

prepara simplemente hervida y se sirve acompañada con una salsa de ajo y tiene un sabor muy agradable, por lo que muchos de mis amigos opinan que es superior a la langosta. El muy conocido surimi japonés es una muy buena imitación que puede recordarnos la imagen de la carne de sus patas.

Sin tratar de ser exhaustivos, otros mariscos que se encuentran en las costas del mar de Chile son la navaja de mar (*ensis macha*), la navajuela (*tage-lus dombeii*), los ostiones (*chlamys vitrea*, c. patagónica y *argopecten purpuratus*), las lapas (*fissurella* spp.) y el culengue (*gari solida*), en tanto que más conocidos son los mejillones y las almejas. De los primeros se encuentran cuatro variedades que se distinguen por su tamaño: los choritos, los choros, las cholgas y los choros zapato. Aunque los últimos son más grandes e impresionantes, realmente la sopa de choritos tiene un sabor más definido y agradable.

También cabe mencionar a las ostras chilenas (*ostrea chilensis* y *crassostrea gigas*), que son más pequeñas que las europeas, pero cuya suavidad y sabor las hacen un delicioso manjar. Por último, la cocina de la costa también incluye diversos pescados, como salmón, merluza (*merluccius gayi gayi*), sierra (*thyr-sites atun*), albacora (*xiphias gladius*), reineta (*brama australis*) y el popular jurel (*trachurus murphyi*), un pez de tamaño mediano y de igual nombre aunque muy diferente al mexicano.

Además, en los mares de Chile se encuentra pulpo, calamar, caracol, camarones, langostinos y tres tipos de congrio: colorado (*genypterus chilensis*), dorado (*g. blacodes*) y negro (*g. maculatus*). Estos últimos no son propiamente peces, sino anguilas, aunque son



Corvina al cilantro.

muy populares porque tienen una carne blanca firme y muy agradable.

Con estos ingredientes se preparan, por ejemplo, el jardín de mariscos y el mariscal (platillos tipo degustación), la sopa marina (caldo de mariscos surtidos que recuerda un poco a nuestro “vuelve a la vida”), los pescados a la plancha o al vapor, fritos, en diferentes salsas, cocidos o en caldos, como el famoso caldillo de congrio, platillo preferido del poeta Pablo Neruda.

También son populares los “chupes” de mariscos (especie de budín a la cacerola), el charquicán de cochayuyo (*durivillaea antarctica*), alga marina seca con forma de gruesos bastones, el cancato (sierra o salmón relleno con cebollas y especias, sujeto en una rejilla especial —llamada “cancatera”— y cocinado a la parrilla) y las empanadas fritas, rellenas de queso, pescados y mariscos diversos. Por cierto que uno de los más elaborados platillos del sur de Chile, muy popular en la gran isla de Chiloé, es el curanto.

Es una preparación que lleva chorizo, costillas de cerdo, pollo, pescado y gran variedad de mariscos, especialmente los diferentes tipos de mejillones y almejas de la zona, la cual se hornea con piedras calientes en un hoyo en la tierra o en la arena de la playa.

En cuanto a la cocina del campo, ésta se caracteriza por utilizar preferentemente carne de aves y mamíferos, aunque también trucha y pejerrey (*odontheistes* spp.), pez de agua dulce parecido al blanco de Pátzcuaro.

Destacan, además del asado típico y las empanadas tanto fritas como de horno, algunos platillos especialmente populares como la cazuela (caldo de res, pollo, pavo o cerdo con elote, papas, ejotes, arroz y zapallo —calabaza de Castilla), aunque algunas variantes utilizan chuchoca (maíz amarillo molido grueso similar a la polenta) en lugar de arroz.

Otros platillos son los porotos granados (frijoles tiernos de la olla con zapallo y servido con un trozo de carne de res al vapor), las humitas (tamales de elote con albahaca), el pastel de choclo (guiso horneado a base de un picadillo de carne de res llamado “pino” que lleva aceitunas, pasas, huevo duro y una pieza de pollo, el que se cubre con una capa de masa de elote fresco, similar a la que se usa para los tamales de elote), el “arrollado huaso” (tiras de carne de puerco de diferentes cortes, envueltas con un rectángulo de cuerito del mismo puerco, para formar un cilindro convenientemente amarrado y condimentado con una pasta de un chile similar al piquín), el arrollado de pollo (pollo deshuesado y condimentado, cuya carne se acomoda en for-



Empanadas de horno.

ma de un rectángulo sobre el cual se dispone, a lo largo y sobre una delgada capa de espinacas, zanahoria, pimienta, queso, tocino y jamón cortados en tiras, más huevos duros y carne molida, todo lo cual se enrolla en forma similar al anterior y se hornea), el pernil adobado (chamorro de puerco), las pantrucas (caldo de res con huevo y masitas cuadradas de trigo cocidas en el caldo), el charqui (carne seca de res similar a la machaca, aunque en trozos delgados), el valdiviano (caldo picante de charqui con huevo, papas y cebolla), el ajiaco (similar al anterior, pero con trozos pequeños de asado en lugar de charqui, y con leche, zanahoria y diferentes

aliños), el charquicán (especie de puré rústico que incluye trocitos de papa, de ejotes, zapallo y granos de elote, con espinacas y carne frita picada fina), el tomatacán (guiso algo espeso cocido a fuego lento compuesto de carne picada, cebolla y zanahoria fritas, con elote y jitomate picados, servido con muchas papas fritas encima) y el conejo escabechado, entre muchos otros.

En cuanto a las carnes utilizadas, dependiendo de la latitud, en este país tan extenso se encuentran diversos tipos comestibles entre las que se cuentan llama y alpaca (en el norte), cabrito, conejo y codorniz (en el centro), así como jabalí, cordero, emú (pequeño avestruz) y ganso (en el sur del país), además de las tradicionales carnes de res, cordero, cerdo, pavo y pollo.



Reineta a la mantequilla.

Entre las bebidas destacan los ampliamente conocidos vinos y la bebida nacional, el pisco chileno (aguardiente de uva). Otras bebidas son la “chicha” (mosto fresco de uva, dulce, ligeramente alcohólico y espumante, por estar en pleno proceso de fermentación), el “colemo” (ponche originalmente caseiro a base de aguardiente de uva, leche, azúcar y café, parecido al Baileys), el “pisco sour” (cóctel hecho con pisco y limón, similar al margarita, aunque dulce), así como diferentes licores dulces fabricados muchas veces en forma artesanal, como el “apiao” (hecho con apio), el “guindao” (con guindas o cerezas), el araucano (de hierbas, ligeramente amargo) y diferentes “mistelas” hechas de alcohol y frutas o hierbas, como la manzanilla, el licor bruja, el licor de oro y muchos otros que son muy populares en el sur del país.

Finalmente hay que mencionar entre los postres y



Salmón ahumado a las finas hierbas.



Ensalada de locos (concholepas).

la repostería algunas especialidades como el manjar blanco (cajeta suave de leche de vaca), la torta de mil hojas (pastel de capas de hojaldre rellenas de manjar blanco), la torta de lúcuma (poutería lúcuma) que es un pastel de capas de merengue horneado relleno con helado de lúcuma, las papayas chilenas con crema (caricas chilenas), la chirimoya alegre (con jugo de naranjas y azúcar), el mote con huesillos (bebida refrescante de orejones enteros de durazno y ciruela pasa con “mote” —trigo abierto similar al maíz pozolero), las sopaipillas “pasadas” (masas fritas de harina de trigo con zapallo, en forma de tortillas gruesas en un almíbar de “chancaca” —piloncillo— aunque se preparan también saladas), la leche asada (similar al flan), la leche nevada (con copos de merengue cocidos en la misma leche hirviendo), la jalea y el dulce de membrillo (jarabe y ate), la mermelada de alcayota (cucurbita ficifolia), especie de chilacayote del tamaño de una sandía, el pan de Pascua (similar al panetone italiano), el barquillo (galleta delgada de trigo horneada y enrollada en forma de un tubo hueco), el chuffí (barquillo grueso relleno de manjar blanco, al estilo de los churros rellenos), así como diversos pastelillos entre los que se cuenta a los alfajores, los empolvados y los “chilenitos”.

#### La receta fácil

Muchos platillos de la cocina chilena requieren ingredientes que no se encuentran con facilidad, aunque con la globalización nos llegan algunos de ellos enlatados. Por ello y para evitarnos el trabajo de su preparación, en esta ocasión voy a presentar una fácil sopa de mariscos o de mejillones, que no requiere mayor esfuerzo y siempre resulta deliciosa.

#### Sopa de mejillones o de mariscos

##### Ingredientes:

- 1/2 zanahoria
- 1/2 pimiento verde
- 2 ajos
- 3 cucharadas de arroz
- 1 lata de mejillones al natural o, mejor, de surtido de mariscos
- 1 huevo
- 1 cucharada de aceite
- Sal, pimienta y limón al gusto

##### Preparación:

Los vegetales se lavan y se pelan, para picarlos finamente. Se echan en una olla con aceite caliente junto con el arroz y se fríen hasta poco antes que el arroz empiece a dorar, momento en el cual se agregan los mejillones con todo su jugo, directamente de la lata. Una vez que la temperatura ha subido nuevamente, se agrega un litro de agua y se espera a que suelte el hervor. En ese momento se agrega la clara del huevo agitando el caldo para que la clara no se aglutine y a fuego lento se espera que el arroz esté cocido para añadir la yema previamente disuelta en una parte del mismo caldo. Se condimenta y se sirve como si fuera un consomé.